

GeRhede über Energie und mehr

Rhegina

03 | 2024

Gewinnen
Sie einen
Kochkurs bei
Trüffel &
Bohne!

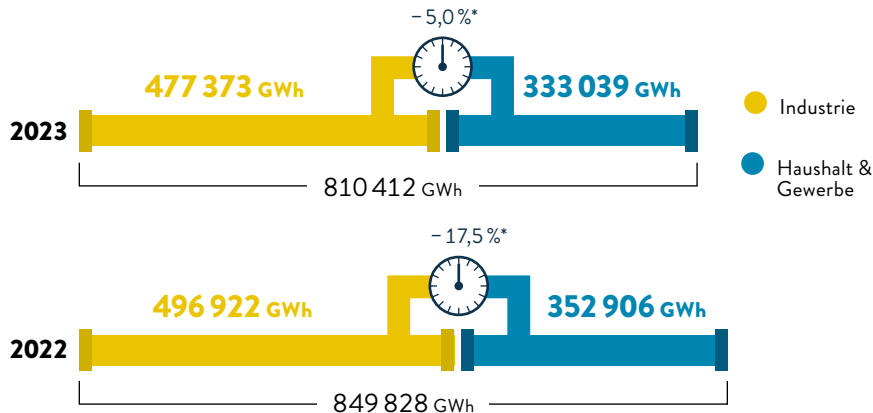
Gemeinsam in die Zukunft

Simon Böing sieht viele Vorteile in einer
Fusion der Stadtwerke Rhede und Bocholt.



Gasverbrauch weiter gesunken

Deutschland hat 2023 im Vergleich zum Vorjahr auch wegen höherer Temperaturen fünf Prozent weniger Erdgas verbraucht. Schon 2022 war der Verbrauch deutlich gesunken.



Gasverbrauch in Deutschland in Gigawattstunden (GWh)

* im Vorjahresvergleich



Foto: stockadobe.com – Halfpoint

E-Bikes boomen

IM VERGANGENEN JAHR wurden erstmals mehr E-Bikes als traditionelle Fahrräder verkauft. Laut dem Zweirad-Industrie-Verband (ZIV) entschieden sich 53 Prozent der Fahrradkäufer für ein Rad mit Elektroantrieb. Das entspricht rund 2,1 Millionen verkauften E-Bikes gegenüber 1,9 Millionen klassischen Fahrrädern. Dabei kostete ein E-Bike 2023 im Durchschnitt 2950 Euro, ein Fahrrad nur 470 Euro. Ein zentraler Grund, sich ein E-Bike anzuschaffen, ist laut einer Studie der Gesellschaft für Konsumforschung der Wunsch nach mehr Bewegung. Zudem sehen immer mehr Menschen das E-Bike als Alternative zum Auto. Zu einem wichtigen Markttreiber habe sich auch das Fahrradleasing entwickelt, so der ZIV. Experten schätzen, dass inzwischen jedes vierte Rad über Leasing zu den Kundinnen und Kunden kommt.



Foto: stockadobe.com – Terje

Saubere Energie

BIS 2030 sollen alle Menschen Zugang zu bezahlbarer, verlässlicher und sauberer Energie haben – so sieht es der Plan der Vereinten Nationen zum Erreichen der 17 Nachhaltigkeitsziele vor. In der Europäischen Union könnte der Stand bei dieser Entwicklung unterschiedlicher nicht sein: Während Bulgarien bisher die geringsten Fortschritte zu einer nachhaltigen Energiegewinnung gemacht hat, ist Schweden schon bedeutend weiter. Der skandinavische Staat deckte 2022 schon etwa 66 Prozent seines Bruttoenergieverbrauchs aus erneuerbaren Quellen. Schweden ist damit Spitzenreiter in der Europäischen Union. Es folgen Finnland (47,9 Prozent) und Lettland (43,3 Prozent). Deutschland kommt auf 20,8 Prozent.



NEWSLETTER ABONNIEREN!

