

EVG magazin

Miträtseln
und
Open-Air-Kino-
Eintrittskarten
gewinnen!

KLUGE NETZE

Stromnetze übernehmen mit der Energiewende anspruchsvolle neue Aufgaben.

HITZEFREI

So lässt sich die Wärme zu Hause am besten aussperren.

Reisen auf dem Rad

Manche Bikepacker nehmen ihr gesamtes Gepäck auf dem Rad mit. Worauf Neulinge achten sollten.



Liebe Leserinnen, liebe Leser,

mit den Stromleitungen unseres Landes könnte man 50 Mal die Erde umwickeln: Rund zwei Millionen Kilometer bilden kreuz und quer ein Netz, das uns täglich mit Strom versorgt. Und damit ist das Ende der Fahnenstange noch lange nicht erreicht, denn der Bedarf steigt: E-Autos müssen geladen und Wärmepumpen mit Strom betrieben werden. Was wir brauchen, ist ein starkes, stabiles und smartes Netz, das von erneuerbaren Energien gespeist wird. Auf die EVG können Sie sich bei allen Herausforderungen weiterhin verlassen. Die erneute Auszeichnung als TOP-Lokalversorger belegt, dass wir ein erstklassiger Partner im Bereich der Energiedienstleistungen sind.

Um den Klimawandel einzudämmen und seine Folgen zu kompensieren, sind viele intelligente Lösungen nötig. In dieser Ausgabe erfahren Sie noch mehr zum „Energienetz der Zukunft“, außerdem, wie Sie zu Hause „cool“ bleiben und Strom einsparen können und wie eine Stadt zum Schwamm wird.

Viel Spaß bei der Lektüre.
Es grüßt Sie herzlichst Ihr

Tilmann Bauer

Tilmann Bauer, Geschäftsleitung
Energieversorgung Gaildorf OHG



Foto: stock.adobe.com – M. Schupich



Großes Kino unter Sternen

ROMANTISCHE STREIFEN, actionreiche Thriller, dramatische Schicksale, bezaubernde Komödien – Filme haben etwas Magisches, ganz besonders unter dem sommerlichen Sternenzelt zwischen den mittelalterlichen Mauern des Schlosshofes in Gaildorf. Deshalb bleibt das große Open-Air-Kinospektakel auch diesen Sommer nicht aus: Vom 17. bis 27. Juli 2024 dürfen sich beim Festival des Vereins Sonnenlichtspiele e. V. alle Kino-Begeisterten an zehn Abenden von den fantastischen Leinwand-Welten mitreißen lassen. Die EVG sorgt während der Filmvorführungen für den nötigen Strom. Den aktuellen Spielplan und weitere Infos gibt es auf openair.kino-gaildorf.de und in der aktuellen Tagespresse.

Foto: stock.adobe.com – Niklaus Hopfner, Nik



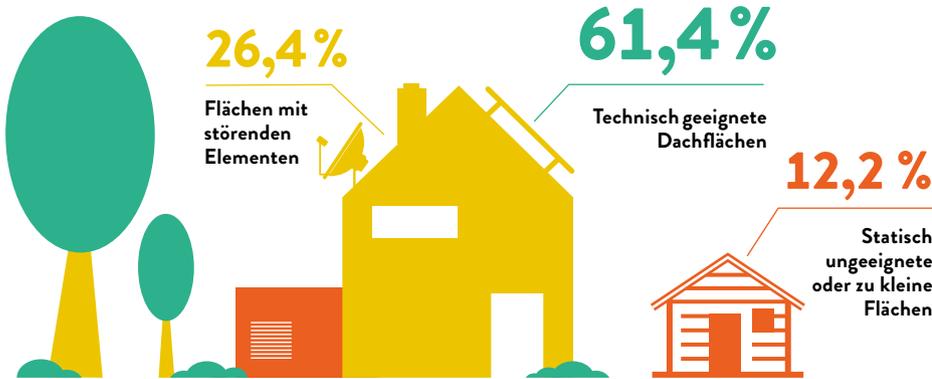
Energetische Sanierung steuerlich geltend machen

SPAREN BEIM SANIEREN: Wer seine Immobilie 2023 energetisch saniert hat, kann die Kosten bei der Steuererklärung für das Jahr geltend machen. Insgesamt lassen sich 20 Prozent der Kosten, verteilt über drei Jahre, von der Steuerschuld abziehen – bis zu einem Höchstbetrag von 40 000 Euro. Die Steuerermäßigung gibt es unter anderem für den Einbau von Wärmedämmungen oder die Erneuerung von Fenstern, Außentüren und Heizungen. Die Immobilie muss mindestens zehn Jahre alt sein und die Eigentümer müssen selbst darin wohnen. Außerdem darf die Sanierungsmaßnahme nicht gleichzeitig staatlich gefördert und steuerlich begünstigt werden.

Wieder mal TOP

ERNEUT UNTER BEWEIS GESTELLT: Die EVG ist und bleibt TOP-Lokalversorger. Das Qualitätssiegel 2024 erhielt sie gleich für beide Sparten Strom und Gas. Auch in diesem Jahr überzeugte die EVG das unabhängige Energieverbraucherportal durch ein stimmiges Versorgungspaket, das neben fairen Preisen viele weitere Mehrwerte für Kundinnen und Kunden beinhaltet. Die besonderen Fleißsternchen werden vergeben in den Kategorien Service, Transparenz, regionales Engagement und Nachhaltigkeit. Bei TOP-Lokalversorgern darf man sich sicher sein: Sie handeln mit einem hohen Maß an Verantwortungsbewusstsein gegenüber ihren Kundinnen und Kunden, investieren in die Zukunft und stärken die Region. Auf die EVG ist also Verlass, in jedem Fall.

So viele Dachflächen eignen sich für Photovoltaik



Deutschlands Dachflächen sind mit rund 6700 Quadratkilometern etwa 2,5-mal so groß wie das Saarland. Rund 61 Prozent dieser Fläche eignen sich für die Montage von Photovoltaikanlagen. Bei gut einem Viertel der Flächen sind Störelemente wie Schornsteine oder Satellitenschüsseln im Weg. Nur circa zwölf Prozent sind statisch ungeeignet oder zu klein.

