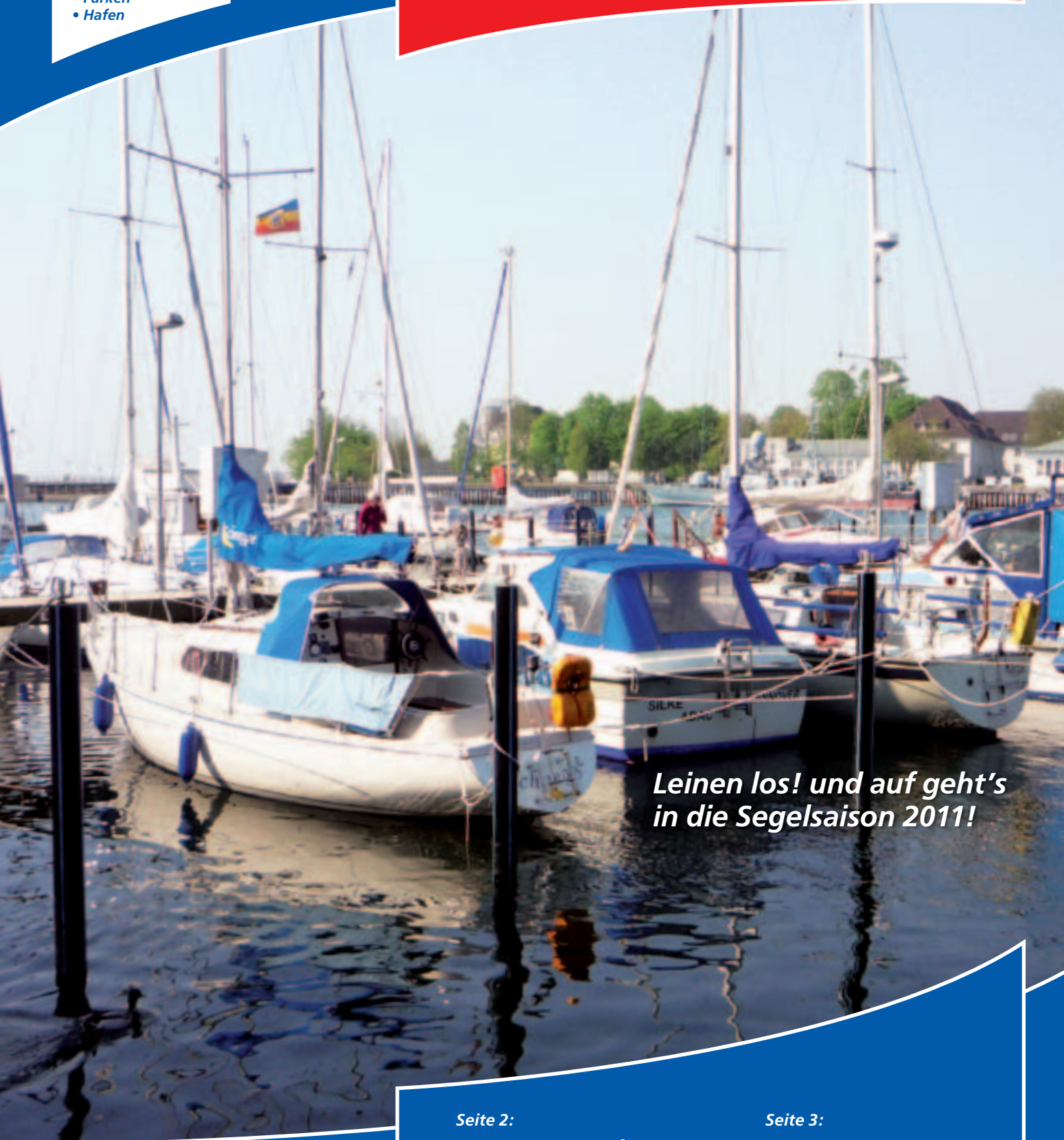


- Strom
- Gas
- Wärme
- Wasser
- Abwasser
- Parken
- Hafen

# Watt-Stärke

*Das Kundenmagazin der Stadtwerke Neustadt*



*Leinen los! und auf geht's  
in die Segelsaison 2011!*

Seite 2:

**Hervorragende  
Trinkwasserqualität**

Seite 3:

**watergreen:  
100 % Ökostrom**

**Ausgabe 2/2011**

## Hervorragende Trinkwasserqualität

Der Mensch kann längere Zeit ohne feste Nahrung auskommen, aber nur wenige Tage ohne Wasser überleben. Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE) weist darauf hin, das Trinkwasser als Durstlöcher besonders geeignet ist.

Trinkwasser von den Stadtwerken Neustadt in Holstein ist von sehr hoher Qualität. Kein Lebensmittel wird so regelmäßig und häufig kontrolliert wie Trinkwasser.

### Der ideale Durstlöcher

Ob „still“ oder mit Kohlensäure versetzt, pur oder mit Fruchtsäften bzw. anderen Geschmacksträgern gemischt – Trinkwasser ist zur Deckung des Flüssigkeitsbedarfes geradezu ideal.

Wussten Sie, dass der Nährstoff Wasser Mineralstoffe wie zum Beispiel Calcium, Magnesium oder Natrium enthält? Was die wenigsten wissen: Flüssigkeitsverluste von nur zwei Prozent des Körpergewichts senken bereits spürbar die körperliche und geistige Leistungsfähigkeit in Beruf und Freizeit.

### Hier noch einige Tipps

- ◆ Trinken Sie täglich mindestens 1,5 bis 2 Liter Trinkwasser bester Qualität aus der Leitung – frei Haus von den Stadtwerken Neustadt in Holstein
- ◆ Führen Sie „Trinkrituale“ ein. Legen Sie zum Beispiel auf dem Weg zum Kopierer oder zur Kantine regelmäßige Zwischenstopps am Wasserhahn ein
- ◆ Stellen Sie Glas und Wasserflasche immer in greifbare Nähe



Weiterhin im Trend – der Trinkwassersprudler: Leitungswasser wird mit Kohlensäure versetzt. Dank unserer guten Trinkwasserqualität steht dem sprudelnden Wasser aus der Leitung nichts im Wege.

## E-Mobilität am Neustädter Sportboothafen

Pünktlich zum Saisonstart bieten die Stadtwerke Neustadt in Holstein ihren Gästen an, elektrische Fahrräder, auch E-Bikes oder Pedelecs genannt, auszuleihen. Zur Verfügung stehen fünf Zweiräder, die tageweise gemietet werden können.

Pedelecs unterscheiden sich von gewöhnlichen Fahrrädern durch einen zusätzlichen Akku, eine Steuerelektronik für den Motor sowie einen Sensor für die Kurbelbewegungserkennung. Ausgestattet mit einem leistungsstarken Akku lassen sich so spielend leicht bis zu 100 Kilometer Strecke bewältigen.

### Mehr Informationen ...

... zum Verleih erhalten Sie auch auf unserer Homepage [www.swnh.de](http://www.swnh.de) unter dem Bereich Sportboothafen.



Von einem herkömmlichen Fahrrad kaum zu unterscheiden: ein Pedelec; ihnen gehört die Zukunft.

## Veranstaltungs-Highlights 2011 am Hafen



- ◆ 9. bis 12. Juni  
**Bratheringsfest**
- ◆ 18. Juni  
**Drachenbootrennen**
- ◆ 5. bis 6. August  
**11. Neustädter Fischeramtsfest**
- ◆ 27. August  
**Neustadt-Cup (ancora Marina)**

## Stadtwerke bieten den „Langen Donnerstag“ an!

Ab dem 5. Mai 2011 ist der Kundenservice der Stadtwerke Neustadt i.H. donnerstags länger geöffnet. Sie erreichen die Mitarbeiter vom Kundenservice dann von 8:00 bis 12:00 Uhr und von 13:00 bis 18:00 Uhr.

