

das magazin

Ausgabe 2/2019

— EnBW

EnBW

A bis G >

Energielabels richtig lesen

Abschalten >

Tipps für den gesunden
Umgang mit dem Smartphone

Ausblicke >

Unser Land von oben
erkunden

Viele offene Stellen!

Die EnBW von innen

Sarah Fritz zeigt spannende Jobs
ungefiltert aus Sicht einer Volontärin

Inhalt



Attraktiv! Die EnBW bietet interessante Arbeitsplätze, Karrierechancen und gute Bedingungen für die Work-Life-Balance. Lust, mit zum Team zu gehören? Gleich bewerben!

12



A bis G! Jedes Gerät trägt ein Etikett, das den Energiebedarf symbolisiert. Doch jede Produktklasse hat eine eigene Skala. Wir lotsen Sie durch den Dschungel.



Ausblick! Baden-Württemberg hat Dutzende von Aussichtstürmen, die neben grandiosen Weitsichten durch ihre Architektur und Ingenieurskunst bestechen.

04 Echte Einblicke in die EnBW-Arbeitswelt

Unsere Volontärin nimmt die Arbeitswelt der EnBW unter die Lupe. Sie hat dabei auch Charaktere und Tätigkeitsfelder entdeckt, die sie so nicht vermutet hätte.

08 Die Menschen im Blick

Fast 22.000 Menschen arbeiten bei der EnBW, einem modernen Konzern, dem das Wohl seiner Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter ein echtes Anliegen ist.

10 Straßenfeste der besonderen Art

Kulinarisch am Puls der Zeit sind Foodtrucks: hippe Wagen zum Verkauf von Speisen. Bei der Foodtruck-Fiesta in Baden-Württemberg tourt die EnBW mit einem eigenen Fahrzeug mit.

12 Energielabels richtig verstehen

Wer sich ein neues Haushaltsgerät kaufen will, sollte sich die Information zum Energiebedarf genau anschauen.

14 Einfach einmal abschalten

Das Smartphone bestimmt unser Leben. Viele finden das nicht gut und

setzen auf digitale Entgiftung. Informationen und sieben Tipps fürs Medientagen.

16 Grandiose Aussichten

Der Aufstieg auf einen der zahlreichen Aussichtstürme im Südwesten wird mit sensationellen Ausblicken belohnt. Wir haben einige der schönsten für Sie zusammengestellt.

18 EnBW macht Parks und Plätze sicherer

Eine smarte Lösung identifiziert auffällige Situationen an öffentlichen Orten und meldet diese. Das System unterstützt Kommunen wirksam bei ihrem Sicherheitsmanagement.



Impressum >

Herausgeber: EnBW Energie Baden-Württemberg AG

Projektleitung: Eva Wulff, Uwe Fritz (V. i. S. d. P.)

Ihr Kontakt zur Redaktion: EnBW, Medien & Events, Durlacher Allee 93, 76131 Karlsruhe

E-Mail: unternehmenskommunikation@enbw.com, Telefon 0721 72586001 (mo.–sa. 6:00–22:00 Uhr)

Konzept und Text: Sarah Fritz, Franka Nickel, Katrin Lebherz, Johannes Riedel, Barbara Schwerdtle,

vertriebliche Inhalte: Julia Wolf-Öztürk

Gestaltung, Layout: Miriam Elze, Beecken. Marken-Kommunikation GmbH

Druck: Stark Druck GmbH & Co. KG, Pforzheim, Verteilung: Prospektservice Deutschland

Fotos: Paul Gärtner (1, 2, 4-7), Udo Kramer (2), scusi/stock.adobe.com (8-9), Kristof Poggel/Art of Poggel Photography (10-11), HEA – Fachgemeinschaft für Energieanwendungen e.V. (12), Oleksandr Delyk/stock.adobe.com (13), Pippi Draws/stock.adobe.com (14-15), KD Busch (16), Renschal Tourismus GmbH (17), Gemeinde Ostrach (17), Gemeinde Sulzbach-Laufen (17), ARochau/stock.adobe.com (16-17), Alexander Rath/stock.adobe.com (22-23), kab-vision/stock.adobe.com (23); stockcreations/shutterstock.com (24), ChenMinChun/shutterstock.com (24-25), 9MOT/shutterstock.com (25), OleksiyMark/shutterstock.com (25), Freizeitbetriebe Möck (26), Hans-Peter Obermark/www.land-living.com (27), EnBW, Paul Gärtner (28)

© 2019, EnBW

Aussagen von Gastautoren oder externen Interviewpartnern geben nicht die EnBW-Meinung wieder.

20 Kurzmeldungen

Neues aus der Energie- und EnBW-Welt.

22 Sommerzeit ist Picknickzeit

Sonnig warme Tage verlocken zu einer Mahlzeit unter freiem Himmel. Mit der richtigen Vorbereitung und Auswahl an Speisen und Getränken gelingt das Picknick.

24 Grüezi Schweiz

Gewaltige Bergmassive, grüne Täler, ruhige Seen und malerische Städte: Unsere acht-tägige Leserreise zeigt Ihnen die Schweiz von ihren schönsten Seiten.

26 Auf die Rodel, fertig, los!

Auch im Sommer lässt sich gut Schlitten fahren: Sommerrodelbahnen laden zu rasanten Fahrten auf dem Bob in der Edeltahlnrinne ein.

27 Gewinnspiel

Beim Kreuzworträtsel gibt es diesmal einen Luxus-Picknickkorb zu gewinnen.

28 Watt erkunden

Sonne und Wind: In Berghülen stellen wir Ihnen beide Energieerzeugungsarten vor.

Tipp: größer lesen im Internet

Unter www.enbw.com/magazin finden Sie das Magazin auch online. Dort können Sie die Seiten vergrößern. Das ist praktisch für alle, die nicht so gut sehen.

*Liebe EnBW-Kunden,
liebe Leserinnen und Leser,*



Ich muss zugeben, als ich die Titelgeschichte über das Arbeiten bei der EnBW gelesen habe, bin ich über die Überschrift etwas gestolpert: #nofilterneeded – wie bitte? Falls es Ihnen wie mir geht: Auf der Social-Media-Plattform Instagram ist das ein gängiger Ausdruck für Bilder, die keinen beschönigenden Filter benötigen. Meine anfängliche Skepsis wich, denn das passt. Auch unser Einblick in die Arbeitswelt der EnBW ist authentisch und braucht keinen Filter.

Die EnBW hat sich in den letzten Jahren enorm gewandelt – und damit notwendigerweise auch die Art, wie und woran wir hier arbeiten. Natürlich erzeugen wir immer noch Strom und sorgen dafür, dass er zuverlässig in allen Haushalten ankommt. Aber wir erschließen auch neue Geschäftsfelder, in Verlängerung oder abseits unseres Kerngeschäfts. Dafür mussten wir Arbeitsweisen überdenken, Freiräume schaffen, Haltungen ändern. Viele unserer Mitarbeiter sind bei uns, weil sie aktiv an der Energiewende mitwirken und sich mit Ideen einbringen wollen. Und wir wollen ein attraktiver Arbeitgeber sein: mit Maßnahmen zur Vereinbarkeit von Familie und Beruf, in zeitgemäßen Arbeitsräumen und mit guten Mitarbeiterangeboten.

Über ein Beispiel für neue Geschäftsfelder berichten wir übrigens in diesem Heft: Das Produkt Safe Places soll öffentliche Plätze sicherer machen. Das Thema Sicherheit ist nicht neu für uns, im Gegenteil: Sicherheit steckt in unserer DNA. Neu ist das Konzept, bei dem wir unsere Erfahrung im Bereich Sicherheit mit künstlicher Intelligenz verknüpfen. Produkte wie diese zeigen das Umdenken im Unternehmen, unsere Entwicklung und unseren konzentrierten Blick in die Zukunft.

Vielleicht haben Sie nach der Lektüre auch Lust, aktiv mit anzupacken? Wir brauchen noch Macherinnen und Macher in unserem Team!