Alte Heizkessel müssen raus

VOR 1994 EINGEBAUTE HEIZKESSEL müssen in diesem Jahr unter Umständen erneuert werden. Das Alter des Kessels findet sich auf dem Typenschild, im Schornsteinfegerprotokoll oder in den Bauunterlagen. Raus aus dem Keller müssen Konstanttemperaturkessel. Niedertemperatur- und Brennwertkessel fallen dagegen nicht unter die Regelung. Eigentümerinnen und Eigentümer von Ein- und Zweifamilienhäusern, die schon lange in ihrer Immobilie wohnen, sind generell von der Austauschpflicht befreit.

Besser für die Umwelt

DAS EVG-MAGAZIN trägt jetzt den „Blauen Engel“. Das Siegel steht für besondere Nachhaltigkeit im ökologischen Sinne und ist somit ein Zeichen für umweltfreundliche Produkte. Bei Druckerzeugnissen bedeutet der Blaue Engel: Umweltschonende Druckpapiere und Produktionsprozesse. Für die Energieversorgung Gaildorf ist die Auszeichnung für ihr Kundenmagazin ein wichtiger Schritt innerhalb ihrer grünen Strategie. Für seine Vergabe erstellt das Umweltbundesamt mithilfe einer unabhängigen Jury und basierend auf wissenschaftlichen Studien Kriterien. Sie umfassen verschiedene Aspekte der Umweltverträglichkeit, etwa den Einsatz schadstoffarmer Materialien, energiesparende Herstellungsverfahren sowie eine hohe Recyclingfähigkeit, und berücksichtigen den gesamten Lebenszyklus. Der gezielte Einsatz von Produkten und Dienstleistungen mit dem „Blauen Engel“ leistet einen positiven Beitrag zum Umweltschutz und unterstützt den Gedanken eines verantwortungsvollen Konsums.



www.blauer-engel.de/uz195

Quelle: Agora Energiewende, basierend auf greenventory (2023)



Foto: stock.adobe.com – Kirill Gorlov

E-Mobile werden teurer

ELEKTROAUTOS sind im vergangenen Jahr um gut 4000 Euro teurer geworden als 2022. Das hat das Forschungsinstitut Center of Automotive Management (CAM) berechnet. Aktuell liegt der Durchschnittspreis für ein neues E-Mobil bei rund 52 700 Euro. Sonderausstattungen und Förderungen wurden nicht mitberechnet. SUVs machten im Jahr 2023 knapp die Hälfte aller angebotenen Modelle aus, das Angebot an Minis und Kleinwagen sank dagegen. Während sich Reichweite und Ladeleistung von E-Mobilen relativ gut entwickeln, würden die im Vergleich zu Verbrennern hohen Preise den Umstieg auf die Elektromobilität bremsen, warnt das CAM.

Eine Übersicht über 30 preiswerte Elektroautos bietet der ADAC unter mehr.fyi/guenstige-stromer



VIRTUELLES WASSER

Wie viele Liter Wasser werden verbraucht, um ein Handy zu produzieren? Oder einen Burger? Eine neue App des Bundesverbands der Energie- und Wasserwirtschaft klärt auf und schafft ein Bewusstsein, achtsam mit Wasser umzugehen.

mehr.fyi/wasser-virtuell

ZU HAUSE IST ES COOL

In vielen Häusern und Wohnungen wird es im Sommer unerträglich warm. Um die Hitze auszusperren, hilft ein effektiver **Sonnenschutz**.
Aber welches System eignet sich am besten?

*Rollläden, Markisen,
Fensterläden: Es gibt
viele Optionen, die
Hitze auszusperren.*



Schlecht gedämmte Häuser und Wohnungen heizen sich im Sommer oft saunaartig auf. Selbst wenn die Bewohner nachts die Fenster aufreißen, lässt sich die Kühle über den Tag nicht halten. Eine Ursache dafür ist – neben der mangelhaften Isolierung – ein ineffektiver Sonnenschutz. Innenliegende Systeme sind meist weniger wirksam, denn sie können nur die bereits eingedrungenen Sonnenstrahlen nach außen reflektieren. Über weiße oder spiegelnde lichtundurchlässige Oberflächen funktioniert das noch am besten. Jalousien, Rollos oder Plissees – Möglichkeiten gibt es viele. Die Hitze halten sie jedoch nicht so effektiv ab wie die folgenden Lösungen:

Rollläden

Früher kamen meist innenliegende Rollläden zum Einsatz. Inzwischen wurden diese weitgehend von außenliegenden Systemen abgelöst, da sie zahlreiche Vorteile bieten: Sie verringern die Sonneneinstrahlung im Raum um bis 75 Prozent, schützen effektiver vor Lärm und erschweren Einbrechern das Handwerk. Moderne, dämmende Rollläden halten im Winter mehr Wärme im Gebäude. Dadurch lassen sich rund 30 Prozent Energie sparen.

Nachteil: Rollläden schränken die Sicht ein und müssen gewartet werden. Bei elektrisch betriebenen Modellen ist die Installation vergleichsweise aufwendig.

Kosten: Die Preise sind sehr verschieden: Ein Aufsatzrollladen mit PVC-Profilen als Komplettsatz für ein kleines Fenster ist bereits ab rund 150 Euro erhältlich.

Markisen

Sie halten UV-Licht ab, beschatten Fenster, Balkon oder Terrasse und verschönern darüber hinaus die Fassade.

Nachteil: Markisen halten die Sonne nur von einem Teil des Hauses ab, zudem können sie windanfällig sein.

Kosten: Sie richten sich nach Größe, Material, Montageart und Ausführung. Es gibt Markisen mit Handkurbel oder mit Motor und Fernbedienung. Für Letztere können inklusive Montage bis zu 3000 Euro zusammenkommen. Einfache Ausführungen mit Handkurbel gibt es schon für rund 150 Euro – ohne Montage.