Gerne können auch persönliche Gesprächstermine vereinbart werden. Terminwünsche nehmen die Kundenberaterinnen der Stadtwerke telefonisch unter 04561 5110-150 entgegen oder per E-Mail unter [info@swnh.de](mailto:info@swnh.de)!



## Die Kraft des norwegischen Wassers

Die Diskussion um die Energiewende in Deutschland hält an. Für die Stadtwerke Neustadt in Holstein ist dies kein neues Thema: Sie bieten ihren Kunden mit watergreen schon seit mehr als drei Jahren die Möglichkeit, auf ein reines Ökostromprodukt umzusteigen.

Immer mehr Konsumenten achten darauf, dass bei ihnen zu Hause nicht irgendein Strom aus der Steckdose kommt. Umweltfreundlich und klimaneutral sollte die Energie sein, die Waschmaschine, Elektroherd, TV-Gerät, DVD-Player und Musikanlage antreibt, und – von immer mehr Menschen gewünscht – möglichst ohne Atomkraft erzeugt. Das Ökostromprodukt watergreen der Stadtwerke Neustadt erfüllt schon seit dem 1. März 2008 all diese Kriterien. Der TÜV Nord hat es mit seinem Zertifikat bestätigt: Der Strom stammt zu 100 Prozent aus erneuerbaren Energien.

### Streng kontrollierte Qualität

Damit kein Missbrauch mit dieser Etikettierung stattfindet, überprüfen die TÜV-Experten einmal im Jahr, ob die Herkunftsangabe noch korrekt ist und das Stromprodukt die Umweltrichtlinien erfüllt. Dabei werden alle Daten zentral in einer Datenbank erfasst, die wiederum alle zwei Jahre von einem Wirtschaftsprüfer kontrolliert wird. Zertifiziert werden übrigens nicht nur die Herkunft des Stroms, sondern auch die Vertriebspartner der Stadtwerke Neustadt.

### Strom aus Norwegen

Da in der Umgebung von Neustadt aus Gründen der Topografie – kaum Höhenunterschiede in der Landschaft – keine Energie aus Wasserkraft hergestellt werden kann, wird watergreen andernorts eingekauft, nämlich in Norwegen. Dabei gelten sogenannte RECS-Zertifikate als Herkunftsnachweis. Sie sind ein international etabliertes Zertifizierungssystem und zudem durch die Bundesnetzagentur, die oberste Regulierungsbehörde für den Wettbewerb auf dem Energiemarkt, anerkannt.

### Umstieg leicht gemacht

Wenn Sie in Zukunft watergreen-Strom beziehen möchten, dann setzen Sie sich am besten mit den Stadtwerken Neustadt in Holstein in Verbindung – Anruf genügt! Die Umstellung ist einfach, denn es findet

kein Tarifwechsel statt: Die Belieferung mit Ökostrom ist eine Zusatzvereinbarung zu Ihrem bestehenden Tarif. Daher besteht auch die Möglichkeit, diese Vereinbarung unabhängig vom bestehenden Versorgungsvertrag wieder zu kündigen.



Die umweltfreundliche Energie kostet Sie 1,19 Cent/kWh (brutto) mehr. Das bedeutet für einen Zweipersonenhaushalt mit einem Verbrauch von 2.000 kWh im E-Tarif Mehrkosten von knapp 24 Euro im Jahr – also nicht einmal 2 Euro im Monat.

## Atomkraft hinter sich lassen. ZUKUNFT: ÖKOSTROM!



### Jetzt handeln - Ihr Beitrag zum Umweltschutz

Unser neues Ökostromangebot für Sie:

100 Prozent zertifizierter Strom aus erneuerbaren Energien. Gleich Vertrag anfordern - Rufen Sie uns an!

Tel.: 5110 - 832 oder - 834



Ziegelhof 8

23730 Neustadt in Holstein

Tel. 0 45 61/51 10-0, [www.swnh.de](http://www.swnh.de)

E-Mail: [info@swnh.de](mailto:info@swnh.de)





... schnell informiert ...

Erfrischend an heißen Tagen:  
Trinkwasser, Eiswürfel und  
Limettenspalten.



## Hoch geschätzt

Trinkwasser gilt als wichtigstes Lebensmittel. Das zeigen erneut die Ergebnisse der Zeitreihenstudie zu Qualität und Image von Trinkwasser in Deutschland des Instituts für empirische Sozial- und Kommunikationsforschung. Neben der sehr hohen Wertschätzung spiegelt die Studie den hohen Anspruch wider, den die Verbraucher an Trinkwasser richten. „Trinkwasser ist eine der wichtigsten Leistungen kommunaler Daseinsvorsorge und genießt hohes Vertrauen“, bekräftigt Dr. Michael Beckereit vom Verband kommunaler Unternehmen. Drei Viertel aller Befragten bewerten das deutsche Trinkwasser mit „gut“ oder „sehr gut“. Außerdem sind 70 Prozent der Befragten mit ihrem Wasserversorger zufrieden oder sogar sehr zufrieden.

## Gut umgesattelt

Volksvertreter sollen mit gutem Beispiel voranfahren. Dass sie das seit Neuestem beim Umweltschutz tun, dafür sorgt die auf Behördenbeförderung spezialisierte Berliner Firma Rocvin. Die setzt ab Juni 2011 Erdgasfahrzeuge im Fahrdienst der Bundestagsabgeordneten ein. Für die Ver-



sorgung der Fahrzeuge mit Bio-Erdgas sind die 27 in der Initiative Erdgasmobil e. V. organisierten Berliner Erdgastankstellen zuständig. Durch den Einsatz von Erdgas als Kraftstoff würde der CO<sub>2</sub>-Ausstoß der Limousinen auf 130 Gramm je Kilometer sinken. Da das Bio-Erdgas aber nachhaltig produziert wurde, sind die Emissionen der Parlamentarier-Fahrzeuge ab Juni klimaneutral.



## Teldafax: Vorsicht ist geboten!

Der Strom- und Erdgasdiscounter Teldafax ist angeschlagen, wie der Berliner Tagesspiegel feststellt. Er kann die Netzentgelte nicht mehr bezahlen, die er den regionalen Netzgesellschaften für die Durchleitung durch deren Stromnetze bei der Belieferung seiner Kunden schuldet. Die Folge: Die Netzgesellschaften kündigen die Durchleitungsverträge, und Teldafax kann dann seine Kunden nicht mehr beliefern.

Dennoch steht in einem solchen Fall niemand ohne Strom oder Heizenergie da, der regionale Grundversorger übernimmt automatisch; allerdings zunächst nur zum Tarif der allgemeinen Grund- bzw. Ersatzversorgung. Die Stiftung Warentest rät den betroffenen Verbrauchern, möglichst rasch mit dem regionalen Versorgungsunternehmen einen Vertrag mit Wahltarif abzuschließen.

Auch wenn der Billiganbieter die Leistung nicht mehr erbringen kann, darauf weist die Stiftung hin, erlischt der Vertrag zwischen ihm und dem Kunden nicht automatisch. In einem solchen Fall muss der Kunde aktiv werden und dem Versorger sofort mit Fristsetzung auffordern, die Lieferung wieder aufzunehmen. Kann der Anbieter das nicht erfüllen, besteht ein Sonderkündigungsrecht.

Die Vorauszahlungen und möglicherweise auch Kautionen und Abschlagszahlungen, sollten die Kunden ebenfalls zurückfordern. Die Rückzahlung könnte allerdings einige Zeit in Anspruch nehmen, so die Erfahrung der Stiftung Warentest.