Ihr

Frank Mastiaux

Frank Mastiaux

#nofilterneeded: echte Einblicke in die EnBW-Arbeitswelt

Der erste richtige Job, Arbeiten im Großkonzern und ein Umzug von Berlin zurück in die badische Heimat – seit Januar bin ich Volontärin in der Unternehmenskommunikation der EnBW. Reaktionen meiner Kommilitonen: angestaubt, nicht wirklich aufregend, langsam. Und: Kann man heutzutage überhaupt noch mit gutem Gewissen bei einem Energiekonzern arbeiten?



Mehr zu Sarahs Reise und weitere ungefilterte Einblicke ins Unternehmen gibt's auf Instagram: www.instagram.com/enbw-ag/



Unsere Azubis zeigen euch ihren Alltag: www.youtube.com/enbw

Ich habe eine kleine Reise durch die Arbeitswelt der EnBW gemacht und kann sagen: ja, auf jeden Fall. Sogar mehr als das. Ich habe ganz unterschiedliche Charaktere und Tätigkeitsfelder entdeckt, die ich so bei der EnBW nicht vermutet hätte. Eines eint sie jedoch: Die Möglichkeit, die Energiewende selbst mitgestalten und gesellschaftlich etwas bewirken zu können, ist für jeden Einzelnen eine große Motivation.



Job mit Zukunft und Spaß

Es knistert leise in der Ausbildungswerkstatt, Funken sprühen und in einen blauen Lichtschein getaucht beugt sich Arslan Abdülhamit konzentriert über die Werkbank. Der 22-Jährige verbindet gerade zwei Blechteile mit einer Schweißnaht. „Ich schweiße am liebsten“, erzählt der angehende Anlagenmechaniker im ersten Lehrjahr. Eigentlich wollte er einmal Elektroniker werden. „Aber ich bin einfach nicht der Typ, der sich gerne hinsetzt und kleinteilig arbeitet. Aufstehen, anpacken, Sachen in die Hand nehmen – das macht mir Spaß.“

Auch in seiner Freizeit hat er schon immer gerne mit angepackt, beim Fliesenlegen oder wenn etwas am Auto zu schrauben ist. Freunde hatten ihn überzeugt, sich bei der Netze BW zu bewerben. Von Berufsschulkollegen weiß er, dass vieles, was er hat, nicht selbstverständlich ist: geregelte Arbeitszeiten, Sozialleistungen und jetzt schon eine Zusage für einen Job nach der Ausbildung. Im Herbst ziehen er und seine Kollegen in die neue EnBW-Lehrwerkstatt nach Esslingen. „Mit richtig viel Platz und einer superneuen technischen Ausstattung“, freut sich Abdülhamit.

Er kann sich vorstellen, später noch den Meister bei der Netze BW zu machen. Zunächst freut er sich aber, dass er Spaß an seiner Arbeit hat – und sie bereits beherrscht: „Eine wirklich schöne Schweißnaht“, lobt Ausbilder Sascha Giczi-Keller seinen Schützling.

Digitalisierung für alle

In Karlsruhe entsteht Zukunft. So schauen sich zum Beispiel die Mitarbeiter im Digital Office bestehende Geschäftsprozesse genau an und überlegen, wie sie sich digital weiterentwickeln lassen.

Von Anfang an dabei ist Yannick Dold. Um Unternehmensprozesse besser zu verstehen, hat der Informatikkaufmann jetzt berufsbeleitend BWL studiert. „Die EnBW hat mich gefördert“, erzählt er. Finanziell, durch eine Teilzeioption und durch tolle Kollegen, die ihm den Rücken frei gehalten hätten.



Nein, im Digital Office sei man nicht abgespact. Es seien einfach digital-affine Menschen mit ganz unterschiedlichem beruflichen Hintergrund – mit einem Ziel: „die EnBW digitaler machen“. Der Takt der spannenden Projekte ist schnell und verlangt Kreativität. Freitags tauscht sich das 30-köpfige Team aus, ansonsten ist Arbeiten in Eigenregie angesagt. Yannick Dold bleibt in Teilzeit und kann so gut für den Job auf tanken – am liebsten mit seinen drei Hunden im Wald: „Da gibt es keinen Empfang“, lacht der bekennende Smartphone-Freak.



Mission Versorgungssicherheit

„Es kann schon einmal sein, dass nachts um drei das Handy wegen eines Notfalls klingelt.“ Der Satz eines Notarztes oder Feuerwehrmannes? Nein, Patrick Redle ist Netzmonteur im Bezirkszentrum Bodnegg-Rotheidlen. Er rückt aus, wenn kein Licht mehr brennt, wenn Bagger Kabel gekappt haben oder Bäume auf Leitungen gestürzt sind. „Die Bereitschaftswoche im Januar mit dem schweren Schnee war turbulent“, erinnert er sich.

Im Regeldienst wartet er das Netz rund um Ravensburg, wechselt Zähler oder nimmt Leitungen in Betrieb. Gerade die Abwechslung mache den Job hochspannend: „Man weiß morgens nicht, was tagsüber kommt.“ Als Mountainbiker liebt er es, in seiner Heimat Oberschwaben herumzukommen. „Manchmal entdecke ich nebenbei sogar neue Tourenwege“, schmunzelt Redle, dem sein Job sichtlich gut gefällt. Er ist schon in dritter Generation im Unternehmen. „Man sollte auf jeden Fall Spaß am Kundenkontakt haben“, beschreibt er seinen Beruf weiter. Dazu gehöre manchmal auch eine Portion Geduld und Gelassenheit. Denn als Mann vor Ort treffe er in Notfällen hin und wieder auf aufgebrachte oder verängstigte Kunden, erzählt er auf dem Weg zu einem Hochspannungsmast, dessen Isolatoren zu prüfen sind. Gesichert von Kollegen klettert er in voller Montur hoch: „Schlecht wäre es, wenn ich Höhenangst hätte und die Aussicht auf die Berge oder den Bodensee nicht genießen könnte“, ruft er fröhlich herunter.



Leben und arbeiten 2030



Im Stuttgarter EnBW-Hochhaus ist mächtig was los: Ein gutes Dutzend Schülerinnen und Schüler ist zur Ideenwerkstatt gekommen: „Wie leben wir in 20 Jahren?“ ist ihr Thema. Eifrig und kreativ beschäftigen sie sich mit Wohnformen, Lebensmittelproduktion oder dem Verkehr der Zukunft. Mit spürbarer Freude mittendrin ist Dr. Stefanie von Andrian. Als Leiterin des Bereichs Urbane Infrastruktur sind das schließlich genau ihre Themen. Ihr Team befasst sich mit smarterer Infra-

struktur, wie selbst an- und abschaltende Straßenlampen, sowie mit nachhaltigen Versorgungs- und Verkehrskonzepten in Stadtvierteln von 50 Wohnhäusern bis hin zu Tausenden Wohneinheiten mit Gewerbe: „Neben Ingenieuren sind wir auch Betriebswirte, Stadtplaner oder Marketingfachleute.“ Auch mit Soziologen arbeite man zusammen. Anhand von Bildern eines Wohnparkprojekts in Flehingen im Kraichgau erläutert von Andrian, dass die EnBW sich nicht nur um nachhaltige Energie, Breitband, E-Carsharing oder Straßenbeleuchtung kümmert: „Als Partner von Kommunen oder Projektentwicklern ist uns auch die ‚Seele vom Kiez‘ wichtig, also Gemeinschafts- oder Grünflächen für Begegnung und Miteinander.“ Die Teenager von heute seien die Erwachsenen von morgen, so die Mutter eines Sohnes weiter. Deshalb seien deren Ideen und Vorstellungen für ihr Team richtig wichtig.



Die Menschen im Blick

Fast 22.000 Menschen arbeiten bei der EnBW – Tendenz steigend. Und es ist uns ein echtes Anliegen, dass sie Job und Privatleben gut unter einen Hut bringen. Moderne Arbeitsbedingungen sind dafür die Basis. Karrierechancen und so manches Extra gibt es on top.*

Für viel Flexibilität

- › Arbeitszeitmodelle je nach Lebenssituation.
- › Vertrauensarbeitszeit sowie Homeoffice bis zu drei Tage die Woche.
- › Kitaplätze, Büros mit Spielecken und Beratung bei Organisation der Betreuung.