Raffstores oder Jalousien

Raffstores und Jalousien sind ähnlich aufgebaut und werden als bewegliche Systeme meist schienen- oder seilgeführt. Außenliegend halten sie Wärme ab. Über die Stellung der Lamellen lässt sich auch der Lichteinfall steuern und sie gewähren einen Blick nach außen. Über Wettersensoren gesteuerte Raffstores arbeiten besonders effizient. Optional gibt es Windwächter, die die Raffstores ab einer bestimmten Windgeschwindigkeit automatisch einfahren.

WAS SONST NOCH HILFT?

- Türen und Fenster tagsüber schließen, die warme Luft nicht ins Haus lassen. Frühmorgens, abends oder nachts richtig durchlüften, wenn die Temperaturen kühler sind.
- Zusätzliche Wärmequellen wie Computer, Lampen oder Fernseher ausschalten. Nicht nur auf Stand-by stellen, sondern komplett vom Netz nehmen.
- Gut dämmen: Die Isolierung wirkt nicht nur im Winter wie ein dicker Mantel, sondern hält auch im Sommer Hitze ab. Fachleute sprechen hier vom sommerlichen Wärmeschutz.
- Pflanzen ins Haus holen. Sie befeuchten die Luft, indem sie einen Großteil ihres Gießwassers wieder an den Raum abgeben. Das hilft im Sommer gegen Hitze und im Winter gegen trockene Nasenschleimhäute.

Nachteil: Raffstores oder Jalousien können windanfällig sein.

Kosten: Raffstores gibt es in verschiedenen Preissegmenten. Am besten von einem Fachhändler beraten lassen. Auch die Preise für Außenjalousien variieren je nach Größe, Qualität und Ausführung.

Sonnenschutzgläser

Sie können etwa 80 Prozent der Wärme draußen halten. Eine hauchdünne metallische Schicht filtert die Sonnenstrahlen so, dass nur ein kleiner Teil der energiereichen Infrarotstrahlung ins Haus gelangt. Moderne Gläser lassen fast so viel Licht durch wie normale Wärmedämmgläser.

Nachteil: Im Winter kann das Licht die Räume nicht wärmen, zudem bieten die Gläser keinen Blendschutz. Dieser muss extra angebracht werden.

Kosten: Die Zusatzfunktion „Sonnenschutz“ schlägt zusätzlich mit rund 40 bis 60 Euro pro Quadratmeter Glas zu Buche.

Sonnenschutzfolien

Sind bauliche Veränderungen unerwünscht, lassen sich Sonnenschutzfolien von außen auf die Scheibe kleben: UV-Strahlen bleiben draußen und Blendungen werden abgemildert.

Nachteil: Die Räume bleiben auch in Monaten mit wenig Tageslicht verdunkelt.

Kosten: Erhältlich sind Sonnenschutzfolien ab rund 30 Euro pro Quadratmeter.

Fensterläden und textiler Sonnenschutz

Traditionelle Klappläden aus Holz oder moderne, isolierte Fensterläden schützen Räume im geschlossenen Zustand ebenfalls gut vor der Wärme. Gedämmte Modelle halten im Winter zusätzlich die Wärme im Haus. Wer sich im Internet umsieht, findet außerdem Ideen und Montagevorschläge für temporär angebrachte Stoffe vor den Fenstern. Auch sie helfen zu verhindern, dass sich Räume im Sommer zu stark aufheizen. Aber Achtung: Ist die Wohnung oder das Haus kein Eigentum, ist es besser, vor dem Bohren, Montieren oder Installieren den Vermieter oder die Vermieterin zu fragen. ■