## Besser gefördert

Verbesserte Förderkonditionen im Rahmen des Marktanreizprogramms für erneuerbare Energien (MAP) bei der Sanierung alter Häuser gab das Bundesumweltministerium (BMU) jetzt bekannt. „Gebäude verursachen etwa 40 Prozent des Endenergieverbrauchs in Deutschland“, so ein Sprecher des Ministeriums. „Die Energie- und CO<sub>2</sub>-Einsparpotenziale sind immens. Deshalb müssen wir hier unser Tempo stark anziehen.“ Mit den nun in Kraft tretenden neuen Richtlinien zum MAP erhöht sich der Zuschuss bei einer Neuinstallation von Solarkollektoren für Heizung und Warmwasserbereitung, befristet bis 30. Dezember 2011, auf 120 Euro je Quadratmeter. Danach beträgt die Förderung wieder wie bisher 90 Euro. Der Kesseltauschbonus bei gleichzeitigem Austausch eines alten Heizkessels gegen einen neuen Brennwertkessel wird unbefristet verlängert: Er beträgt 600 Euro bis zum



30. Dezember 2011, danach 500 Euro. Bis zu diesem Stichtag zahlt das Bundesamt für Wirtschaft und Ausfuhrkontrolle (BAFA) auch für einen Solarkollektor in Verbindung mit einer Wärmepumpe 600 Euro, danach 500 Euro. Biomasse-Heizanlagen erhalten teilweise ebenfalls erhöhte Fördersätze. Die Fachleute im BMU überarbeiteten die technischen Anforderungen an Wärmepumpen, die geforderten Jahresarbeitszahlen wurden nun abgesenkt. Außerdem stellten sie die Bemessungsgrundlage auf die Wärmeleistung der Anlage um. Bislang war die Wohnfläche entscheidend. Die Höhe der Förderung bleibt im Wesentlichen gleich: Für eine Anlage mit einer Leistung bis zu etwa zehn Kilowatt erhält der Hauseigentümer einen Zuschuss von 2.400 Euro. Weitere Informationen auch im Internet unter [www.bafa.de](http://www.bafa.de) oder [www.kfw.de](http://www.kfw.de).

## Kritisch nachgefragt:

### ... ohne Risiko?



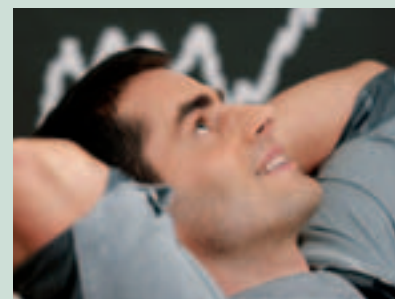
**R**isiken gehören zum Leben. Die tägliche Fahrt zur Arbeit im dichten Berufsverkehr birgt ein erhöhtes Unfallrisiko, und die hart verdienten Euro im Bankdepot könnten durch etwaige Finanzrisiken dahinschmelzen. Trotzdem gehen wir mit den Gefahren um, fahren Auto und legen unser Erspartes möglichst gewinnbringend an. Dafür gibt es eine einfache Erklärung: Die Risiken unseres Verhaltens erscheinen uns absehbar und beherrschbar, der persönliche Nutzen verdrängt das Wagnis.

**W**as aber, wenn die Vorgänge und Systeme so kompliziert sind, dass sie der Einzelne gar nicht mehr durchschauen kann? Wenn sich Entscheidungen, die wir gar nicht selbst getroffen haben, auf das eigene Leben auswirken? Die Reaktorkatastrophe im japanischen Fukushima und die darauf folgende kritische Diskussion um den Atomausstieg zeigen: Risiken werden umso bedrohlicher wahrgenommen, je vielschichtiger die Themen sind und je weniger direkten Einfluss man darauf hat. Das war schon damals so, als die ersten Dampfeisenbahnen durchs Land fuhren und auf den Dörfern als „Teufelswerk“ gefürchtet wurden. Das gilt auch heute noch für junge Technologien, deren Folgen häufig noch nicht absehbar scheinen.

**N**un ist eine gesunde Skepsis gegenüber Neuem ja an sich nichts Schlechtes. Hin und wieder muss man sich tatsächlich fragen, ob jene,

die den Fortschritt fordern, auch tatsächlich alle Eventualitäten ermessen können. Erschwert wird die Bewertung von Risiken zudem durch eine hohe emotionale Komponente. Die Unterscheidung zwischen rationalem Denken und irrationalen Empfindungen ist angesichts der globalen Verflechtungen mit der persönlichen Betroffenheit nicht einfach.

**D**er verantwortungsvolle Umgang mit den Chancen und Risiken moderner Techniken bleibt eine der großen gesellschaftlichen Herausforderungen. Lösungen nach Schema F funktionieren in unserer komplexen und globalisierten Welt nicht mehr. Letztlich bleibt die Erkenntnis: Egal, wie die Entscheidungen fallen und von welcher politischen Couleur sie geprägt sind, ganz ohne Risiko geht es wohl auch in Zukunft nicht. Das wusste übrigens auch schon Erich Kästner, der in seiner spitzfindigen Art einst reimte: „Wird's besser? Wird's schlimmer?“ fragt man alljährlich. Seien wir ehrlich: Leben ist immer lebensgefährlich.“





Energie ist ein kostbares Gut. Daran erinnern uns die jährliche Heizkostenabrechnung, der monatliche Stromabschlag und die Preisanzeige der Zapfsäule an der Tankstelle. Trotzdem achten immer noch zu wenig Bundesbürger auf einen sorgsamen Umgang mit den begehrten Ressourcen. Energieexperten haben für die knapp 40 Millionen Haushalte in Deutschland ein Sparpotenzial von 20 bis 30 Milliarden Euro pro Jahr errechnet. Höchste Zeit, dies endlich auch zu nutzen.

Es sollte sich herumgesprochen haben: Die umweltfreundlichste und kostengünstigste Form der Energie ist diejenige, die man nicht verbraucht und deshalb auch nicht bezahlen muss. In den deutschen Unternehmen und Betrieben ist die Botschaft längst angekommen. Das Angebot an Energieeffizienz-Dienstleistungen wächst stetig und wird im gewerblichen Bereich immer öfter nachgefragt. Wie erzielt man mit möglichst wenig Energieeinsatz den größten Nutzen, lautet die Frage, mit der professionelle Sparfuchse derzeit ein neues Marktsegment etablieren.

Doch auch für den Privatverbraucher lohnt sich die gründliche Suche nach Einsparmöglichkeiten. Mal eben schnell die alte Glühbirne gegen eine Energiesparlampe tauschen ist nicht genug. Heiztechnik, Wärmedämmung, der Einsatz von sparsamen Elektrogeräten sowie intelligenten Thermostaten oder das computergesteuerte Energiemanagement via Smart Metering sind dabei nur einige der Bausteine, die bearbeitet werden sollten.

### Große Unterschiede zwischen alt und neu

Die Zahlen der Deutschen Energie Agentur (dena) lassen aufhorchen: So liegen zum Beispiel die Heizkosten bereits bestehender Gebäude im Vergleich zu Neubauten etwa drei Mal so hoch. Allein durch fachgerechtes Sanieren und moderne Gebäudetechnik, so die dena-Experten, könnten bis zu 80 Prozent des Energiebedarfs für Raumwärme und Warmwasser eingespart werden. Die Statistik offenbart aber auch: Von den möglichen Einsparmöglichkeiten wird bei Sanierungen nur rund ein Drittel tatsächlich auch genutzt.



*Bei der Gebäudeheizung von Privathaushalten – und dies nicht nur bei Neubauten – lässt sich viel Energie einsparen.*





## Einsparmöglichkeiten kaum bekannt

Warum aber dauert es so lange, bis energieeffizientes Handeln beim Verbraucher ankommt? Darauf gibt es nur eine überzeugende Antwort: Die Vorzüge sind zu wenig bekannt. Denn wer sich informiert, stellt schnell fest, dass der sparsame Umgang mit Energie weder teuer ist, noch Abstriche am Komfort bedeutet.

Tatsächlich macht es kaum Mühe, beim Kauf eines neuen Toasters oder Fernsehgeräts auf das Energielabel zu schauen und sich für die beste Effizienzklasse zu entscheiden. Wer wegen ein paar Euro hin oder her das Gerät mit dem höheren Stromverbrauch wählt, ist schlecht beraten: Von den 950 Euro, die ein durchschnittlicher Vierpersonenhaushalt im Jahr verbraucht, lassen sich zirka 75 Euro allein durch den Einsatz neuer effizienter Haushaltsgeräte sparen. Über die Jahre gerechnet haben sich die Mehrausgaben schnell wieder amortisiert.