Für bewussten Ausgleich

- › Gesunde und abwechslungsreiche Küche in unseren Betriebsrestaurants.
- › Gesundheits-, Sport- und Kulturangebote sorgen für Balance.
- › Unsere Betriebsmediziner sichern die Vorsorge.

Für finanzielle Vorteile

- › Ermäßigte Energiepreise.
- › Lukrative Tablet- und Smartphone-Leasingangebote für den Privatgebrauch.
- › Vergünstigte Mitarbeiterangebote in zahlreichen Markenshops.

Für nachhaltige Mobilität

- › Fahrräder und E-Bikes können steuerbegünstigt geleast werden.
- › Für die Nutzung öffentlicher Verkehrsmittel gibt es Zuschüsse.
- › Immer wieder gibt es günstige Leasingangebote für Elektrofahrzeuge.

Jetzt
bewerben

**Macher (m/w/d) gesucht:
Über 500 offene Stellen**

Ob Hochspannungsmast, Windrad oder Start-up: Alle Jobangebote der EnBW und Netze BW finden Sie unter www.enbw.com/karriere.

Einen Überblick über freie Stellen bei der EnBW ODR in Ellwangen gibt es unter www.odr.de/karriere.

Übrigens: Die Ausbildungs- und Studienplätze für das Jahr 2020 sind in Kürze online ausgeschrieben.



*Dargestellt ist ein Auszug aus dem Gesamtportfolio. Einzelne Leistungen sind abhängig von Arbeitsplatz oder Standort und können demnach variieren.

Mit dem Foodtruck durchs Land

Ob Pulled Pork, Burger oder schwäbische Maultaschen: Die Foodtruck-Fiesta tourt in diesem Jahr erneut mit mehr als 15 Fahrzeugen durch Baden-Württemberg. Auch wir sind mit unserem EnBW-Truck dabei.

An insgesamt 31 Tagen gastiert die Fiesta in verschiedenen Innenstädten Baden-Württembergs. Foodtrucks, Garküchen oder Cocktailbars sorgen bei dieser besonderen Art der Straßenfeste für eine vielfältige Bewirtung. Zudem wartet auf die Besucher ein attraktives Rahmenprogramm – beispielsweise Livemusik oder DJs

in den benachbarten Kneipen. Im EnBW-Foodtruck werden klassische schwäbische Spezialitäten zubereitet: So stehen dort Kässpätzle, Schupfnudeln, geröstete Maultaschen und ein „Maultaschen-Burger“ auf der Speisekarte. Daneben können Sie sich an unserem Stand auch zu aktuellen Tarifen beraten lassen – oder einfach beim Glücksrad tolle Geschenke und Gutscheine für die Foodtruck-Fiesta gewinnen.



Vorbeikommen und beraten lassen!

Sie möchten die außergewöhnliche Atmosphäre miterleben? Dann kommen Sie vorbei – wir freuen uns auf Sie!

Die nächsten Termine des EnBW-Foodtrucks auf der Streetfood Fiesta Tour 2019*:

21. bis 23. Juni	Nagold
12. bis 14. Juli	Vaihingen an der Enz
13. bis 17. August	Dinkelsbühl
6. bis 7. September	Sindelfingen
2. bis 3. Oktober	Waldkirch

*Etwaige terminliche Änderungen sind vorbehalten.

Gut schwäbisch essen und dabei ins Gespräch kommen: Der EnBW-Truck macht's möglich. Hier gibt es nicht nur Maultaschen und Spätzle, sondern es werden auch Fragen zu aktuellen Tarifen beantwortet.

Für Sie vor Ort!

Die EnBW ist längst nicht nur mit ihrem Foodtruck im Land unterwegs. So sind wir an vielen Stellen vor Ort – egal ob bei einer Messe, einem Fest oder einer Ausstellung:

Wissenschaftsfestival EFFEKTE
29. Juni bis 7. Juli in Karlsruhe

Über eine Woche lang verwandelt sich Karlsruhe in ein großes Mitmach- und Erlebnislabor. Die EnBW präsentiert sich unter anderem beim Abschlusswochenende vom 5. bis 7. Juli am Schloss Gottesaue.

Landeskinderturnfest
19. bis 21. Juli in Heilbronn

Mehr als 5.000 Kinder und Jugendliche erleben ein spannendes Wochenende mit Mitmachaktionen, Schauvorführungen und Wettbewerben rund ums Turnen. Die EnBW als langjähriger Partner des Schwäbischen Turnerbundes ist dabei.

Kunsausstellung „Design now!“
24. Juli bis 20. September in Stuttgart

Die EnBW bietet der Staatlichen Akademie der Bildenden Künste eine Plattform, Einblick in die Aufgaben und Projekte der Studierenden zu gewähren. Die Ausstellung steht unter dem Motto „Textiles Panorama“.

EnBW City, Stuttgart
Montags bis freitags (an Werktagen) von 10:00 bis 18:00 Uhr
Der Eintritt ist frei!

Ipfmesse
5. bis 9. Juli in Bopfingen

Das traditionelle Fest zieht mit einem vielseitigen Angebot aus Marktständen, Fahrgeschäften und Schaustellern Tausende Menschen in seinen Bann. Im Rahmen der Gewerbeausstellung präsentiert die EnBW ODR das neue E-Mobilitäts-Produkt „MobilityMe“.

Remstal Gartenschau
Bis zum 20. Oktober im Remstal

Die Remstal Gartenschau 2019 ist die bundesweit erste Gartenschau, die in 16 Städten und Gemeinden stattfindet. In Böbingen steht die „EnBW ODR-Arena“, in der Konzerte, Kabarett und andere Aktionen stattfinden.

Rieser Verbraucherausstellung
20. Juni bis 1. Juli in Nördlingen

Die ODR ist mit einem Messestand bei der großen Verbrauchermesse dabei.

Energielabels richtig verstehen

Von der Waschmaschine über den Fernseher bis zum Kühlschrank gibt das Energielabel eine Orientierung beim Kauf eines neuen Modells. Doch wer sich ein neues Haushaltsgerät kaufen möchte, sollte genau hinschauen – denn die Skala vom Energiesparer zum Stromfresser gestaltet sich mittlerweile je nach Produktgruppe unterschiedlich.

Gerade beim Austausch alter durch neue, effiziente Modelle lässt sich viel Strom sparen. Wie bei einer Verkehrsampel zeigt die Farbskala von Grün bis Rot, wie energieeffizient ein Gerät ist. Als das Energielabel vor rund 20 Jahren eingeführt wurde, galt für Haushaltsgeräte eine Energieeffizienzskala von A bis G. Nachdem sie aufgrund des technischen Fortschritts immer mehr die Spitzenklasse A erreichten, wurde die Skala auf A+ bis A+++ erweitert.

A ist also gut und G schlecht? So einfach ist es in der Zwischenzeit nicht mehr – denn für Neugeräte sind einige Effizienzklassen nicht mehr erlaubt.

Beispiel Waschmaschine

So müssen Waschmaschinen, die mindestens vier Kilogramm fassen, oder Kühl- und Gefriergeräte beispielsweise mindestens den Anforderungen der Klasse A+ entsprechen. Ist der

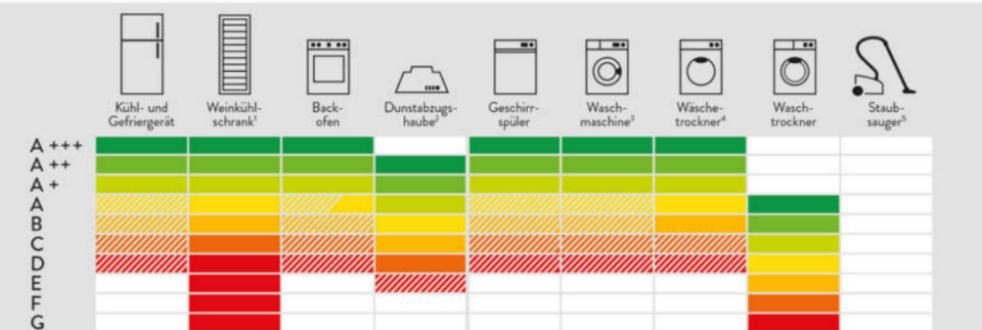
50 %

weniger Energie verbraucht ein Kühlschrank der Klasse A+++ gegenüber einem Gerät der Klasse A+.