Ab sofort kann man den brandneuen WhatsApp-Newsletter der Stadtwerke Rhede abonnieren, um immer bestens informiert zu sein. Man erhält die neuesten Nachrichten und Infos rund um die Stadtwerke direkt aufs Smartphone und profitiert von exklusiven Aktionen. Alles bequem über WhatsApp, keine E-Mail-Flut mehr! Anmelden per QR-Code oder unter www.stadtwerke-rhede.de

IMPRESSUM

Herausgeber: Stadtwerke Rhede GmbH, Krommerter Weg 13, 46414 Rhede, Telefon: 02872 937-0, E-Mail: mail@stadtwerke-rhede.de; Internet: www.stadtwerke-rhede.de; Lokalteil Rhede: Marcel Radmacher (verantw.) in Zusammenarbeit mit Tina Dautzenberg und Kathrin Lohmeyer-Duchatz, trurnit GmbH, Putzbrunner Straße 38, 85521 Ottobrunn. Redaktion: Michael Brüggemann, Birgit Wiedemann, Magdalena Bilzer. Gestaltung: Petra Kargl, trurnit GmbH, Ottobrunn. Titelfoto: Martin Leclair. Druck: Bonifatius GmbH, Paderborn



Dieses Druckerzeugnis ist mit dem Blauen Engel ausgezeichnet.

Gemeinsam
Zukunft gestalten



Rhegio
Natur

Rhegio
Dienstleistungen GmbH





Foto: Babette Schwob

Hunde-Beachparty mit vielen bunten Attraktionen

LEINEN LOS! Die Freibadsaison ist vorbei, jetzt sind die Fellnasen dran. Am Sonntag, den 29. September, steigt im Freibad Rhede das große Revival der Beachparty für Hunde. Beim beliebten Hundeschwimmen können die vierbeinigen Lieblinge von 10 bis 16 Uhr ins erfrischende Nass springen und sich so richtig austoben. Das Wasser im Schwimmbecken wird dann frei von Chemikalien sein. Attraktionen des bunten Rahmenprogramms sind eine besondere Mensch-Tier-Aktion: Stand-up-Paddling mit Hund. Darüber hinaus gibt es ein Hunderennen. Gesucht wird der schnellste

Vierbeiner der Region! Außerdem haben wir einen tollen Dienstleister gewinnen können: Pfotenblitzer, bekannt für seine lebendigen und authentischen Unterwasseraufnahmen. Wer seinen Liebling in Aktion im Wasser fotografieren lassen möchte, sollte sich schnell unter info@pfotenblitzer.de melden. Es sind noch Termine frei! Zudem präsentieren sich weitere Unternehmen und Vereine mit spannenden Angeboten rund um den Hund. Lassen Sie sich überraschen! Eine Bitte noch: Haftpflichtversicherung und Impfpass des Hundes mitbringen. Eintritt: ein Euro pro Pfo.

Carsharing für alle,
QR-Code scannen,
App laden, registrieren,
buchen, losfahren!

Auto teilen auch in Rhede

CARSHARING nimmt in Deutschland zunehmend Fahrt auf. Anfang 2024 waren bundesweit 5,5 Millionen Fahrberechtigte bei Carsharing-Anbietern registriert – ein Zuwachs von 23,1 Prozent im Vergleich zum Vorjahr. 1285 Städte und Gemeinden waren mit Carsharing ausgestattet, 203 mehr Orte als ein Jahr zuvor. Rund zwei Drittel davon hatten weniger als 20000 Einwohner. Dazu gehört auch Rhede: Carsharing für alle, gemeinsam mit dem Anbieter SHARE NOW. Das zeigt, dass Carsharing nicht nur in Großstädten möglich ist. Immerhin: Ein Fahrzeug ersetzt bis zu 20 private Pkw. Städte und Kommunen können den freigewordenen Raum nutzen, um mehr Grün, Spielplätze und Platz für Fußgänger und Radfahrer zu schaffen.



GET THE APP

Code scannen oder unter
www.share-now.com

Nähe, Wärme und Vertrauen

Jetzt QR-Code scannen und uns auf Facebook und Instagram folgen

WISSEN, WAS WICHTIG IST

Informationen, Hintergründe, Gewinnspiele: nichts mehr verpassen!

HEIZUNG OPTIMIEREN

Ältere Heizungsanlagen in größeren Wohngebäuden mit mindestens sechs Wohneinheiten müssen regelmäßig überprüft und bei Bedarf optimiert werden. Heizungen, die nach dem 30. September 2009 eingebaut wurden, fallen 15 Jahre nach der Montage unter die Prüfpflicht und müssen spätestens ein Jahr später untersucht worden sein. Wer also eine Heizung am 1. Oktober 2009 eingebaut hat, muss die Prüfung zum 30. September 2025 vorweisen. Eigentümerinnen und Eigentümer älterer Heizungen haben Zeit bis zum 30. September 2027. Wer Zeit und Geld sparen möchte, koppelt die Prüfung an einen ohnehin anstehenden Termin, etwa mit dem Schornsteinfeger.