Auch kleine Tricks tragen in der Summe zu einer besseren Energieeffizienz bei. Hier bringt der Fachmann hinter dem Heizkörper einen dämmenden Wärmereflektor an.



Wenig bekannt ist, dass auch bei Fernsehern und anderen Unterhaltungsmitteln viel Einsparpotenzial genutzt werden kann.



Wenn Geräte keinen Ausschalter haben: Eine Steckdosenleiste mit Schalter stellt einer ganzen Reihe von Stromfressern den Verbrauch im Leerlauf ab.



Für die Sanierung von Altbauten gibt es heute zahlreiche Energiesparmöglichkeiten. Und im Ergebnis sieht das auch noch schick aus.

## Sich informieren statt zahlen

Wer clever rechnet, verantwortungsvoll mit den Energieressourcen umgeht und nebenbei auch noch etwas für die Umwelt tun möchte, klagt deshalb nicht länger über steigende Energiepreise, sondern wird selbst aktiv. Broschüren, Bücher, Tipps und Informationen zu energieeffizientem Verhalten gibt es reichlich. Einen guten Einstieg in den Markt der Möglichkeiten bietet die Internetseite der dena unter [www.dena.de](http://www.dena.de). Auch die Energieexperten der Stadtwerke stehen ihren Kunden mit Rat und Tat zur Seite. Anrufen oder Vorbeigehen lohnt sich! Zusätzliche Details über Neuigkeiten beim EU-Label zur Kennzeichnung des Stromverbrauchs von Elektrogeräten und wertvolle Sparvorschläge stehen außerdem auf den Seiten 10 und 11.

## Wussten Sie das?

Nationale Leitlinie für eine umweltschonende, zuverlässige und bezahlbare Energieversorgung ist das Energiekonzept der Bundesregierung. Es beschreibt die Entwicklung und Umsetzung einer Gesamtstrategie, die auf das Jahr 2050 ausgerichtet ist. Im Energiemix der Zukunft sollen die erneuerbaren Energien eine tragende Rolle übernehmen und dadurch die konventionellen Energieträger nach und nach ersetzen. Doch auch der Regierung ist bewusst: Ohne den sparsamen Umgang mit den vorhandenen Ressourcen lassen sich die Ziele nicht erreichen. Gleich an zweiter Stelle der wichtigsten Handlungsfelder steht die Energieeffizienz als Schlüsselfrage, die in den kommenden Jahrzehnten beantwortet werden muss.

Die jüngste Kühlschrank-Generation ist viel energieeffizienter als ihre Vorgänger. Eine Neuanschaffung rechnet sich.





## Wasser- Wissen

Es geht nicht ohne. Trinkwasser ist unser wichtigstes Lebensmittel. Gesundheit, Vitalität und letztlich das Leben selbst hängen davon ab, dass der menschliche Körper Tag für Tag mit einer ausreichenden Menge an Flüssigkeit gestärkt wird. Rund 6.600 Wasserversorgungsunternehmen übernehmen in Deutschland die Rund-um-Versorgung der Bürger mit sauberem Trinkwasser. Damit das so bleibt, ist auch der Verbraucher gefordert. Wer die Zusammenhänge kennt und bewusst mit der kostbaren Ressource umgeht, trägt dazu bei, dass das flüssige Lebenselixier auch künftig frisch und klar aus der Leitung sprudelt. Unser Wasserlexikon hilft dabei.

### Wasser weltweit

Genau abgemessen hat es vermutlich niemand. Experten gehen jedoch davon aus, dass die gesamte Wassermenge auf der Erde bei rund 1,4 Milliarden Kubikkilometern liegt. Das klingt gigantisch, relativiert sich jedoch schnell vor dem Hintergrund, dass lediglich ein Prozent dieser Reserven tatsächlich als Trinkwasser nutzbar ist. Trotzdem gibt es in Deutschland keinen Grund zur Klage: Mit einem jährlich nutzbaren Wasserangebot von insgesamt etwa 188 Milliarden Kubikmetern gilt die Bundesrepublik im weltweiten Vergleich als wasserreiches Land.

### Wasser national

Wir schöpfen aus dem Vollen: Lediglich 23 Prozent des zur Verfügung stehenden Wassers werden nach Angaben des Vereins „Forum Trinkwasser“ mit Sitz in Köln hierzulande auch tatsächlich gefördert. 64 Prozent davon werden von den Kraftwerken benötigt, 22 Prozent nutzen Industrie und Landwirtschaft, und mit 5,5 Milliarden Kubikmetern fließen etwa 13 Prozent in die öffentliche Wasserversorgung.

### Wasser lokal

Unser Trinkwasser stammt in der Regel direkt aus der Nachbarschaft. Dank der großen Niederschlagsmengen und der geographischen Lage kann der Bedarf lokal oder regional gedeckt werden. In den meisten Bundesländern übernehmen Kommunen, Wassergenossenschaften, Wasserverbände und mitunter auch privatwirtschaftliche Unternehmen den Bau und Betrieb der Versorgungsanlagen. Traditionell engagieren sich viele Stadtwerke in dieser sensiblen und verantwortungsvollen öffentlichen Aufgabe. Dabei müssen stets die strengen gesetzlichen Vorschriften beachtet werden: Trinkwasser ist mit Abstand das am besten kontrollierte Nahrungsmittel in Deutschland.



*Ein tropfender Wasserhahn kann ganz schön ins Geld gehen. Es lohnt sich deshalb, bei Undichtigkeit gleich für Abhilfe zu sorgen.*



### Wussten Sie das?

Wer herzhaft in ein Steak beißt, denkt sicher nicht daran, dass er damit den weltweiten Wasserverbrauch ankurbelt. Tatsache aber ist: Für die Produktion von nur einem Kilo Rindfleisch werden 6.000 Liter Wasser benötigt. Auch wer sich ein Glas Milch gönnt, beeinflusst die Wasserbilanz: Für einen Liter Milch muss die Kuh 60 Liter Wasser trinken.



### Wasserverbrauch

Jeder Bundesbürger verbraucht derzeit rund 125 Liter Leitungswasser täglich. Nur fünf Liter davon dienen der Nahrungsaufnahme. Durchschnittlich 45 Liter laufen für Baden, Duschen und die Körperpflege aus dem Hahn. Die Toilettenspülung schluckt 34 Liter, 15 Liter benötigt die Waschmaschine, sieben Liter der Geschirrspüler, Putzen und Gartenarbeit schlagen mit acht Litern zu Buche, elf Liter werden dem Kleingewerbe zugerechnet. Das Bewusstsein für den sparsamen Umgang mit der kostbaren Ressource nimmt zu: Ende der 1980er Jahre lag der Wasserverbrauch pro Kopf noch bei täglich 140 Liter.

### Wasserbedarf

Schon die Oma wusste: „Kind, du musst viel trinken.“ Mittlerweile ist die Wissenschaft weiter, und der tägliche Flüssigkeitsbedarf des Menschen lässt sich in Liter und Milliliter benennen. Die von Ernährungsexperten empfohlene Menge pro Tag liegt für Kinder zwischen dem ersten und dritten Lebensjahr bei 820 Milli-

der sicheren Seite. Doch es gibt Ausnahmen: Bei großer Hitze, bei Fieber, in der Schwangerschaft, beim Abnehmen oder nach sportlicher Anstrengung empfehlen Mediziner eine deutlich höhere Wasserezufuhr. Am besten klärt man deshalb den individuellen Flüssigkeitsbedarf mit dem Hausarzt ab.