Energielabel: Aktuelle Energieeffizienzklassen nach Produktgruppen

Auf dem Energielabel sind meist sieben Energieeffizienzklassen¹ dargestellt. Die beste Klasse variiert zwischen A und A+++², je nach Produktgruppe. Bei Haushaltsgeräten sind viele Klassen für Neugeräte gar nicht mehr zugelassen! Da sie die Mindestanforderungen der europäischen Ökodesign-Verordnungen nicht erfüllen, dürfen sie nicht mehr in den Verkehr gebracht werden. Diese Klassen sind grau schraffiert dargestellt.

Stand: Februar 2019

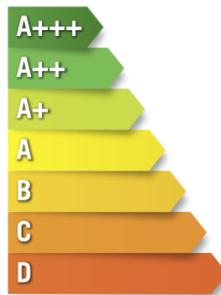


¹ Ausnahme Weinkühlschrank: Das Energielabel umfasst 10 Klassen.
² Energielabel mit Klassen A+++ bis D darf bereits verwendet werden (Pflicht ab 2020).
³ Mit mehr als 4 kg Beladefähigkeit.
⁴ Bei Ablufttrocknern ist Klasse C noch erlaubt.

⁵ Staubsauger-Energielabel darf seit 19. Januar 2019 nicht mehr verwendet werden: Verordnung (EU) 665/2013 wurde auf Grund eines EuG-Urteils für nichtig erklärt. Leistungsaufnahme darf max. 900 W betragen.



© HEA 2019



Möchten Sie sich ein neues Elektrogerät zulegen, lohnt es sich, die unterschiedlichen Energieklassen vorab nachzuschauen. Die zurzeit zugelassenen Klassen variieren von Gerät zu Gerät. Ein A+ ist daher nicht immer die beste Wahl.

Kühlschrank oder die Waschmaschine also mit einem grünen „A+“ ausgezeichnet, wirkt dies zwar auf dem ersten Blick wie ein effizientes und umweltfreundliches Modell – dabei ist es ein Gerät mit der schlechtesten Energieeffizienzklasse auf dem Markt. Andere Modelle sind deutlich sparsamer.

Jede Produktklasse hat eine eigene Skala

Noch verwirrender wird es beim Vergleich anderer Geräte. Denn jede Produktklasse weist mittlerweile ihre eigene Skala auf. So werden Wäschetrockner beispielsweise aktuell in die Energieeffizienzklassen von A+++ bis B eingeteilt. Die Klassen A und besser erreichen nur Kondensationstrockner mit Wärmepumpe. Sie verbrauchen bis zu 70 Prozent weniger Energie als konventionell beheizte Trockner. Im Gegensatz zum Kühlschrank ist somit ein Wäschetrockner mit einem „A+“ ein Energiesparer.

Sie wollen sich ein neues Haushaltsgerät kaufen? Informieren lohnt sich. Eine Hilfe gibt beispielsweise der „Label-Lotse“ des Bundesministeriums für Wirtschaft und Energie. Schritt für Schritt erklärt er für die Labels von sechs verschiedenen Geräten, was die Symbole bedeuten und wie man sie richtig liest. Zudem gibt er weitere Tipps, die den Neukauf von Haushaltsgeräten erleichtern können.

Mehr Infos unter www.deutschland-machts-effizient.de

Info

Energieklassen werden geändert
 Weil die jetzigen Energieklassen als zu undurchsichtig für Verbraucher gelten, will die EU eine neue Kennzeichnung einführen. Ab März 2021 sollen die neuen Energieeffizienzklassen dann nur noch von A (sehr effizient) bis G (nicht effizient) reichen. Die bisherige Farbskala von Dunkelgrün bis Rot bleibt erhalten. Um Spielraum für weitere technische Fortschritte zu haben, werden heutige besonders effiziente Geräte maximal in die Klasse B eingestuft.

30 %

weniger Strom verbraucht eine Waschmaschine mit A+++ gegenüber einem Gerät der Klasse A+.



Einfach einmal abschalten

Ständig ist es da; es blinkt, klingelt, klopft: das Mobiltelefon mit seinen unendlich vielen Funktionen und der großen Versuchung, immer wieder schnell dar-aufzuschauen. Viele fühlen sich gestresst und wollen weg von der dauernden Erreichbarkeit. Digital Detox heißt ihre Gegenbewegung.

Acht von zehn Menschen nutzen in Deutschland ein Smartphone. Bis zu 300-mal pro Tag fordert das kleine Ding heute im Bundesdurchschnitt von seinem Benutzer eine Interaktion. Doch was machen das pausenlose Bombardement mit Informationen und der Drang, reagieren zu müssen, mit unserer Gesundheit? Gibt es eine digitale Überdosis? Ärzte sagen: ja.

Ein Zuviel kann süchtig machen, zu Haltungsschäden und Schlafstörungen führen: Zu dieser Erkenntnis kommen unter anderem Suchtforscher Bert te Wildt, Chefarzt der Psychosomatischen Klinik Kloster Dießen bei München sowie Patricia Tegtmeyer und Ljiljana Udovicic von der Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin. Auch das

Privatleben und die Beziehung können nach Meinung von Experten unter dem dauernden digitalen Konsum leiden. Sie alle raten zu einem bewussten und disziplinierten Umgang mit dem Gerät, das durchaus auch seine guten Seiten hat. Oft helfe schon ein „Medienfasten“ für einen bestimmten Zeitraum, um Automatismen zu durchbrechen und zu einem gesunden Verhalten zu finden.

Zurück zur gesunden Balance

Seine Wurzeln hat das gezielte Medienfasten mit dem Namen Digital Detox – also digitale Entgiftung – ausgerechnet im kalifornischen Silicon Valley, dem globalen Epizentrum der Digitalisierung. Die Begründer der Digital-Detox-Bewegung plädieren für ein zeitweises Abschalten von der digitalen Welt. In der Zeit ohne Smartphone, Laptop, Internet und Fern-

sehen sollen Nutzer Stress abbauen, sich auf reale soziale Interaktion konzentrieren und Strategien entwickeln, um den Alltag im bewussten Umgang mit der Digitalisierung zu gestalten.

Für eine gesunde Medienbalance und zeitweise Digitalabstinenz sprechen sich auch andere Experten aus. Etliche davon haben dabei insbesondere Eltern von Kleinkindern und jüngeren Schulkindern im Blick, die durch ihr Verhalten auch die Mediennutzung ihrer Kinder prägen können. Es reiche schon, sich Routinen abzugewöhnen und klare Auszeiten zu vereinbaren, meinen sie. Denn oft werde das Handy geradezu reflexhaft gezückt wie beispielsweise in der Bahn, an Bushaltestellen, auf der Toilette. Tabu sollte der Blick aufs Smartphone bei Mahlzeiten oder persönlichen Gesprächen sein.

Sieben Tipps fürs Medienfasten

1. Zeitmanagement mit Aha-Effekt

Ausgerechnet Apps können bei der digitalen Diät helfen: „Quality Time“ oder „Offtime“ zeigen, wie viel Zeit das Smartphone tatsächlich beansprucht, und sorgen so für eine bewusstere Wahrnehmung.

2. Analog ist kein Rückschritt

Wer Funktionen wie Wecker, Kalender und Co. nutzt, kommt vom Display quasi nicht mehr weg. Ein traditioneller Wecker weckt auch zuverlässig und das Smartphone wird aus dem Schlafzimmer verbannt.

3. Mut zur Lücke

Wer sagt, dass man auf Nachrichten, E-Mails oder Bilder sofort reagieren muss? Der Stress, gleich zu antworten, ist meist hausgemacht. Lassen Sie sich öfter einmal Zeit; das entspannt.