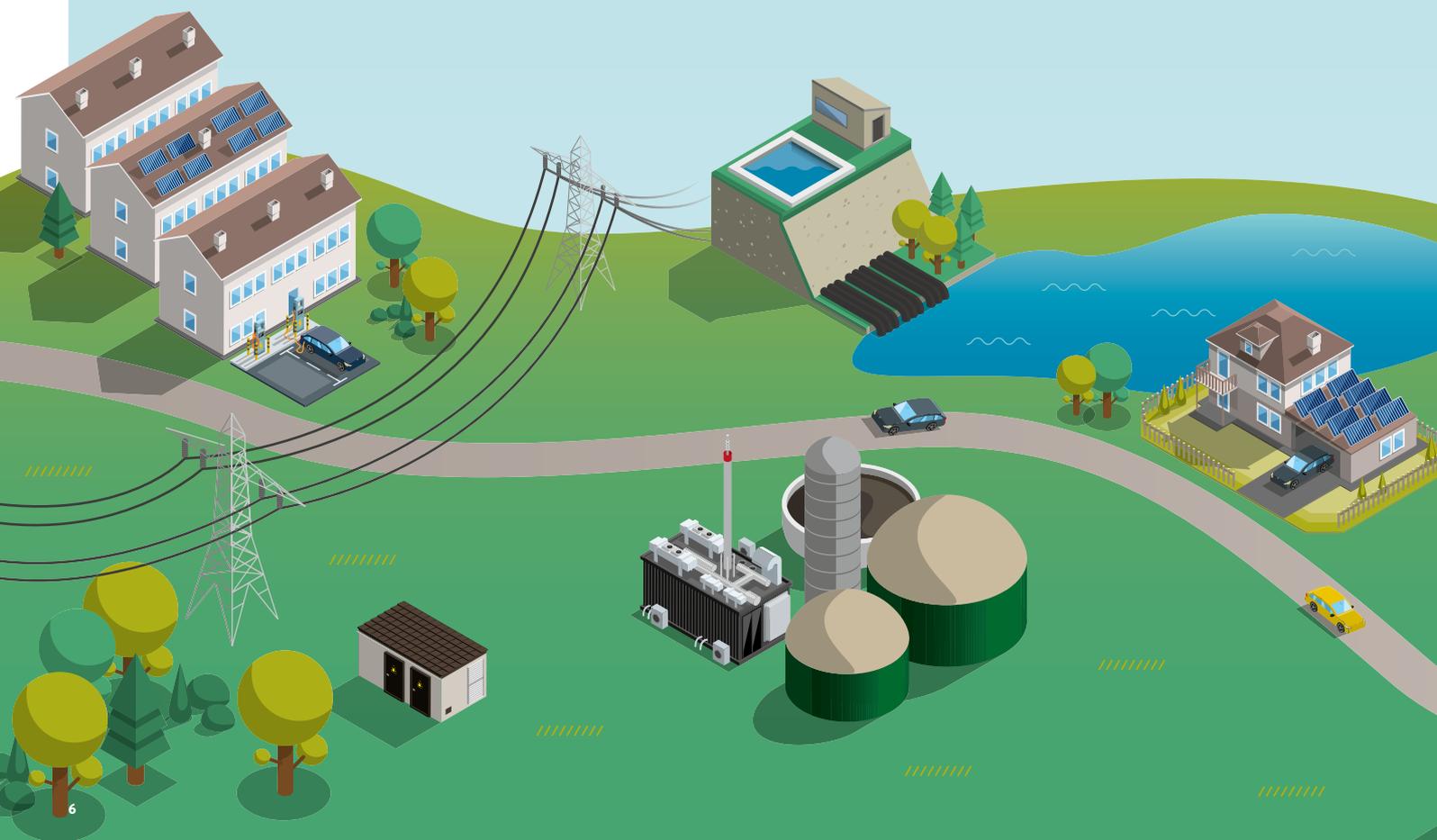
Das Energienetz der Zukunft

Viele kleine Erzeuger ersetzen Großkraftwerke. Wallboxen und Wärmepumpen erhöhen den Bedarf, Verbraucher werden gleichzeitig zu Produzenten: Mit der **ENERGIEWENDE** übernehmen die Stromnetze anspruchsvolle neue Aufgaben.

Die Energieversorgung der Zukunft lässt sich schon heute vielerorts besichtigen. Denn immer mehr Verbraucher werden selbst zu Produzenten: Die Solaranlage auf dem Dach ihres Wohnhauses produziert Energie. Ein Teil des erzeugten Stroms lädt das Elektroauto, das an der hauseigenen Ladestation hängt. Bleibt etwas übrig und wird nicht vor Ort gespeichert, fließt der Strom zurück ins Netz. Dort trifft die Energie aus großen konventionellen

Kraftwerken auf die vieler kleiner regionaler Erzeuger.

So sieht die neue Energiewelt aus. Die Netze müssen an die veränderten Gegebenheiten angepasst werden. Das gilt für die Übertragungsnetze, die Starkstrom über große Strecken transportieren, ebenso wie für die Verteilnetze, über die die lokale Stromerzeugung und -entnahme geregelt wird. Dies bringt vier große Herausforderungen mit sich:



1. Dezentral statt zentral

Früher floss der Strom von großen Kraftwerken zu den Verbrauchern. Heute speisen weniger große Kraftwerke ins Netz ein, dafür steigt die Zahl der übers ganze Land verteilten kleinen Produzenten und Privathaushalte. Sie gewinnen Energie zum Beispiel aus Biomasse oder mithilfe von Solaranlagen auf dem Hausdach. Auch regenerative Energien wie Erdwärme, Solar- und Windparks ersetzen fossile Kraftwerke. Die Stromerzeugung wird dezentraler.

2. Energie in alle Richtungen

Mit der Solaranlage auf dem Dach werden Verbraucher zugleich zu Produzenten. Eine gute Sache. Nur: Aktuell nutzen noch nicht alle Haushalte einen Energiespeicher. Zudem werden deutlich mehr Großspeicher auf Ebene des Hochspannungsnetzes benötigt. Strom, der vor Ort nicht verbraucht wird, fließt zurück ins Netz. Das heißt, das Netz muss sowohl Strom verteilen als auch aufnehmen können. Und das an vielen verschiedenen Orten. Eine komplexe Aufgabe, die eine enge Zusammenarbeit zwischen Netzbetreibern, Kommunen, Bürgerinnen und Bürgern erfordert.

3. Starke Netze braucht das Land

Rund zwei Millionen Kilometer Stromnetze durchziehen schon heute unser Land. Und es

werden noch mehr. Die Netzbetreiber investieren Rekordsummen in den Netzausbau. Denn mit der Abkehr von fossiler Energie steigt der Strombedarf: In immer mehr Gebäuden heizen strombetriebene Wärmepumpen, immer mehr Autos fahren mit Strom statt Benzin. Damit die Energie dort ankommt, wo sie gebraucht wird, bauen die Betreiber sukzessive die Netze aus und erneuern bestehende Leitungen.

4. Smartes Zusammenspiel

Die Einspeisung aus erneuerbaren Quellen wie Wind, Sonne, Wasser und Biomasse schwankt. Damit das Netz trotzdem stabil bleibt, müssen sich Verbrauch und Erzeugung die Waage halten. Dazu feilen Netzbetreiber an Technologien wie Smart Grids, also intelligenten Stromnetzen mit zentraler Steuerung, und Smart Metern, sprich digitalen Stromzählern. Diese übertragen eigenständig Messwerte an Haushalte, Netzbetreiber und Energielieferanten. Kunden erhalten so Einblicke in ihr Verbrauchsverhalten. Auch die Netzbetreiber profitieren, da sie Vorgänge im Netz mithilfe der smarten Technologie besser koordinieren können. Wenn es gelingt, Erzeuger und Verbraucher so zu vernetzen, dass vor allem vor Ort erzeugter Strom die Wärmepumpe antreibt und das Elektroauto lädt, ist ein großer Schritt in Richtung klimaneutraler Energiezukunft getan. ■



TIPP:

Wenn man Flächen im eigenen Garten entsiegelt, kann das Regenwasser besser versickern. Das schützt das Haus vor Wasserschäden bei Starkregen und spart zudem Abwasserkosten.