### Wasserwege im Körper

Was wenige wissen: Wasser übernimmt viele wichtige Aufgaben im menschlichen Organismus. Besonders gefragt ist es als Transportmittel. Zellbausteine und Nährstoffe werden über die Blutbahnen oder das Lymphsystem an die richtigen Zielorte befördert, Schad- und Abfallstoffe über die Nieren aus dem Körper gespült. Auch viele chemische Reaktionen im Kraftwerk Mensch funktionieren nur, wenn genügend Wasser vorhanden ist. In rund 70 Billionen Körperzellen finden täglich Trillionen von Stoffwechselreaktionen statt, an denen Wasser beteiligt ist. Zu wenig Wasser bedeutet deshalb eine Gefahr für den Organismus. Ein Wasserdefizit von mehr als 20 Prozent des Körpergewichts gilt als tödlich.

### Wasservorkommen

Knapp zwei Drittel unseres Trinkwassers werden aus Grundwasservorkommen gewonnen. Etwa 27 Prozent schöpfen die Wasserversorger aus oberirdischen Vorräten wie Seen und Flüssen. Mit neun Prozent bildet das Quellwasser den geringsten Anteil an der Trinkwasserversorgung.

### Wasserversorgung

99 von 100 bundesdeutschen Haushalten sind an die öffentliche Wasserversorgung angeschlossen. Vom Wasserwerk aus wird das Trinkwasser über ein Verteilsystem aus Speicherbehältern, Pumpen und Leitungen direkt in die Haushalte geleitet. Wichtig ist dabei: Das Wasser im öffentlichen Netz muss in Bewegung bleiben, damit sich keine Mikroorganismen bilden können. Das heißt: Wird zu viel Wasser gespart, geht der Schuss nach hinten los. Um ein hygienisch einwandfreies Lebensmittel zum Verbraucher zu transportieren, müssen die Versorger die Leitungen bei zu wenig Durchfluss spülen.

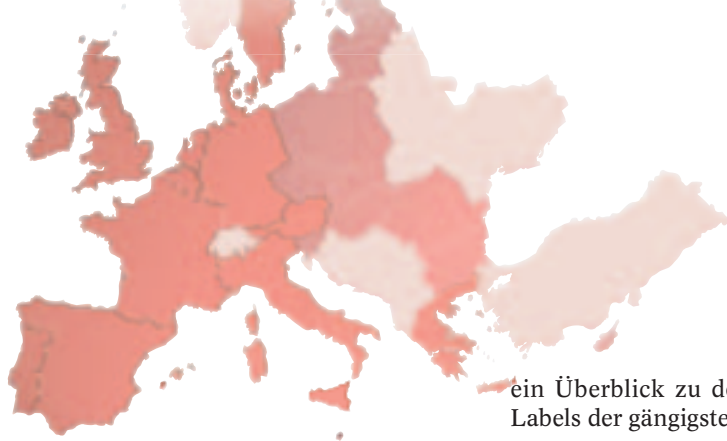


*Frisches, kühles, klares Leitungswasser ist ideal geeignet, um den täglichen Wasserbedarf zu decken. Kein anderes Lebensmittel wird so genau auf Reinheit und Bekömmlichkeit hin kontrolliert.*

litern. Bis zum 14. Lebensjahr steigert sich der Getränkebedarf auf 1,33 Liter pro Tag. Zwischen dem 15. und 65. Lebensjahr ist man mit 1,5 Litern täglich auf

# Effizienzklassen und EU-Label

Eigentlich ist alles ganz einfach. Ein Blick auf das EU-Energielabel genügt und die Verbraucher wissen, ob sie einen Stromfresser oder ein sparsames Haushaltsgerät vor sich haben. Seit Jahresbeginn sind die Angaben über die jeweiligen Energieeffizienzklassen noch genauer. Das überarbeitete EU-Label wurde um die Kategorie A+++ für besonders sparsame Leistung erweitert. Außerdem informiert das Etikett künftig auch über Aspekte wie die Geräuschentwicklung oder das Volumen eines Kühlschranks.



ein Überblick zu den Angaben auf den Labels der gängigsten Haushaltsgeräte:

Alles so schön bunt hier. Das neue EU-Energielabel arbeitet wie sein Vorgänger mit Buchstaben und Farben. Der rote Balken mit dem Buchstaben D steht für den höchsten Energieverbrauch. Das dunkelgrüne A+++ an oberster Stelle markiert die sparsamsten Geräte. Neben der farbigen Skala weist ein schwarzer Pfeil darauf hin, in welche Kategorie das jeweilige Produkt eingeordnet worden ist. Grundlage dafür bieten vergleichende Messungen unter Laborbedingungen. Das Verfahren ist europaweit einheitlich geregelt. Damit es keine Sprachbarrieren mehr gibt, werden Texte auf dem neuen Label durch Piktogramme ersetzt.

2011 ist beim Gerätekauf allerdings noch erhöhte Wachsamkeit gefragt. Für Ware, die bereits im Handel ist, gilt eine einjährige Übergangsfrist. Produkte, auf denen noch das Vorgänger-Label klebt, dürfen bis zum 20. Dezember dieses Jahres zum Verkauf angeboten werden. Nach dem Stichtag ist dann die neue Kennzeichnung verpflichtend. Auch darauf legt die EU Wert: Das Etikett muss gut sichtbar an der Vorder- oder Oberseite der Ausstellungsstücke im Verkaufsraum angebracht werden.

Verbraucher sollten ebenfalls beachten: Die grundsätzlichen Elemente auf dem jeweiligen Label stimmen zwar in der Regel überein, trotzdem gibt es je nach Warengruppe Unterschiede. Im Folgenden

## Kühl- und Gefriergeräte

Unter dem Namen (I) und der Typenbezeichnung (II) wird in den Effizienzklassen A+++ bis D unterschieden. Darunter steht der Energieverbrauch in Kilowattstunden pro Jahr. Hierbei handelt es sich um einen Durchschnittswert, der je nach Nutzung des Geräts auch variieren kann. Im unteren Teil des Labels informieren Piktogramme über die Gesamtnutzinhalte aller Kühlfächer und aller Tiefkühlfächer sowie über die Geräuschemission.

## Waschmaschinen

Die Energieeffizienzklassen reichen auch hier von A+++ bis D. Die Angabe des Jahresenergieverbrauchs basiert auf 220 Standardwaschgängen. Die Piktogramme geben Auskunft über den Wasserverbrauch in Liter pro Jahr, die maximale Füllmenge im Standardwaschprogramm 60 °C oder 40 °C Baumwolle, die Klassifizierung der Schleuderleistung von A bis G sowie die Geräuschemissionen während des Waschens und des Schleuderns.

## Geschirrspüler

Die sieben Effizienzklassen A+++ bis D bilden die Grundlage für eine sparsame Kaufentscheidung. Der Jahresenergiever-



So sieht das neue Label aus. In diesem Fall handelt es sich um eine Waschmaschine mit der Energieeffizienzklasse A+.

brauch berechnet sich aus 280 Standardwaschgängen. Wird das Gerät häufiger benutzt, muss man mit einem entsprechend höheren Verbrauch rechnen. Vier Piktogramme geben einen Überblick über den jährlichen Wasserverbrauch in Litern, die Trocknungswirkung auf einer Skala von A bis G, die Anzahl der Maßgedecke, die bei einer Standardbeladung im Gerät Platz finden, sowie die Geräuschemission.

## Fernsehergeräte

Seit Beginn des Jahres wird auch der Energieverbrauch der Geräte mit den bewegten Bildern bewertet. Im Moment markiert A die sparsamsten Geräte. Die Skala der Effizienzklassen wird in den nächsten Jahren schrittweise um A+ (2014), A++ (2017) sowie A+++ (2020) erweitert.



## Energie Spartipps

„Was kann ich allein schon bewegen?“

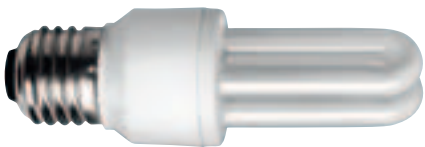
Diese Frage ist beim Thema Energiesparen fehl am Platz. Gerade wenn es darum geht, Ressourcen zu schonen und

der Umwelt etwas Gutes zu tun, ist jeder Einzelne gefragt. Dazu muss man wissen: Deutschland ist der fünftgrößte Energieverbraucher weltweit.