4. Smartphonefreie Zone

Zu Hause eine smartphonefreie Zone einzurichten oder das Handy an einem festen Ort zu parken, kann Wunder wirken.

5. Flugmodus nutzen

Wem es schwerfällt, sich dem Einfluss des Smartphones zu entziehen, kann sich selbst austricksen. Der Flugmodus oder die Offline-Funktion trennen die Verbindung zum Internet.

6. Vorsicht Überforderung

Jeder Versuch, von jetzt auf gleich komplett auf das Smartphone zu verzichten, ist zum Scheitern verurteilt. Medienfasten braucht Zeit, vorsichtiges Herantasten ist das Mittel der Wahl.

7. Neue Frei-Zeit

Wenn das Smartphone Pause hat, bleibt Zeit für anderes, den Partner, die Familie, fast vergessene Hobbys. Gezielte Planung hilft, den neuen Freiraum zu nutzen und nicht rückfällig zu werden.

Grandiose Aussichten!

Oben angekommen, ist der für Untrainierte vielleicht anstrengende Treppenaufstieg schnell vergessen: Denn der Aufstieg auf einen der zahlreichen Aussichtstürme im Südwesten wird mit spektakulären Ausblicken belohnt – bei schönem Wetter reicht die Sicht je nach Standort gar bis zu den Alpen oder den Vogesen. Etliche Türme bestechen zudem durch ihre Architektur, andere sind ingenieurbauliche Meisterleistungen. Vier Türme in vier Regionen stellen wir Ihnen stellvertretend vor.



Schönbuchturm

Der jüngste Aussichtsturm Baden-Württembergs steht auf dem Stellberg bei Herrenberg. Erbaut aus 300 Baumstämmen ist der 35 Meter hohe Schönbuchturm das neue Wahrzeichen des Naturparks Schönbuch vor den Toren der Landeshauptstadt. 174 Stufen führen hinauf zur Aussichtsplattform, von der man ein überwältigendes Rundumpanorama über den Naturpark, die Schwäbische Alb, den Schwarzwald und das Heckengäu hat. Die Macher des Turms legten Wert auf Regionalität: Der Turm ist aus Lärchenholz erbaut, das vor Ort geschlagen und verarbeitet worden ist. Der von der Autobahn A 81 gut sichtbare Turm befindet sich in der Nähe des Waldfriedhofs zwischen Herrenberg und Hildrizhausen. Er ist von der Haltestelle der Buslinie 782 oder dem Parkplatz schnell erreichbar. „Wir haben uns für diesen Standort am Rande des Naturparks entschieden, weil er durch seine Nähe zu Hochseilgarten, Wildgehege und weiteren attraktiven Freizeitangeboten die meisten Synergieeffekte für Erholungssuchende bietet“, erklärt Siegfried Zenger, einer der Initiatoren des Projekts.
www.schoenbuch-heckengaeu.de

Info

Weitere Türme mit hohem Erlebnisfaktor

Baumwipfelpfad, Bad Wildbad: www.baumwipfelpfade.de/schwarzwald

Eichbergturm, Emmendingen: www.eichbergturm.de

Turm Hirsch, Römerstein: www.muensingen.com/Ehemaliger-Truppenuebungsplatz-Muensingen

Mehr Aussichtstürme Baden-Württembergs finden Sie unter

www.outdooractive.com

Anfahrt mit öffentlichen Verkehrsmitteln: Erstellen Sie Ihren persönlichen Fahrplan unter:

www.efa-bw.de

Buchkopfturm

Der Buchkopfturm oberhalb von Oppenau im Renchtal zählt mit 28 Metern Höhe sicher nicht zu den höchsten Aussichtstürmen im Lande. Dafür sind die Aussichten über die Rheinebene bis zu den Vogesen umso beeindruckender. Die oberste Plattform erreicht man über 142 Treppenstufen mit Halbpodesten. Der Buchkopfturm lohnt sich als Ziel einer Wanderung oder Mountainbike-Tour durch den Schwarzwald. Er ist in rund 45 Gehminuten vom Parkplatz Zuflucht, nahe der Schwarzwaldhochstraße (B 500), erreichbar.
www.buchkopfturm.renchtal.de



Bannwaldturm

Mit dem Bannwaldturm im Burgweiler Ried bei Ostrach, Landkreis Sigmaringen, ist das zweitgrößte Moorgebiet Südwestdeutschlands um eine Attraktion reicher: Der fast 40 Meter hohe Turm bietet auf seiner Aussichtsplattform, die über 217 Stufen erreichbar ist, grandiose Ausblicke über den nahegelegenen Bodensee bis zu den Alpen. Parkplätze gibt es zwischen Ostrach und Laubbach.
<https://www.noerdlicher-bodensee.de>



Altenbergturm

Der rund 43 Meter hohe, moderne Turm ziert den nahe der Gemeinde Sulzbach-Laufen gelegenen Altenberg, die höchste Erhebung des Landkreises Schwäbisch Hall. Zu sehen sind von hier die Kaiserberge der Schwäbischen Alb, die Hohenloher Ebene, die Ellwanger Berge und die Ostalb. Die imposante Holzkonstruktion ist in rund 15 Gehminuten vom Parkplatz an der Kreisstraße 2633 aus erreichbar.
www.sulzbach-laufen.de

EnBW Safe Places macht Parks und Plätze sicherer



Den Salmenplatz seiner Stadt Gernsbach hat Bürgermeister Julian Christ mit moderner Technik der EnBW ein Stück sicherer gemacht.



Ein Bummel durch die Einkaufsstraße, Kaffee auf dem Marktplatz, Spaß auf der Kirmes. Straßen, Plätze und Parks sind Orte der Begegnung, wo wir gerne Zeit verbringen. Gemeinden und auch Firmen unternehmen viel, damit man sich an öffentlichen Orten sicher fühlen kann. Eine smarte Sicherheitslösung der EnBW trägt dazu bei. Das Besondere: Die Privatsphäre der Passanten wird geschützt.

Gernsbach an der Murg, kurz vor Mitternacht. Der zentrale Salmenplatz der Schwarzwaldgemeinde liegt ruhig und verlassen im Licht der Laternen. Das war nicht immer so. Randalen in der Nacht, ramponierte Autos, leere Bierflaschen, abgebrannte Feuerwerkskörper. Bürgermeister Julian Christ sah sich zum Handeln gezwungen. In Absprache mit den Sozialarbeitern der Stadt zeigte der Ordnungsdienst mehr Präsenz auf dem Platz. Diese Maßnahme wurde zudem durch eine technische Lösung der EnBW flankiert.

Hier arbeiteten Matthias Weber und seine Kollegen schon eine Weile an einem innovativen Sicherheitssystem. „Wir schützen seit jeher unsere hochsensiblen Kraftwerke und Anlagen vor Gefahren von außen auf sehr hohem Niveau. Nicht nur das. Auch in unseren Bürogebäuden wollen sich die Mitarbeiter sicher fühlen.“ Die EnBW hat das Thema der Sicherheitslösungen als eins entdeckt, bei dem in Städten, Gemeinden und auch Unternehmen ein großer Bedarf besteht. Da lag es nahe, die eigenen Lösungen für die Schutzbedürfnisse anderer Zielgruppen weiterzuentwickeln und ein neues Geschäftsfeld zu erschließen. EnBW Safe Places basiert auf einem Audio- und

Info

Start-ups bei der EnBW

In unserer Serie stellen wir Ihnen junge Ideenschmieden vor: Start-ups, deren Geschäftsideen gut zur EnBW passen und daher Starthilfe bekommen. Aber nicht nur externe Unternehmer, auch Mitarbeiter der EnBW arbeiten in internen Start-ups an innovativen Produkten, für die es auch gleich Interessenten gibt.