Die Stadt als Schwamm

Hitzewellen, Trockenheit und Starkregen nehmen zu. Städte suchen daher nach Wegen, um **REGENWASSER** besser zu nutzen. Statt die Kanalisation zu überlasten, soll es künftig die Luft kühlen und Pflanzen bewässern. Doch wie funktioniert das Konzept der Schwammstadt?

Weltweit erleben Menschen Rekordregen und Hitzewellen. Auch in Deutschland gibt es immer häufiger lange Dürreperioden, in denen wochenlang kein Tropfen Wasser fällt. Gleichzeitig nimmt die Zahl der Starkregenfälle zu. Für die Städte ist das veränderte Klima eine große Herausforderung, der sie sich stellen müssen. Versiegelte Flächen heizen in den meisten Ballungsräumen die Luft auf und verhindern, dass Wasser bei Starkregen gut ablaufen kann. Es fließt oft ungenutzt in den Gully und kann bei schweren Regenfällen die Kanalisation überlasten. Städte und Kommunen suchen daher nach neuen Ansätzen, um künftig schonender mit der kostbaren Ressource Regenwasser umzugehen.

Sportplätze als Hochwasserschutz

Als Städtebau der Zukunft gilt das Konzept der Schwammstadt. Sie saugt sich bei Regen wie ein Schwamm voll, sammelt und speichert das Regenwasser an vielen Orten und gibt es bei Hitze und Trockenheit wieder ab. Zu den Bausteinen des Konzepts gehören entsiegelte Flächen, Gründächer oder unterirdische Wasserspeicher wie sogenannte Rigolen, die das Wasser auffangen und bei Bedarf wieder abgeben. Die

Schwammstadt soll helfen, Überschwemmungen zu verhindern, für mehr Grün sorgen und das Klima im urbanen Raum verbessern.

Einige Kommunen setzen bereits darauf. So schützen in Hamburg Grünflächen vor Überflutungen: Die Straße Wiesenhöfen lässt zum Beispiel Regenwasser nicht mehr in einen Abwasserkanal fließen. Es gelangt über eine Rinne in einen angrenzenden Park. Und an der Möllner Landstraße kann ein Sportplatz bei Starkregen mehr als 500 000 Liter Wasser aufnehmen. Berlin will ebenfalls Flutschäden verhindern und zu einem großen Schwamm werden. Dazu gibt es zahlreiche Projekte: Eine Mietergenossenschaft sammelt etwa Wasser in Zisternen für Pflanzen. Spiel- und Aufenthaltsorte im Freien dienen als Überflutungsräume, künstliche Wasserflächen schaffen Verdunstungskälte. Auch Freiburg stellt sich nach dem Prinzip Schwamm auf: So kann beispielsweise Regenwasser am Alten Zollhallenplatz durch das Pflaster sickern. Es sammelt sich in Rigolen und verdunstet wieder, wenn es heiß ist.

Natürlich: Eine Stadt lässt sich nicht mal eben zur Schwammstadt umbauen. Der Prozess dauert viele Jahre. Doch jede einzelne Maßnahme hilft den Kommunen, der Klimakrise besser zu trotzen. ■



SO FUNKTIONIERT DIE SCHWAMMSTADT

MEHR PARKS, TEICHE UND WIESEN

Wohin mit dem Starkregen? Grün- und Wasserflächen dienen als Speicher und Hochwasserschutz. Wasser von versiegelten Straßen wird zum Beispiel auf Wiesen geleitet und entlastet so das Kanalnetz. Sträucher und Hecken schützen den Boden vor dem Austrocknen und verbessern das Mikroklima. Teiche halten das Wasser nicht nur zurück, sondern kühlen auch die Umgebung, indem sie es wieder verdunsten.

DACHGÄRTEN UND BEGRÜNTÉ FASSADEN

Wasser vom Dach in die Regenrinne und weg in den Gully? Das muss nicht sein. Erdreich und Vegetation auf einem Gründach können den Niederschlag aufnehmen und langsam wieder abgeben. Begrünte Fassaden kühlen die Luft. Die Pflanzen produzieren zudem Sauerstoff und filtern CO₂ aus der Luft. Das erhöht die Wohn- und Lebensqualität.

WASSERDURCHLÄSSIGE BODENBELÄGE

Auf Asphalt und Beton fließt nahezu die gesamte Menge an Regenwasser ab, im Wald dagegen nur etwa ein Drittel. Der Rest verdunstet oder sammelt sich im Boden. Ziel der Schwammstadt sind daher mehr unversiegelte Böden, die Regenwasser speichern und bei Bedarf wieder abgeben. Als wasserdurchlässige Bodenbeläge eignen sich je nach Art der Nutzung Pflaster- und Rasengittersteine, Kies oder Schotter.

REGEN AUFFANGEN UND NUTZEN

Sammelt man Wasser bei Starkregen in unterirdischen Zisternen und gibt es über Rigolen langsam wieder ab, ist es möglich, damit Bäume am Straßenrand zu bewässern. Das ist nur ein Beispiel, denn Regenwasser lässt sich vielfältig nutzen: um Pflanzen zu gießen, Toiletten zu spülen oder Wäsche zu waschen.



Prinzip Schwamm: Schwammstädte nehmen bei Regen Wasser auf und geben es wieder ab, wenn die Sonne scheint. Das soll Überschwemmungen bei schweren Regenfällen vorbeugen und der Hitze im Hochsommer entgegenwirken.

COOL BLEIBEN

Bis zu 20 Prozent der **Energiekosten** eines Haushalts entfallen auf Kühl- und Gefriergeräte – eine Menge Potenzial, um Energie einzusparen. Mit diesen Tipps klappt's.

UNTERSTÜTZUNG AUS DEM FROSTER

Haben sich Lebensmittel erst auf Raumtemperatur erwärmt, müssen sie im Kühlschrank wieder energieeffizient heruntergekühlt werden. Stellen Sie daher entnommene Lebensmittel möglichst bald wieder ins Kühle. Beim Einkühlen größerer Speisemengen helfen Kühlakkus aus dem Gefrierfach als Unterstützung.