Rund vier Prozent des gesamten energiebedingten Kohlendioxidausstoßes weltweit werden zwischen Flensburg und dem Bodensee in die Luft geblasen. So viel schafft nicht einmal der gesamte afrikanische Kontinent. Etwa ein Viertel davon verursachen die Privathaushalte. Grund genug, sich einmal an die eigene Nase zu fassen und schlechte Gewohnheiten abzulegen.

### Erhellend

Für die Beleuchtung in unseren eigenen vier Wänden verbrauchen wir in etwa genauso viel Strom wie für Kochen und Backen. Dabei waren wir doch so sicher, dass



die vom Starkstrom abhängige Kochstelle den größeren Energiehunger hat. Tatsache aber ist: Die Lampen sind viel häufiger aktiv als das Ceranfeld oder der Backofen. Deshalb ist Energiesparen bei der Beleuchtung besonders ergiebig: Wer sich für moderne Energiesparlampen oder LED-Leuch-

ten entscheidet, kann seinen Stromverbrauch in diesem Bereich um bis zu 80 Prozent senken.

### Eiskalt

Kühl- und Gefriergeräte gehen eiskalt zur Sache – und benötigen dafür etwa ein Fünftel des Stroms, der in einem Haushalt verbraucht wird. Sparfüchse achten deshalb schon beim Kauf auf die Effizienzklassen auf dem EU-Label (Seite 10). Zu Hause ist der frostige Helfer am besten in Räumen platziert, die möglichst

### Wussten Sie das?

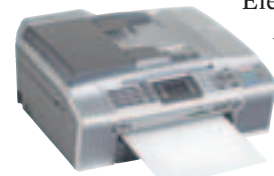
Smart-Metering heißt das Zauberwort der Zukunft. Bei Einsatz und Planung des individuellen Energieverbrauchs hilft künftig Kollege Computer. Daten und Informationen zu den Energieflüssen im Haus werden über intelligente Stromzähler an den PC übermittelt und dort mit einer speziellen Software ausgewertet. Der Verbraucher kann so stets ermitteln, wo Energiefresser sitzen. Außerdem können Angebote mit günstigem Nachtstrom effektiver genutzt werden.

wenig beheizt werden. In der Einbauküche sollte ein ausreichender Abstand zu Herd und Spülmaschine eingeplant werden. Auf keinen Fall warme Speisen in den Kühlschrank stellen. Wer Ordnung hält, kann außerdem langes Suchen bei geöffneter Tür vermeiden. Viel hilft nicht viel: 7 °C im Kühlschrank und minus 18 °C in der Gefriertruhe reichen völlig aus.



### Stromdiebe

Für diese Summe würde so mancher Gannove alles riskieren: Rund vier Milliarden Euro rauben Geräte im Stand-by-Betrieb den Bundesbürgern nach Berechnungen des Umweltbundesamts pro Jahr aus der Kasse. Mit etwas Wachsamkeit lassen sich die Verluste deutlich reduzieren. Deshalb sollte beim Kauf von Fernseher, DVD-Player, Stereoanlage und PC nicht nur auf den Stromverbrauch im aktiven Modus geachtet werden. Es lohnt sich, ein Gerät zu wählen, das sowohl im Leerlauf als auch im Normalbetrieb effizient arbeitet.



Elektrogeräte ohne Ausschalter lassen sich mit abschaltbaren Steckerleisten überlisten. Wer genau wissen will,

wie viel Strom ein Gerät verbraucht, sollte einen Energiekostenmonitor dazwischenschalten. Die kleinen Helfer gibt es im Baumarkt.

### Alle mögen's heiß

Im Winter soll es in den eigenen vier Wänden kuschelig warm sein, im Sommer soll das Wasser wohltemperiert aus der Dusche fließen. Auch hier kann man sparen, ohne auf die gewohnten Annehmlichkeiten zu verzichten. Moderne Heizsysteme bringen mit weniger Energie die gleiche Leistung und überzeugen durch geringere Emissionen. Solange sich regenerative Energieformen noch nicht endgültig durchgesetzt haben, empfiehlt sich die Erdgas-Brennwerttechnik als umweltschonende und hoch effektive Lösung. Eine aktuelle Studie des Umweltbundesamts zeigt: Gasbrennwertkessel schneiden bei den jährlichen Gesamtkosten im Moment sogar noch besser ab als Wärmepumpen.

**ERDGAS** 



## Fernsehen – neue bunte Medienwelt

Fernsehzuschauer müssen heute nicht mehr in die Röhre schauen. Moderne TV-Geräte sind flach, werben mit Abkürzungen wie HDTV, HbbTV oder 3-D für ihre Leistungsfähigkeit und lassen dem Nutzer nur wenig Zeit, sich an ihre zahlreichen Finessen zu gewöhnen. Der Markt ist in Bewegung und nur soviel ist sicher: Nach wenigen Jahren ist jede Innovation schon wieder veraltet. Wer sich ein neues Gerät anschafft, muss deshalb vieles beachten.

Der Wunsch nach bewegten Bildern im eigenen Zuhause wächst stetig. Findige Statistiker haben den erstaunlichen Wandel bereits im Jahr 2005 dokumentiert. Erstmals verbrachte der durchschnittliche Bundesbürger mehr Zeit mit Fernsehen als mit Essen. Fünf Jahre unserer gesamten Lebenszeit, so berechneten die Zahlenjongleure, widmen wir der Nahrungsaufnahme. Sechs Monate mehr verbringen wir mit der Fernbedienung in der Hand vor Tagesschau, Tatort und Co.

Doch es ist nicht einfach, im Markt der Möglichkeiten den Überblick zu behalten. Gestern noch wetteiferten die Freunde

des Flachbildschirms um die Frage „Wer hat den Größten?“, schon lockt die Branche mit Neuerungen wie hochauflösenden Bildern, dreidimensionalem Erlebniss oder der Internettauglichkeit des Fernsehgeräts. Dabei werden die Hersteller nicht müde, Otto Normalbürger mit einer Vielzahl von Abkürzungen zu beeindrucken. Zwischen Begriffen wie HDTV, Hybrid TV, Set-Top-Box oder Buchstabenfolgen wie PIP, POP, PAP und TOP verliert man schnell den Überblick. Was sich hinter den gängigsten Abkürzungen und Fachbegriffen verbirgt, zeigt folgender Überblick:

### LCD oder Plasma

Bei den Flachbildschirmen galten Plasmageräte lange als die brillantere Bildvariante. Mittlerweile aber hat die LCD-Technologie Kinderkrankheiten wie Schattenbilder oder ungleichmäßige Beleuchtung auskuriiert. Die Hersteller der Flüssigkristall-Fernseher (LCD steht für Liquid Crystal Display) vermerken einen deutlichen Absatzschub. Von 9,6 Millionen Flachfernsehern, die im Jahr 2010 bundesweit verkauft wurden, waren etwa 70 Prozent LCD-Geräte. Röhren-Fernseher, die unter dem Fachbegriff CRT geführt werden, findet man seit dem Jahr 2008 kaum noch im Fachhandel.

### HDTV-Qualität

HDTV steht für High Definition Television und ist ein weltweit definierter digitaler Standard, der eine Reihe von Fernsehnormen mit erhöhter Bildauflösung umfasst. Die Vorzüge des auf das Seitenverhältnis von 16 : 9 festgelegten Bildformats zeigen sich vor allem in schärferen Konturen und besseren Farben. Doch



aufgepasst: Nicht alle Fernsehgeräte sind für den Empfang hochauflösender Bilder gerüstet. Wer keinen integrierten HD Receiver hat, kann das Gerät jedoch nachrüsten, wenn der Bildschirm mindestens eine Auflösung von 720 Zeilen hat. Das Logo „HD-ready“ weist darauf hin. HD-Signale werden digital erzeugt und übermittelt – entsprechende Anschlüsse sind also Voraussetzung dafür.