Kamerasystem mit vielen Sensoren, das auffällige Situationen identifiziert und meldet. Weber nennt ein Beispiel: „Wenn nachts der Lärmpegel auf dem Salmenplatz ungewöhnlich hoch ist und bestimmte Gruppenkonstellationen identifiziert werden, wird in der EnBW-Sicherheitsleitzentrale in Stuttgart ein Alarm ausgelöst. Die Kollegen dort bewerten das Signal und informieren das Ordnungsamt oder die Polizei, falls nötig.“ Bei welchen Situationen ein Alarm ausgelöst werden soll, ha-



Was auf dem Salmenplatz nachts passiert, wird in Echtzeit auf Monitore übertragen. Personen sind nur schemenhaft erkennbar.

ben die EnBW-Entwickler und die Stadt Gernsbach gemeinsam festgelegt. EnBW Safe Places ist enorm flexibel darin, potenziell gefährliche Situationen zu erfassen. Es kann auf abgestellte Gegenstände reagieren, auf laute Fahrzeuge, plötzliche Menschenansammlungen, Hilfeschreie oder Glasbruch. Im Prinzip auf alles, was ungewöhnlich ist. „Die Lage auf dem Salmenplatz hat sich deutlich beruhigt. Nächtliche Ruhestörungen und andere Ordnungswidrigkeiten kommen so gut wie gar nicht mehr vor. Die Polizei muss nicht mehr ausrücken, seitdem es die Technik vor Ort gibt“, sagt Bürgermeister Christ.

Auch die Stadt Karlsruhe ist von der Sicherheitslösung sehr angetan. Sie baut einen neuen Auto- und Stadtbahntunnel quer durch die Stadt. Mit EnBW Safe Places sichert sie ihre U-Bahn-Baustellen vor Diebstählen und Vandalismus.

Interview mit Matthias Weber, Projektleiter EnBW Safe Places

Wie kamen Sie und Ihre Kollegen auf die Idee zu der Sicherheitslösung?

In der Bevölkerung gibt es ein großes Sicherheitsbedürfnis. Wir bei der EnBW können Sicherheit. Das beweisen wir seit Jahren durch das hohe Sicherheitsniveau unserer eigenen Anlagen. Diese Erfahrung haben wir mit künstlicher Intelligenz kombiniert. Heraus kommen völlig neuartige, individuelle Lösungen, die sich exakt auf die spezielle Gefahrensituation des Kunden vor Ort anpassen lassen.

Was ist das Besondere an EnBW Safe Places?

In der aktuellen Diskussion um die öffentliche Sicherheit werden Persönlichkeitsrechte und Sicherheit oft gegeneinander ausgespielt. Unser System löst den Widerspruch auf: Personen, die über Kamera erfasst werden, sind nur anonymisiert auf den Monitoren der Sicherheitszentrale zu sehen.



Matthias Weber, EnBW-Projektleiter Safe Places.

In Kürze

Gas statt Kohle: Neues Kraftwerk entlastet die Umwelt

Gas statt Kohle, neu statt alt, kleiner statt groß – in Stuttgart-Gaisburg ist seit Anfang Mai das neue Heizkraftwerk offiziell in Betrieb. Direkt am Neckar gelegen, entstand in den vergangenen zwei Jahren ein Neubau, der mit einer Leistung von bis zu 205 Megawatt rund 25.000 Wohnungen, 1.300 Firmen und 300 öffentliche Einrichtungen in Stuttgart und der Region mit umweltfreundlicher Fernwärme versorgt. Zudem kann das Kraftwerk auch bis zu 30 Megawatt elektrische Energie zur Verfügung stellen.

Das Gaskraftwerk übernimmt die Rolle des bisherigen, kohlebefeuerten Heizkraftwerks. Der Umstieg von Kohle auf Gas entlastet die Umwelt deutlich: So verringert sich der Ausstoß von Kohlendioxid um rund 60.000 Tonnen pro Jahr. Für die gleiche CO₂-Einsparung müssten 60.000 Stuttgarter Bürger vom Auto auf Bahn oder Fahrrad umsteigen. Auch der Ausstoß von Feinstaub, Schwermetallen und Schwefeldioxid entfällt zum größten Teil.

Mehr Infos unter:
www.enbw.com/gaisburg

Grüner Wasserstoff durch Windenergie

Das Deutsche Zentrum für Luft- und Raumfahrt (DLR) benötigt für seine Raketentriebwerke große Mengen an Wasserstoff. In unmittelbarer Nähe zum DLR gewinnt die EnBW-Tochter ZEAG Strom aus Windkraft. So entstand die Idee, den regenerativ erzeugten Strom vor Ort zu nutzen, um mithilfe von Elektrolyse Wasserstoff zu produzieren – also Wasser in gasförmigen Wasserstoff und Sauerstoff aufzuspalten – und diesen der DLR zur Verfügung zu stellen.

Im gemeinsamen Projekt H2ORIZON von ZEAG und DLR wird somit aus Wind grüner Wasserstoff mit einer nahezu makellosen CO₂-Bilanz gewonnen. Der grüne Wasserstoff soll als Kraftstoff für Brennstoffzellenfahrzeuge in Mobilitätsanwendungen fließen. Darüber hinaus steht er für die Forschung und Entwicklung am DLR-Standort Lampoldshausen zur Verfügung. H2ORIZON unterstützt den systematischen Aufbau der Wasserstoffinfrastruktur im Land und wird vom baden-württembergischen Ministerium für Umwelt, Klima und Energiewirtschaft gefördert.

Mehr Infos unter
www.h2orizon.de

Nehmen Sie uns bei Ihrem Umzug einfach mit!



Sie ziehen um? Innerhalb Ihrer Stadt, in der Region oder auch deutschlandweit? Dann nehmen Sie Ihren Energievertrag einfach mit in Ihr neues Zuhause! Egal, wo es Sie innerhalb Deutschlands hinzieht: Wir beliefern Sie auch weiterhin mit Gas und Strom. Damit Sie sich

auf Ihren eigentlichen Umzug konzentrieren können, haben wir unseren Service für Umzugskunden weiter verbessert. Künftig steht Ihnen zu allen Fragen zu Ihrem Vertrag im Rahmen Ihres Umzugs ein eigenes EnBW-Team zur Verfügung. Unsere Experten für Ihren Umzug sind von montags bis freitags zwischen 8 Uhr und 20 Uhr telefonisch zu erreichen.

Wertvolle Informationen und Tipps für einen gelungenen Umzug erhalten Sie auch auf unserer Homepage. Dort finden Sie zudem nützliche Links zu unseren Kooperationspartnern, um sich beispielsweise zehn Gratisumzugskartons zu sichern.

Telefon Umzugsteam: 0721 72586-650
www.enbw.com/umzug

Vorsicht bei Anrufen oder Besuchen

Leider berichten uns Kunden immer wieder, dass sie von angeblichen EnBW-Mitarbeitern angerufen oder durch diese an der Haustüre kontaktiert werden. Die Personen erfragen – angeblich in unserem oder im Auftrag einer unserer Tochtergesellschaften – persönliche Daten wie Ihr Geburtsdatum, Ihre Bankdaten, Ihre Kundennummer oder auch die Zählernummer. Mithilfe dieser Angaben können die Personen beispielsweise einen Lieferantenwechsel für Strom oder Gas für Sie beantragen – ohne dass Sie dies wollen.

Sie erhalten nach einem solchen Gespräch ungewollt einen Auftrag zur Energiebelieferung oder direkt eine Vertragsbestätigung für einen anderen Energielieferanten zugesandt? Hier haben Sie in vielen Fällen eine 14-tägige Widerrufsmöglichkeit, die Sie unbedingt anwenden sollten. Lassen Sie uns in einem solchen Fall schnellstmöglich eine Bestätigung über Ihren Widerruf zukommen, damit wir einen etwaigen Versorgerwechsel in Ihrem Auftrag stoppen können.

Seien Sie deshalb vorsichtig und geben Sie keine persönlichen Daten preis, wenn Sie einen solchen Anruf oder Besuch erhalten!

Als EnBW-Kunde laden Sie günstig!