KÄLTE BESSER SPEICHERN

Ein voller Kühlschrank verbraucht weniger Strom. Denn gelagerte Lebensmittel wirken wie Kühlakkus, die die kalte Luft auch beim Öffnen der Tür im Inneren halten. Unsere Empfehlung: Füllen Sie Ihren Kühlschrank zu etwa drei Vierteln. Dann kann die Luft noch zirkulieren und die Kälte trotzdem gut gespeichert werden.

STAUB, ADE!

Durch regelmäßiges Reinigen der Lüftungsgitter kann der Kühlschrank die Wärme besser abgeben und benötigt weniger Energie. Gleichzeitig sinkt die Brandgefahr infolge einer Überhitzung. Entfernen Sie Staub und Schmutz dazu einfach mit einem Handbesen und stellen Sie den Kühlschrank nie direkt an die Wand, um einen Wärmestau zu vermeiden. Je wärmer die Umgebung ist, desto mehr Energie ist zum Kühlen nötig.

7 GRAD

beträgt die optimale Temperatur für den Kühlschrank. Eine einfache Faustformel dafür: Ist die Butter nicht streichfähig, ist es zu kalt.

SIDE-BY-SIDE, GEFRIERKOMBI ODER -TRUHE?

Laut Stiftung Warentest verbrauchen moderne Side-by-Side-Kühlschränke fast doppelt so viel Strom wie Kühl-Gefrierkombis. Welches Gerät die richtige Wahl ist, hängt von der Größe des Haushalts ab. Fällt nur wenig Gefriergut an, bleiben große Geräte oft leer – das treibt den Verbrauch in die Höhe. Frieren Sie viel ein, kann sich eine Gefriertruhe lohnen: Sie spart gegenüber einem Gefrierschrank etwa zwölf Prozent Strom, da beim Öffnen weniger kalte Luft entweicht.

ALLES NOCH DICHT?

Werden die Dichtungen von Kühl- oder Gefrierschrank porös, gelangt die Wärme leichter ins Innere und die Geräte benötigen mehr Energie für den Kühlvorgang. Mit einer stark leuchtenden Taschenlampe können Sie prüfen, ob die Türen noch dicht sind: Die Lampe einfach in den Kühl- oder Gefrierschrank legen und die Tür schließen. Ist das Licht im Dunkeln auch bei geschlossener Tür zu sehen, sollten Sie die Dichtungsbänder austauschen.

Lebensmittel wegzuschmeißen, ist ärgerlich und teuer. Mit diesen einfachen **Tricks** bleiben Brot, Bananen oder Brokkoli länger frisch.

Hätten Sie es erkannt? Das Bild zeigt einen Brokkoli in Nahaufnahme. Das Gemüse ist viel zu schade zum Wegschmeißen!

ZU GUT FÜR DIE TONNE

VERWENDEN STATT VERSCHWENDEN

Wie man Lebensmittel klug einkauft, lagert und haltbar macht: Darüber informiert das Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft auf seiner Website zugutfuerdietonne.de. Teil der Kampagne ist die App „Beste Reste“ mit mehr als 750 Rezepten von prominenten Kochpaten, Sterne- und Hobbyköchen zum Verwerten von Resten.

Jetzt gibt man sich schon so Mühe: plant den Einkauf für die Woche im Voraus, schreibt Einkaufszettel und vermeidet Spontankäufe an der Supermarkt-Theke. Und trotzdem landen noch immer zu viele Lebensmittel im Müll. Im Durchschnitt wirft jeder Deutsche jährlich rund 78 Kilo weg. Mal wird das Brot hart, dann schrumpeln die Äpfel oder welkt der Salat. Aber damit ist jetzt Schluss. So bleiben Lebensmittel länger appetitlich:

Ab ins Glas

Brokkoli, Frühlingszwiebeln, Lauch oder Spargel bleiben länger frisch, wenn man sie mit der angeschnittenen Seite wie einen Blumenstrauß ins Wasser stellt.

Frisch gewickelt

Bananen lagert man am besten hängend, bei Zimmertemperatur und weit weg von Äpfeln oder Tomaten. Denn sie reagieren empfindlich auf deren Reifegas Ethylen. Auch hilfreich gegen vorzeitiges Braunwerden: die Bananenstängel mit Frischhalte- oder Alufolie umwickeln.

Out of the box

Kräuter welken, wenn wir sie ins Wasserglas stellen. Besser in einem luftdichten Glas- oder Plastikbehälter in den Kühlschrank stellen oder in feuchtes Küchenpapier wickeln.

Alles Essig

Der Sommer ist Beerenzeit. Leider verderben die kleinen Früchte schnell. Für kurze Zeit lassen sie sich in einem offenen Behälter im Kühlschrank lagern. Aber nicht in der Plastikverpackung. Feste Beeren wie Blau-, Johannis- oder Stachelbeeren vorher kurz in eine Schüssel mit kaltem Wasser geben und Essig hinzufügen. Danach abbrausen und sorgfältig trocken tupfen. Erdbeeren, Brombeeren und Himbeeren erst kurz vor dem Verzehr waschen.

Cool bleiben

Salat hält sich am besten im Gemüsefach des Kühlschranks. Damit er länger knackig bleibt, den angeschnittenen Strunk mit einem feuchten Geschirrtuch umwickeln. Auch Möhren bleiben so länger frisch. Vorher unbedingt das Grün entfernen: Es entzieht der Wurzel das Wasser und macht sie schlapp.

Nicht in die Tüte

Brot wird häufig in einer Plastiktüte verkauft. Dadurch entsteht Feuchtigkeit und es schimmelt schneller. In einem Tontopf oder Brotbeutel kann die Luft dagegen zirkulieren. Ungeschnitten hält es sich länger. Geschnittenes Brot lässt sich dagegen gut einfrieren. Die einzelnen Scheiben können bei Bedarf schnell im Toaster aufgetaut werden. ■

Tagsüber Rad fahren, nachts unterm Sternenhimmel schlafen: **BIKEPACKING** liegt im Trend. Worauf Sie vor Ihrer ersten Tour achten sollten, damit es richtig Laune macht.