### Set-Top-Box

Die HD-Signale der öffentlich-rechtlichen Fernsehsender werden unverschlüsselt ausgestrahlt. Bei privaten Anbietern ist das anders. Um deren Signale zu entschlüsseln, sind in der Regel sogenannte Set-Top-Boxen nötig. Hinter dem Begriff verbergen sich Beistellgeräte, die zwischen geschaltet werden, meist gebührenpflichtig sind und über eine eigene Fernbedienung angesteuert werden. Bei modernen TV-Geräten sind die Komponenten für den Empfang von HD-Signalen über Satellit oder Kabel bereits eingebaut.

### HbbTV

Wenn man schon vor dem TV-Bildschirm sitzt, könnte man auf diesem Weg doch auch gleich ins Internet gehen. Diesen Wunsch will die Fernsehindustrie ihren Kunden erfüllen. Der Begriff HbbTV steht für die Verknüpfung der Heimkinos mit dem interaktiven WorldWideWeb. Dank Hybrid broadcast broadband TV soll der direkte Zugriff auf Online-Inhalte und Dienstleistungen – wie zum Beispiel ein bestimmter Film auf Abruf oder Online-Shopping – möglich werden. Bisher sind jedoch nur wenige taugliche Geräte auf dem Markt und der Zugriff auf Service-Angebote im Internet ist begrenzt. HD-fähige Fernseher können auch hier nachgerüstet werden. Die hybride Set-Top-Box erfüllt ihren Zweck jedoch nur, wenn ein Breitband-Anschluss vorhanden ist.

### 3-D

Im Kino ist das kein Problem. Doch die Vorstellung, fortan nur noch mit der 3-D-Brille auf der Nase fernzusehen, gefällt nicht jedem. An TV-Geräten mit dreidimensionaler Tiefenwirkung wird deshalb unter Hochdruck gearbeitet. Nachdem Filme wie Avatar den Wunsch nach räumlichem Sehen am Bildschirm angeheizt haben, sind die Technologiemarkte in Schwung gekommen. Die ersten tragbaren 3-D-Spielkonsolen, Smartphones, Bilder-

rahmen und Kameras, die ohne lästige Brille in die Tiefe blicken lassen, sind bereits auf dem Markt. Die Ziele der Branche sind ehrgeizig: Bis zum Jahr 2015 soll jeder fünfte Haushalt zwischen Flensburg und Bodensee dreidimensional fernsehen.

### PIP, PAT, POP, PAP und TOP

Was für ein Wortsalat. Dabei ist eigentlich alles ganz einfach. Die Abkürzungen stehen für Funktionen, die ermöglichen, dass verschiedene Bilder gleichzeitig auf dem Bildschirm erscheinen. Zum Verständnis sind allerdings Englischkenntnisse vonnöten: PIP steht für Picture in Picture, was so viel bedeutet wie Bild in Bild. PAT (Picture and Text) weist auf die Einblendung eines Textes im TV-Bild hin, PAP (Picture and Picture) wird verwendet, wenn zwei gleich große Bilder auf dem Bildschirm erscheinen, und TOP (Table of Pages) bezeichnet nichts anderes als die Liste, mit der auf häufig genutzte Seiten zugegriffen werden kann.



Ein neues Gerät bringt nicht nur mehr Fernsehgenuss. Auch der Stromverbrauch wird mit der verbesserten Technik deutlich gesenkt.

### Tipps zum Fernsehkauf



#### Bauart

Bei den alten Röhrenfernsehern waren der Bildgröße natürliche Grenzen gesetzt. Denn: Je größer die Diagonale, desto tiefer wurde das Gerät. Flachbildschirme eröffnen hier neue Dimensionen. LCD-Fernseher bewegen sich zwischen 15 bis 46 Zoll Bilddiagonale, Plasmageräte kommen auf bis zu 61 Zoll, was ungefähr 155 Zentimetern entspricht.

#### Bildformat

Noch vor wenigen Jahren mussten die Fernsehzuschauer bei der Ausstrahlung von Kinofilmen am oberen und unteren Bildrand schwarze Balken ertragen. Das lag am gängigen TV-Format, das mit 4:3 so gar nicht zu den Zelluloid-Streifen passen wollte. Mittlerweile hat der Zuschauer die Wahl: Wer sich für das Format 16:9 entscheidet, kann das volle Bild genießen. Moderne Geräte erlauben unterschiedliche Einstellungen.

#### HD ready

Das Logo zeigt an, dass ein Fernsehgerät für den Empfang von hochauflösenden digitalen Signalen geeignet ist. Über die Ausstattung mit den dafür benötigten Empfangskomponenten sagt das Schild jedoch nichts aus. Unbedingt den Fachhändler fragen.

#### Transport

Flachbildfernseher sind empfindlicher als Röhrengeräte. Im Auto empfiehlt sich ein stehender Transport. Außerdem können Temperaturschwankungen zu Schäden führen. Das Gerät sollte erst dann in Betrieb genommen werden, wenn es sich an die Zimmertemperatur angeglichen hat.

#### Pflege

Glitzi-Schwämme, Scheuermilch oder Essigreiniger sind Gift für die glatten Flächen der Flachbildfernseher. Glas und Kunststoff sollten lediglich mit einem trockenen, weichen Tuch und bei größeren Verschmutzungen mit etwas Glasreiniger bearbeitet werden.

# Die erste **eigene** Wohnung

Es gibt viele Gründe, zu Hause ausziehen: Stress mit den Eltern, der erste eigene Job, ein Studienplatz in einer anderen Stadt. Was auch immer die Beweggründe sind – eine gründliche Planung im Vorfeld ist in jedem Fall unverzichtbar.

Auch das schönste Elternhaus wird für den Nachwuchs irgendwann zu eng. Sätze wie „Sei doch nicht so unordentlich!“ und „Warum ist es denn gestern so spät geworden?“ hat man lange genug gehört. Außerdem ist längst klar: Auch Mutter und Vater sind nur Menschen, und viele Dinge würde man selbst ganz anders machen. Die erste eigene Wohnung ist für junge Erwachsene der lang ersehnte Schritt in die Selbstständigkeit. Doch aufgepasst: Auf dem Weg in die Freiheit lauern einige Stolperfallen.

Wer auf eigenen Füßen stehen will, muss sich mit vielen neuen Fragen beschäftigen. Meist sind der Umsetzung der Träume vom großzügigen Residieren in bester Wohnlage finanzielle Grenzen gesetzt. Wer clever plant und die Wohnungssuche strategisch angeht, kann sich jedoch auch mit einem knappen Budget seine ganz persönliche Wohlfühloase schaffen.