Sie sind mit dem Elektroauto unterwegs? Mit der preisgekrönten App EnBW mobility+ können Sie Ihr Auto an der Ladestation auftanken und ganz ohne Ladekarte sicher bezahlen. Wer die nächste freie Ladestation sucht, wird zudem von der App zielsicher dorthin geleitet und bekommt sogar angezeigt, ob die gewünschte Ladesäule gerade frei ist – und das in Deutschland, Österreich und der Schweiz. Sie als EnBW-Kunden mit Strom- oder Gasvertrag kommen schon bald in den Genuss von noch attraktiveren Konditionen: Sie sparen im Viellader-Tarif die monatliche Grundgebühr von 4,99 Euro und profitieren zudem von den günstigeren Preisen pro getankter Kilowattstunde.

Auch ADAC-Kunden kommen in den Genuss eines Spezialtarifs: Mit dem sogenannten ADAC e-Charge sparen Sie ebenso die monatliche Grundgebühr von 4,99 Euro und profitieren weiter von den günstigeren Kilowattstundenpreisen des Viellader-Tarifs. Geben Sie bei der Tarifauswahl einfach die EnBW- oder ADAC-Vertragsnummer an.

Die Tarife im Überblick:

- **Standard-Tarif**
Wechselstrom (AC): 39 ct/kWh;
Gleichstrom (DC): 49 ct/kWh
- **Viellader-Tarif**
Grundgebühr: 4,99 €/Monat
(entfällt für EnBW- und ADAC-Kunden)
Wechselstrom (AC): 29 ct/kWh; Gleichstrom (DC): 39 ct/kWh

Die EnBW App mobility+ ist kostenlos für Apple und Android in den jeweiligen Stores erhältlich.

Mehr Infos zu den EnBW-Tarifen unter www.enbw.com/laden
Mehr Infos zum ADAC-Tarif unter www.adac.de/e-charge



Sommerzeit ist Picknickzeit

Nichts wie raus: Ein Sonnentag im Freien mit einem leckeren Picknick ist immer etwas Besonderes – ob am Wasser, am Waldesrand oder auf einer Wiese. Dafür braucht es lediglich eine gute Vorbereitung sowie die richtigen Speisen und Getränke. Hier kommen Tipps, Rezepte und Packliste.

Rund ums Essen

Erste Wahl ist alles, was sich praktisch verpacken, transportieren und einfach servieren lässt: Brote und Aufstriche, Gemüseticks mit Dips, Wraps, herzhaftes und süßes Kleingebäck. Bei Salaten das Dressing am besten separat mitnehmen und erst beim Servieren über den Salat gießen. Fleisch lässt sich gut fertig gebraten mitnehmen, zum Beispiel kleine panierte Schnitzel, Hähnchenkeulen oder Spieße. Als Nachtisch eignet sich druckunempfindliches Obst wie Äpfel und Melonen. Auch Kirschen in der Kunststoffbox dürfen mit.

Getränke

Mineralwasser, selbst gemachte Limonaden, Fruchtsäfte und Eistee sind fürs Picknick ideal. In Thermoskannen bleibt alles schön kühl.

Besser nicht

Rohes Fleisch, Milchprodukte, Eierspeisen und Mayonnaise sind ungekühlt leicht verderblich. Verzichten Sie auch auf alles, was schnell matscht oder schmilzt.

Verpackung

Für Speisen bieten sich Kunststoffdosen mit fest schließenden Deckeln an. Für Salatsoßen und Dips eignen sich leere Twist-off-Gläser und Bügelflaschen und für heiße wie kalte Getränke Thermoskannen.

Länger kühl bleiben Speisen und Getränke in einer vorgekühlten Kühltasche. Das geht auch mit gefrorenem Fruchtsaft oder Wasserflaschen aus Kunststoff. Diese können aufgetaut später getrunken werden. Speisen und Getränke am besten unten in die vorgekühlte Kühltasche packen. Obendrauf kommen Kühlakkus (Volumen: 75 Prozent für Lebensmittel, 25 Prozent für Kühlakkus).

Info

Schutz vor Wespen und Co.

Wespen und Fliegen finden Ihr Picknick weniger interessant, wenn Sie Ihren Proviant mit einem Tuch abdecken, auf Getränkebecher Deckel legen und halbierte, mit Gewürznelken gespickte Zitronen auslegen.

Das muss mit

- › Picknickdecke: Die Variante mit der einseitigen Kunststoffbeschichtung hält Feuchtigkeit fern.
- › Kühltasche für Speisen und Getränke, Korb für Teller, Besteck, Becher und Servietten.
- › Ein größeres Schneidebrett erleichtert das Schnippeln und schafft eine ebene Stellfläche für Flaschen und Becher.
- › Geschirr aus Bambusfaser ist wiederverwendbar und sehr leicht.
- › Flaschenöffner und Korkenzieher.
- › Müllbeutel zum Einpacken aller Reste.
- › Ball, Frisbeescheibe oder ein Satz Federballschläger.
- › Sonnencreme, Mückenspray und gegebenenfalls Taschenlampe.

Unser Rezept



Blätterteigschnecken

- 1 Zwiebel ,gehackt
- 1 Knoblauch, gehackt
- 100 Gramm Käse, gerieben
- 100 Gramm Kochschinken, gewürfelt
- 2 Esslöffel Kräuter, am besten gemischt, bspw. Schnittlauch, Oregano, Petersilie
- 60 Gramm Crème fraîche, Natur oder Kräutervariante
- 1 Packung Blätterteig, 275 g, aus dem Kühlregal

Ofen auf 200 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Zwiebel, Knoblauch, Käse, Schinken, Kräuter (frisch oder getrocknet) sowie Crème fraîche in einer kleinen Schüssel mit einem Löffel gut vermischen. Den Blätterteig komplett mit der Füllung bestreichen, nur einen kleinen Rand an der langen Seite frei lassen (etwa 1 cm), damit die Masse später nicht herausläuft. Blätterteig von der langen Seite zu einer langen Schnecke aufrollen, das Ende leicht andrücken. Scheiben abschneiden (1-2 cm) und diese vorsichtig auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen und etwa 20 Minuten goldgelb backen.

Grüezi Schweiz!

Gewaltige Bergmassive, grüne Täler, ruhige Seen und malerische Städte: Die Schweiz mit alpiner Kulisse hat viele Gesichter. Besonders von ganz oben bieten sich spektakuläre Blicke auf das Bergpanorama, aber auch die Bahnfahrten auf steilen Strecken durch die Alpen ziehen Besucher in ihren Bann.

Unter
www.enbw.com/reise
finden Sie das
vollständige
Reiseprogramm.

Vieffältig, abwechslungsreich und malerisch schön: Entdecken Sie die unberührte Schweizer Natur, sowie die ursprüngliche Tier- und Pflanzenwelt und tanken Sie Energie an Orten der Ruhe und Kraft. Immer im Blick: die Alpen – schließlich nehmen sie rund 60 Prozent der Landesfläche ein. Eingebettet in ein eindrucksvolles Bergpanorama startet die Reise in Luzern. Die attraktive Stadt am Vierwaldstättersee gilt als Tor zur Zentralschweiz und hat für Besucher einiges zu bieten. Von dort aus entde-

cken Sie die Schweizer Bergwelt: Der Ausblick auf Eiger, Mönch und Jungfrau im Berner Oberland ist atemberaubend und die Bahnfahrt von Grindelwald bis Lauterbrunnen zählt zu den schönsten ihrer Art. Im Kanton Wallis lernen Sie das weltbekannte Bergdorf Zermatt kennen und fahren von dort aus mit dem einzigartigen Glacierexpress vorbei an der imposanten Rhenschlucht nach Chur, der ältesten Stadt der Schweiz. Ein weiteres Highlight führt Sie von den Nordenspitzen zu den Palmen – der Bernina Express. Als höchste Bahnstrecke über die Alpen verbindet er den Norden Europas mit dem Süden und fährt über insgesamt 196 Brücken bis ins italienische Tirano. Die Strecke zählt zum UNESCO-Weltkulturerbe und führt im Panoramawagen durch die Alpen – wilde Schluchten, schwindelerregende Brücken, faszinierende Kehrtunnel und Gletscher sind zum Greifen nah.