Was ist Bikepacking eigentlich?

Bikepacking ist eine Kombination aus Biking, also Radfahren, und Backpacking, dem Reisen mit dem Rucksack. Während die klassische Radreise oft abends im Hotel endet, beginnt bei vielen Bikepackern dann der Campingspaß. Bikepacker fahren oft abseits befestigter Wege. Seinen Ursprung hat der Trend bei den „Self-supported Races“ – mehrtägigen Mountainbike-Langstreckenrennen, bei denen die Teilnehmer ganz auf sich allein gestellt sind. Ihr gesamtes Gepäck – Zelt, Schlafsack, Proviant, Kleidung – müssen sie auf dem Rad mitnehmen. Die Kunst des Bikepackings liegt also darin, nur das Nötigste einzupacken, um möglichst wenig Ballast mitzuschleppen.

Welches Rad eignet sich am besten?

Das hängt vom Budget und den Plänen ab. Das klassische Mountainbike rollt gut über Asphalt, meistert aber auch Wurzeln, Stufen und Steine. Es gibt zwei Varianten: Fully oder Hardtail. Das Fully ist vorn wie hinten gefedert, was Komfort und Fahrspaß erhöht. Andererseits müssen Sie beim Packen darauf achten, dass die Tasche nicht den Federweg blockiert. Das Hardtail – mit oder ohne gefederte Vorderradgabel – bietet aufgrund seiner Rahmenform vielseitige Möglichkeiten, Taschen anzubringen. Wer in verschiedenen Terrains unterwegs ist, fährt auch mit einem Gravelbike gut: Es vereint die Vorzüge von Rennrad und Mountainbike und überzeugt sowohl auf glatten Straßen als auch auf Pfaden mit losem Untergrund.

Brettern Sie über matschiges oder verschneites Gelände, ist möglicherweise ein Fatbike eine Option. Es ist aufgrund seiner breiten Reifen und ausgeprägten Federung selbst im Herbst oder Winter noch einsatzfähig. Bei längeren Strecken über Asphalt sind Fatbikes durch ihren hohen Rollwiderstand allerdings eher hinderlich.

Welche Ausrüstung braucht es?

Packen Sie für einen mehrtägigen Trip einen Schlafsack für die Nacht, geeignete Kleidung und ausreichend Proviant ein. Ein Zelt ist optional, empfiehlt sich auch im Sommer, da es abends oft stark abkühlt.

Achten Sie bei der Auswahl der Ausrüstung auf Funktionalität, Gewicht und Packmaß. Wählen Sie leichte und kleine Gegenstände und verzichten Sie auf alles Nicht-Notwendige. Führen Sie immer ein kleines Notfallset mit sich – bestehend aus Erste-Hilfe-Set, Werkzeug und Taschenlampe. Passen Sie Ihre Wasser- und Nahrungsvorräte (zum Beispiel Energie- und Müsliriegel) an den Umfang Ihres Trips an, denn auf abgelegenen Strecken sind Einkaufsmöglichkeiten meist rar. Für die Körperpflege unverzichtbar sind Zahnbürste, Campingseife, Sonnencreme und ein Mikrofaserhandtuch. Achten Sie darauf, nicht nur Kleidung für die Fahrt dabeizuhaben. Packen Sie neben Radhose und -trikot, Regenjacke und Helm auch einen dicken Pulli und wärmende Socken für die Nächte ein.

Wie belade ich mein Rad optimal?

Das Gepäck verstauen Sie in verschiedenen Taschen, die Sie am Lenker, am Rahmen oder an der Sattelstütze Ihres Bikes befestigen. Da die Tour oft über unbefestigte Wege führt, kommen große Taschen an der Sattelstütze nicht infrage. Achten Sie darauf, das Gewicht gleichmäßig zu verteilen, da es sonst zu Balanceschwierigkeiten und damit zu Stürzen kommen kann.

Wie bereite ich mich als Anfänger auf die erste Tour vor?

Informieren Sie sich vorab genau über die Route und laden Sie sich die Tour auf einem Fahrradcomputer oder Smartphone herunter. So behalten Sie unterwegs die Orientierung, sollten Sie mal kein Netz haben. Ganz wichtig: Schätzen Sie das Weg-Zeit-Verhältnis realistisch ein. Achten Sie besonders auf das Höhenprofil der Strecke: Höhenmeter kosten deutlich mehr Zeit und Energie!

Bevor Sie Ihre Reise antreten, sollten Sie Ihr Fahrrad unbedingt auf Mängel überprüfen. Auch empfiehlt es sich, vorab mit dem Rad zu trainieren und es passend einzustellen. So beugen Sie Pannen und Verletzungen vor. Als Schnuppertour eignet sich der sogenannte Overnighter: Bei zwei Tagen Fahrt mit einer Übernachtung lernen Sie, sich selbst und Ihre Fitness einzuschätzen. Viel Spaß! ■■■



HAST DU 'NEN SCHATTEN?

Wo Licht ist, ist auch **SCHATTEN**. Aber wie entstehen unsere dunklen Begleiter eigentlich? Und was können wir mit ihnen anstellen? Komm mit auf eine spannende Erkundungstour ins Schattenreich!

Über seinen Schatten springen

Diese Redewendung hast du bestimmt schon mal gehört. Aber was bedeutet sie? Jemand „springt über seinen Schatten“, wenn er etwas tut, obwohl es seiner Überzeugung oder seinem Charakter widerspricht – du also zum Beispiel deiner Freundin verzeihst, obwohl sie dich geärgert hat und du noch sauer auf sie bist. Die Redensart geht auf den alten Glauben zurück, der Schatten eines Menschen sei mit ihm so eng verbunden wie sein Charakter.