## Dies sollte auf der Checkliste stehen:

- ◆ Nicht von allen lieb gewonnenen Gewohnheiten muss man sich verabschieden: Wer bisher mit dem Energieversorger der Eltern gute Erfahrungen gemacht hat und die gleiche persönliche Kundenbeziehung in Anspruch nehmen will, kann auch in neuer Umgebung von den Vorzügen des bewährten Energieversorgers profitieren. Das gilt sowohl bei einem Ortswechsel als auch bei einem Umzug innerhalb des Orts. Ein Beratungsgespräch mit den Stadtwerken vor Ort lohnt sich deshalb auf jeden Fall.
- ◆ Wer bezahlt das neue Quartier und wie viel darf es kosten? Auf diese Fragen braucht man belastbare Antworten. Immobilienexperten raten: Miet- und Nebenkosten sollten auf keinen Fall mehr als ein Drittel des monatlichen Nettobudgets betragen.
- ◆ Unbedingt beachten: Beim Abschluss eines Mietvertrags können weitere Kosten hinzukommen. Werden Maklergebühren fällig, liegen diese im Bereich von zwei bis zweieinhalb Monatsmieten zuzüglich Mehrwertsteuer. Außerdem sichern sich Vermieter häufig durch eine Kautionsab. Dabei handelt es sich um einen Betrag – meist eine bis zwei Monatsmieten –, der auf einem Sparsbuch angelegt wird und den der Mieter beim Auszug nur dann in voller Höhe zurück erhält, wenn er die Wohnung ohne Schäden hinterlässt.
- ◆ Ein detaillierter Haushaltsplan bringt Sicherheit: Wer genau weiß, wie viel Geld er für Dinge wie Nahrung, Kleidung, Bücher, Internet, Telefon, GEZ-Gebühren, Urlaub, Geschenke, Reparaturen am Auto oder Fahrtkosten benötigt, erlebt keine unliebsamen Überraschungen.
- ◆ Welche Wohnung ist die richtige? Wer einsame Abende in den eigenen vier Wänden fürchtet, für den ist eine WG die erste Wahl. Häufig ist der Mietpreis in den Gemeinschaftsunterkünften auch etwas günstiger. Wer studiert, kann sich um ein Zimmer in einem Studentenwohnheim bemühen.
- ◆ Wichtig: Genügend Zeit einplanen. Während WG-Zimmer und Studentenbuden auch kurzfristig inseriert werden, benötigt die Suche nach einer bezahlbaren Wohnung gerade in größeren Städten einen ausreichenden Vorlauf: Mit drei bis vier Monaten Suche sollte man auf jeden Fall rechnen.
- ◆ Auch wenn man jetzt selber groß sein möchte: Es kann nicht schaden, den Mietvertrag vor der Unterschrift noch einmal einer erfahrenen Person zu zeigen.
- ◆ Weitere Anregungen zum Start in die Selbstständigkeit gibt es im Internet unter [www.erstewohnung24.de](http://www.erstewohnung24.de) oder [www.umzug.info.de](http://www.umzug.info.de).

Wer lieber schmökert, kann von den Erfahrungen folgender Autoren profitieren:

Ingrid Kretz und Detlef Müller,  
Home Sweet Home: Überlebens Tipps für die ersten eigenen vier Wände.

Verlag: Gerth Medien  
ISBN-13: 978-3865913036

Natalie Stowasser und Patrick Choinowski,  
Check out!: Hotel Mama adé – Start ins eigene Leben.  
Verlag: Gondolino  
ISBN-13: 978-3811231245



# Fisch auf den Tisch



Foto: Wirths PR

## Gefüllte Tomaten mit Hummerkrabben und mit Putenbrust

Bei den Fleischtomaten großzügig den Deckel abschneiden und die Tomaten mit einem Löffel aushöhlen. Die Tomatendeckel würfeln. Hummerkrabben in wenig Salzwasser garen, aus der Schale lösen und in Scheiben schneiden. Die Zuckerschoten in kochendem Salzwasser blanchieren. Ein kleines Stück Paprika würfeln, mit den Erbsen, den Tomatenwürfeln und den Krabbenscheiben und 200 g Crème fraîche mischen und in vier ausgehöhlte Tomaten füllen. Mit Dill und einigen blanchierten Zuckerschoten garnieren. Putenbrust, Eiweiß und Eigelb würfeln und unter die restliche Crème fraîche heben. Die Masse in die vier verbliebenen Fleischtomaten füllen und mit Kresse und etwas gehacktem Eigelb garnieren.

### Rezept für 4 Personen

8 Fleischtomaten  
4 große Hummerkrabben  
einige Zuckerschoten  
2 Stück gelbe Paprika  
4 EL Erbsen  
400 g Kräuter Crème fraîche  
Dillfähnchen  
2 dicke Scheiben geräucherte Putenbrust  
2 hartgekochte Eier  
1/2 Beet Kresse

Mit Prosecco als Aperitif wird ein gelungenes Mahl zum Festessen.



Foto: Wirths PR

## Pasta mit Spargelspitzen und Lachsstreifen

Nudeln gemäß Packungsangabe kochen. Inzwischen Fischfond und Sahne auf die Hälfte einkochen und mit Salz und Zitrone abschmecken. Grünen Spargel dünn schälen und in vier bis fünf Zentimeter lange Stücke schneiden. Brühe mit einem TL Butter zum Kochen bringen, mit Muskat würzen, Spargel zugeben und zwei Minuten bei geschlossenem Topf garen. Nudelwasser abschütten, Butterflocken auf Nudeln setzen und dann auf den Tellern anrichten. Spargel und den in Streifen geschnittenen Lachs darübergeben. Mit Sauce und Forellenkaviar garnieren.

### Rezept für 4 Personen

500 g Bandnudeln (z.B. Linguine)  
0,4 l Fischfond  
0,2 l Sahne  
Salz  
Zitrone  
250 g grüner Spargel  
100 g Brühe  
50 g Butter  
Muskat  
200 g Räucherlachs  
1 Glas Forellenkaviar (50 g)



## Mitmachen und tolle Preise gewinnen!

Wenn Sie das Heft aufmerksam gelesen haben, können Sie die folgende Frage leicht beantworten:

Wie viele Pedelecs stellen die Stadtwerke Ihren Gästen zur Verfügung?

☐ A) 5 Pedelecs

☐ B) 7 Pedelecs

☐ C) 10 Pedelecs

Wissen Sie es? Dann kreuzen Sie bitte den richtigen Lösungsbuchstaben an! Sie können die Lösung an nachfolgende Adresse senden, faxen, mailen oder auch direkt bei uns vorbeibringen. Einsendeschluss ist der **30. Juni 2011**. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Mitarbeiter der Stadtwerke Neustadt in Holstein und deren Angehörige dürfen nicht teilnehmen.

*Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Eine Barauszahlung der Preise ist nicht möglich.*

Name, Vorname

Straße

PLZ, Ort



Stadtwerke Neustadt i.H.  
Kennwort: „Rätsel“  
Ziegelhof 8  
23730 Neustadt i.H.



Faxnummer  
04561 5110-601



info@swnh.de

## Wir verlosen dieses Mal:

**1. Preis:** einen Trinkwasser-Sprudler



**2. Preis:** ein Buch von Al Gore „Wir haben die Wahl“



**3. Preis:** eine Stadtwerke-Armbanduhr



### Vorschau Ausgabe 3/2011

Energiekonzern oder regionales Stadtwerk? Der Trend geht wieder klar zum örtlichen Versorger. Die Zuverlässigkeit, die Bürgernähe, der Service und die Leistungsfähigkeit sprechen dafür. Im nächsten Heft erläutern wir die Gründe.



Ziegelhof 8  
23730 Neustadt i.H.

### Kundenzentrum

Telefon 04561 5110-150  
Telefax 04561 5110-600

Birte Speth 04561 5110-834  
Marita McKeown 04561 5110-836  
Sabrina Brunow 04561 5110-839  
Kathrin Rühlicke 04561 5110-841  
Anja Büker 04561 5110-842

Inkasso  
Corinna Markmann 04561 5110-850

### Öffnungszeiten

Mo. bis Mi. 08:00 bis 12:00 Uhr  
13:00 bis 16:00 Uhr  
Do. 08:00 bis 12:00 Uhr  
13:00 bis 18:00 Uhr  
Fr. 08:00 bis 12:00 Uhr

### Hafen

Peter Nippel 04561 5110-500  
Sven Oldhof 04561 5110-510

### E-Mail/Internet

info@swnh.de  
www.swnh.de

### Störungsdienst (24 Stunden)

Strom 04561 5110-250  
Gas, Wasser, Wärme 04561 5110-350  
Abwasser 04561 5110-450

## Watt-Stärke

Kundenmagazin der Stadtwerke Neustadt in Holstein.  
Verantwortlich für die Lokalseiten: Gert-Jürgen Vieweg.

Körner Magazinverlag GmbH, Otto-Hahn-Straße 21,  
71069 Sindelfingen – Redaktion: Claudia Barner.  
Verantwortlich: Ingo Wissendanner.  
Telefon 07031 28606-80/81,  
Telefax 07031 28606-78.  
info@koernermagazin.de  
Druck: Körner Rotationsdruck, 71069 Sindelfingen.