Kurzübersicht Ihrer 8-tägigen Rundreise

Tag 1: Fahrt mit dem modernen Reisebus von Stuttgart ins Berner Oberland; auf dem Weg Stopp in Luzern

Tag 2: Schifffahrt auf dem Thunersee, Besuch des Freilichtmuseums in Ballenberg

Tag 3: Grindelwald am Fuße der Bergriesen Eiger, Mönch und Jungfrau; Fahrt mit der Wengernalpbahn zur Kleinen Scheidegg

Tag 4: Besuch von Zermatt und Fahrt auf den Gornergrat mit seinem unbeschreiblichen Bergpanorama

Tag 5: Fahrt durch das Rhonetal mit dem berühmten Glacierexpress

Tag 6: Lernen Sie den Kurort Davos kennen

Tag 7: Im Panoramawagen des Bernina Express überqueren Sie die Alpen bis nach Tirano

Tag 8: Heimreise über Maienfeld und Feldkirch nach Stuttgart

Im Preis enthalten

- > 8-tägige Bus-Rundreise im modernen 4-Sterne-Fernreisebus
- > 7 Übernachtungen in Drei- bis Viersterne-hotels
- > Halbpension
- > Zahlreiche Eintrittsgelder, Bahnfahrten und Verkostungen
- > Reisebegleitung ab/bis Stuttgart

Reisepreis pro Person im Doppelzimmer:
Ab 25 Teilnehmern 1.780,00 Euro
Einzelzimmerzuschlag 150,00 Euro



Leserreise
30.05.–06.06.2020

Ihr Reiseveranstalter:
Karawane Reisen GmbH & Co. KG
Schorndorfer Str. 149, 71638 Ludwigsburg
Telefon: 07141 284848
Telefax: 07141 284845
E-Mail: enbw@karawane.de





Auf die Rodel, fertig, los!

Wer sich gerne den Fahrtwind um die Ohren sausen lässt, kann auch im Sommer rodeln. Wie ein professioneller Bobfahrer in der Eiskrinne könnt ihr euch zum Beispiel auf den Sommerrodelbahnen in Kaisersbach oder in Sonnenbühl fühlen – nur dass die Schlitten statt auf Eis in einer Edeltstahlrinne nach unten sausen. An Achterbahnen erinnern die modernen „Coaster“ im Schwarzwald, bei denen die Schlitten auf Schienen fixiert sind. Eine der längsten ist mit 2,9 Kilometern Abfahrt der Hasenhorn-Coaster in Todtnau, hier geht es mit einem Sessellift hinauf. Auf der Bobbahn am Mehlskopf können Beifahrer mit VR-Brille durch virtuelle Welten sausen.

Die meisten Bobbahnen sind in Begleitung ab einem Alter von drei Jahren möglich, ab acht Jahren dürft ihr allein fahren. Viele Bahnen sind bei Regen geschlossen, informiert euch daher jeweils aktuell über die Öffnungszeiten. In der Regel sind die Bahnen bis Oktober geöffnet.

Ausgewählte Sommerrodelbahnen im EnBW-Land:

- Sommerrodelbahn Gutach (Schwarzwald)
- Hasenhorn-Coaster Todtnau (Schwarzwald)
- Bobbahn Mehlskopf (Schwarzwald)
- Riesenrutschbahn Poppeltal, Enzklösterle (Schwarzwald)
- Bobbahn Donnstetten/Römerstein (Schwäbische Alb)
- Sommerbobbahn Möck, Sonnenbühl (Schwäbische Alb)
- Sommerrodelbahn Kaisersbach (Schwäbischer Wald)



Ihr wollt euch auch den Fahrtwind um die Nase wehen lassen? Wir verlosen Freikarten.

Registriere dich bis zum 31. Juli 2019 unter www.enbw.com/sommerrodelbahn und beantworte folgende Frage: Wie viele Unterschiede findest du in den beiden oberen Bildern? Wähle dabei aus verschiedenen Antwortmöglichkeiten aus.

Weitere Teilnahmebedingungen erhältst du direkt im Online-Gewinnspielformular.

Gewinnspiel

Machen Sie mit bei unserem Kreuzworträtsel und finden Sie des Rätsels Lösung. Registrieren Sie sich dazu einfach unter www.enbw.com/loesung und geben Sie bis 31. Juli 2019 das Lösungswort ein. Dort finden Sie auch alle Informationen zu den Teilnahmebedingungen.

Tip: Sie möchten von weiteren Gewinnspielen profitieren oder interessante Infos zu Energietrends erhalten? Geben Sie uns bei Ihrer Registrierung dazu einfach Ihr Einverständnis, damit wir Sie kontaktieren dürfen.

Unter allen richtigen Einsendungen lösen wir die Gewinner aus. Der Rechtsweg ist wie immer ausgeschlossen.

Auflösung aus Heft 1/2019
Das gesuchte Wort lautete: **Hotelschiff**.
Die Gewinner wurden schriftlich benachrichtigt.

Lutherstadt	niedersächs. Stadt an d. Weser	byzantinische Prinzessin	zu beweisende Behauptungen	scheues Waldtier	Sumpfbiber
hart auf Parteilkurs	Teil des Mengenmaßes	Füllwort im Redefluss	Fastnachtsruf	Hühnerprodukt	Flachland (Mz.)
ausführen	Glühstrumpferfinder	Kraut in der Pharmazie	Abk.: Stück	Tochter des Kadmos (Sage)	kleine Siedlung
Turngerät	deutsche Modeschöpferin (Jil)	Glück Wünschender			

Lösungswort:



Der Gewinn

Großer Luxus-Picknickkorb

Der große Luxus-Picknickkorb ist aus europäischer Vollweide handgeflochten und mit zwei seitlichen Ledertragegriffen ausgestattet. Auch die Beschläge und Riemen sind aus echtem Leder. Von hoher Qualität ist auch seine Ausstattung mit Bechern und Tellern aus feinem Bone-China mit Goldrand von der englischen Firma Duchess. Die kleinen Pfeffer- und Salzmühlen haben Keramikmahlwerke, die Isolierflasche ist aus gebürstetem Edelstahl. Hochwertig sind auch das Kellermesser und Besteck sowie die Gläser und die Baumwolltischdecke. Eine englische Picknickdecke in Black Watch Tartan mit wasserfester Abseite ist inklusive. Der Korb der Marke Speyside Wine & Tea für 4 Personen ist 65 Zentimeter lang, 41 Zentimeter breit und 30 Zentimeter hoch.

Wert: circa 679 Euro

Ausstattung:

- 4 weiße Porzellanteller
- 4 weiße Porzellanbecher
- 4 Weingläser aus Kristallglas
- 3 separate Weidenkörbchen zur Aufnahme von Bechern oder Gläsern
- 1 Isolierflasche, 0,7 l
- je 1 kleine Salz- und Pfeffermühle
- 1 Kellermesser mit Flaschenöffner
- 4 Essbestecke, 3-teilig
- 1 weißes Tischtuch aus reiner Baumwolle
- 4 weiße Servietten aus reiner Baumwolle
- 2 dunkelblaue Isoliertaschen
- 2 Frischhalteboxen
- Picknickdecke mit wasserfester Unterseite



Woher kommt der Strom? >

Die etwas andere Watt-Wanderung

In dieser
Ausgabe:
Sonne und Wind
in Berghülen



Das erwartet Sie

Solarparks in der Wüste und Windparks im Meer – dass das funktioniert, liegt auf der Hand. Aber welchen Nutzen haben 10.000 Solarmodule oder die Windkraftanlagen auf der Schwäbischen Alb wirklich? Unsere Besucherbetreuer bringen Licht ins Dunkel und frischen Wind in den Kopf: Sie stellen Ihnen in Berghülen gleich beide Arten der Energieerzeugung vor. Wenn Sie Glück haben, auch mit etwas mehr Sonne als in unserem Bild.

Besichtigungstermine >

02.08.19 von 13 Uhr bis 16:30 Uhr
31.08.19 von 13 Uhr bis 16:30 Uhr
14.09.19 von 10 Uhr bis 13:30 Uhr

Anmeldung online:
www.enbw.com/sonderfuehrung.
Bitte berücksichtigen Sie die dort aufgeführten Voraussetzungen. Anmeldeschluss für alle Führungen ist der 15. Juli 2019.