GEMEINSAM IN DIE ZUKUNFT

Die Stadtwerke Rhede und Bocholt werden zu einem **gemeinsamen Unternehmen**. Was das bedeutet, erklärt Simon Böing, Aufsichtsratsvorsitzender der Stadtwerke Rhede.

Noch ist die Fusion der Stadtwerke Rhede und Bocholt nicht endgültig vollzogen. Die Details werden noch bis weit ins nächste Jahr hinein verhandelt. Mit den konkreten Vertragsverhandlungen hat der Rat der Stadt Rhede am 3. Juli den Rheder Bürgermeister Jürgen Bernsmann, die Interimgeschäftsführer der Stadtwerke Rhede Marcel Radmacher und Markus Frenk sowie Simon Böing beauftragt. Die Fusion ist für August 2025 rückwirkend zum 1. Januar geplant.

Herr Böing, wie zufrieden sind Sie mit den bisherigen Vereinbarungen?

Simon Böing: Sehr zufrieden. Wir werden mit 30 Prozent am neuen Gemeinschaftsunternehmen beteiligt sein. Das ist mehr, als uns als kleinerem Partner rechnerisch zusteht, auch unter Berücksichtigung der Ausgleichszahlungen, die wir leisten. Drei Faktoren tragen dazu bei, dass unser Unternehmen höher bewertet wird, als

es nominal wert ist: die junge Altersstruktur der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, unsere guten und treuen Kunden sowie die sehr gute Marktposition im Glasfaserausbau.

Und wie sieht es mit der Mitbestimmung des kleineren Partners aus?

Simon Böing: Auch in diesem wichtigen Punkt haben wir bisher gut verhandelt. Alle wesentlichen Entscheidungen dürfen nur gemeinsam getroffen werden. Das nennt man Minderheitenschutz. Das betrifft zum Beispiel die Bestellung und Abberufung des Geschäftsführers, aber auch die jährliche Entscheidung über den Wirtschafts- und Investitionsplan.

Um welche Investitionen geht es dabei?

Simon Böing: Vor allem um wichtige Investitionen in die Bausteine der Energiewende – zum Beispiel in Zukunftstechnologien oder in den Ausbau der Stromnetze, die künftig eine

wachsende Zahl von Erzeugern und Verbrauchern bewältigen müssen. Dazu gehört zum Beispiel auch der verstärkte Einsatz von Wärmepumpen. Angesichts der hohen Verschuldung der Stadtwerke Rhede, die aus Investitionen der Vergangenheit resultiert, werden wir dafür im gemeinsamen Unternehmen bald mehr finanzielle Spielräume haben. Das war einer der wichtigsten Gründe für die Fusion.

Welche Vorteile haben die Kundinnen und Kunden?

Simon Böing: Durch die Fusion ergeben sich Synergieeffekte in zweistelliger Millionenhöhe. Dadurch können wir deutlich wirtschaftlicher agieren und sind wettbewerbsfähiger. Außerdem arbeiten im Kundenservice bald mehr Leute mit mehr Know-how, was ihre Erreichbarkeit verbessert. Die bisherigen Anlaufstellen in Rhede bleiben dauerhaft erhalten.



Sind guten Mutes: Die Mitglieder des Aufsichtsrats der Stadtwerke Rhede sehen viele Vorteile in einer Fusion mit den Stadtwerken Bocholt und haben ihr daher zugestimmt.

Foto: Stadtwerke Rhede

Foto: Martin Leclaire



Schauen optimistisch in die Zukunft, auch weil sie bei der Fusion der Stadtwerke Rhede und Bocholt bislang gut verhandelt haben: Simon Böing (Mitte), Aufsichtsratsvorsitzender der Stadtwerke Rhede, und die beiden Rheder Interimsgeschäftsführer Markus Frenk (li.) und Marcel Radmacher.

Was wird aus dem Freibad in Rhede?

Simon Böing: Jede Stadt bleibt für ihr Bad selbst verantwortlich. „Tracking Stock“ heißt das in der Fachsprache. Trotzdem profitieren wir: Denn durch den Austausch und die Rotation des Bäderpersonals beider Standorte können wir zum Beispiel dem Fachkräftemangel bei Schwimmmeistern entgegenwirken. Auch für die Sanierung und Erweiterung des Bades wird es eine Lösung geben, wenn auch eine kleinere. Blicke es bei den bisherigen Plänen, würde das vorgesehene Budget aufgrund der Preissteigerungen um mehr als 100 Prozent überschritten.