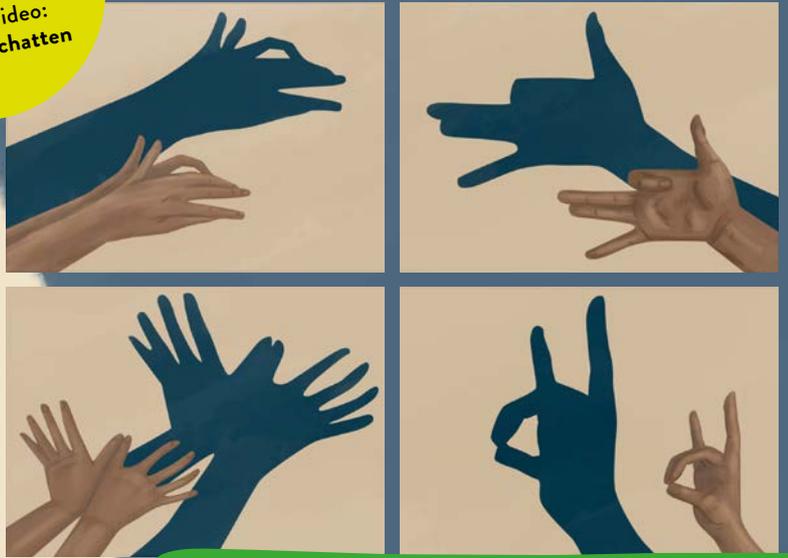
Wer im Schatten steht, wie dieser Spielzeug-Dino, wirft keinen eigenen Schatten.



Weitere tolle
Schattenfiguren
findest du in
diesem Video:
[mehr.fyi/schatten](https://www.youtube.com/watch?v=mehr.fyi/schatten)

Kleine Schatten, große Schatten

Dir ist es bestimmt schon mal aufgefallen: Sobald du näher an das Licht herantrittst, wird dein Schatten größer. Gehst du weiter weg vom Licht, wird er kleiner. Wie groß ein Schatten ist, hängt ab vom Abstand zwischen der Lichtquelle und dem Objekt, auf das das Licht trifft. Und natürlich auch von seiner Größe: Logisch, ein Elefant hat einen größeren Schatten als eine Katze oder ein Kaninchen.



Schattenfiguren mit den Händen

Wenn vor dir ein Licht brennt, kannst du Schattenbilder an die Wand zaubern. Du brauchst dafür nur eine Taschenlampe oder Tischleuchte und eine freie Wand in einem dunklen Raum. Stelle die Lampe so auf, dass sie auf die leere Wand strahlt. Halte deine Hände vors Licht und bilde mit ihnen verschiedene Tierformen: einen Drachen, Hund, Vogel oder Fuchs (siehe oben).

Ein Tipp: Je kleiner der Abstand zwischen Wand, Hand und Lampe, desto schärfer werden die Schattenumrisse.

Wie entsteht Schatten?

Ein Schatten entsteht, wenn Licht auf einen Gegenstand oder Menschen fällt, den es nicht durchdringen kann. In dem Moment passieren zwei Dinge: Der Körper verschluckt einen Teil des Lichts. Den anderen Teil wirft er zurück. Die Folge: Das Licht kommt nicht hinter das Objekt und es bildet sich eine dunkle Stelle – der Schatten.



MITMACHEN UND GEWINNEN

Wir verlosen 5 x 2 Eintrittskarten für das Open-Air-Kino im Schlosshof vom 17. bis zum 27. Juli 2024.



ägyptische Königin	frank und frei	Pflanzenwelt	Farbe		Bericht	Wundflüssigkeit	Transportbahre	Nachlass erhalten
▶	2	▼	▼	▼		▼	▼	8
Reinfall	▶	4	▶	▶	konfus	5	▶	▶
Lichtbild	▶	▶	1	▶	Karteikartenreiter	▶	▶	▶
Fürwort	▶	▶	Turnabteilung	▶	7	▶	▶	▶
Nählinie	▶	6	▶	▶	nordischer Hirsch	3	▶	▶

Lösungswort:

SICHERN SIE SICH IHRE CHANCE

Die Buchstaben in den markierten Kästchen ergeben das Lösungswort. Schreiben Sie das Lösungswort, Ihren Namen und Ihre Adresse auf eine Postkarte und senden Sie diese an:

Energieversorgung Gaildorf
Stichwort: Gewinnspiel
Burg 2
74405 Gaildorf-Unterrot

Sie können auch faxen an:
07971/26092-99

Oder Sie übermitteln Ihre Lösung an:
service@ev-gaildorf.de

Einsendeschluss: 14. Mai 2024

Impressum: EVG-Magazin – Kundeninformation der Energieversorgung Gaildorf OHG, Burg 2, 74405 Gaildorf-Unterrot, Telefon 07971 26092-0; verantwortlich: Tilmann Bauer, Geschäftsführung; Redaktion: Beate Härter, Johanna Trommer; Verlag: trurnit GmbH, Curiestraße 5, 70563 Stuttgart; Druck: Bonifatius GmbH, Paderborn



www.blauer-engel.de/uz195

Dieses Druckerzeugnis ist mit dem Blauen Engel ausgezeichnet.

KONTAKT

Kundencenter der EVG
Burg 2
74405 Gaildorf-Unterrot

Telefon 07971 26092-0
Fax 07971 26092-99
service@ev-gaildorf.de
www.ev-gaildorf.de

Entstörungsnummern
Strom 0800 3629-477
Gas 0180 2609-200

Bereitschaft Wasser
0711 289-646031

Öffnungszeiten
Montag und Dienstag
8 bis 12 Uhr und
13 bis 16 Uhr

Mittwoch und Freitag
8 bis 12 Uhr

Donnerstag
8 bis 12 Uhr und 13 bis 18 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 auf www.ev-gaildorf.de/main/infos/datenschutz.html abrufbar ist oder die Sie bei uns postalisch anfordern können.