Welche Rolle spielen künftig die beiden Interimsgeschäftsführer der Stadtwerke

„Als gemeinsames Unternehmen sind wir am Markt einfach robuster und wettbewerbsfähiger.“

Simon Böing, Aufsichtsratsvorsitzender der Stadtwerke Rhede

Rhede, Marcel Radmacher und Markus Frenk?

Simon Böing: Beide werden sie der erweiterten Geschäftsführung des Gemeinschaftsunternehmens angehören. Marcel Radmacher wird zusätzlich noch Stellvertreter des neuen Geschäftsführers Jürgen Elmer. Er ist der bisherige Geschäftsführer der Stadtwerke Bocholt. Auf Bocholter Seite kommen vier Prokuristen dazu. Im Gegenzug wird ein Rheder Kommunalpolitiker für sechs Jahre den Aufsichtsratsvorsitz übernehmen.

Wie schwer ist Ihnen die Entscheidung für die Fusion gefallen?

Simon Böing: Nicht ganz so leicht, wie es sich hier vielleicht liest. Aber als Gemeinschaftsunternehmen sind wir am Markt einfach robuster aufgestellt und damit deutlich wettbewerbsfähiger. ■

DER STROM FLIESST WEITER

Der Strombedarf wird künftig deutlich steigen. Um einer Überlastung des Netzes vorzubeugen, dürfen Verteilnetzbetreiber den Strom seit diesem Jahr bei **WÄRMEPUMPEN UND ELEKTROAUTOS** zeitlich befristet drosseln. Sorgen machen müssen sich Verbraucher deshalb aber nicht.

Bis 2030 sollen nach den Plänen der Bundesregierung mindestens 15 Millionen Elektroautos auf Deutschlands Straßen fahren. Private Ladestationen – sogenannte Wallboxen – werden somit deutlich zunehmen. Seit 1. Januar dieses Jahres sollen außerdem jährlich 500 000 neue Wärmepumpen bundesweit installiert werden. Für die Verteilnetze bedeutet dieser steigende Strombedarf Stress. Die Konsequenz: Sie müssen ausgebaut werden, damit es nicht zu einer Überlastung kommt. Doch das Ausbautempo kann mit dem geplanten Zuwachs von Wallbox, Wärmepumpe und Co. bislang nicht mithalten.

Ein Grund zur Sorge für Verbraucher? Nein. Mit der Digitalisierung der örtlichen Verteilnetze lassen sich Engpässe verhindern. Sie ermöglicht es, die Anlagen in akuten Ausnahmesituationen, etwa wenn Schaden für das Stromnetz droht, zeitweise herunterzufahren. Nach welchen Regeln das abläuft, hat die Bundesnetzagentur mit der Novelle §14a des Energiewirtschaftsgesetzes (EnWG) neu definiert. Darin ist festgelegt, wie sich die Versorgungssicherheit gewährleisten lässt, ohne dass Anlagen komplett abgeschaltet werden müssen.

Was heißt das für mich?

Die Regelung gilt für Betreiber von Wallboxen, Wärmepumpen und anderen so genannten steuerbaren Verbrauchern wie Stromspeichern oder Klimageräten – vorausgesetzt, sie erreichen eine elektrische Anschlussleistung von mindestens 4,2 Kilowatt (kW). Ein Vorteil für Betreiber: Wer seit 1. Januar 2024 eine solche Anlage installieren will, hat das Recht, vom Netzbetreiber unmittelbar ans Netz angeschlossen zu werden. Im Gegenzug darf der Netzbetreiber die steuerbaren Verbraucher kurzfristig drosseln, wenn eine konkrete Überlastung im Netz droht – allerdings darf die reduzierte Leistung 4,2 kW nicht unterschreiten. Das heißt, die Geräte laufen mit weniger Leistung weiter. Der gewöhnliche Haushaltsstrom für Kühlschrank, Waschmaschine oder Backofen ist davon aber nicht betroffen. Der Netzbetreiber darf diese Geräte auf keinen Fall abschalten oder „dimmen“.

Wird die Leistung einer Ladestation auf 4,2 kW heruntergefahren, lässt sich ein Elektroauto gewöhnlich innerhalb von zwei Stunden für eine Reichweite von rund

50 Kilometer aufladen. Auch Wärmepumpen heizen weiter, denn über ihren Zwischenspeicher erzeugen sie ausreichend Wärme. Ohnehin dürfen Netzbetreiber den Strom nur in Notfallsituationen „dimmen“ – und dann auch nur für kurze Zeit. „Wir rechnen damit, dass Eingriffe des Netzbetreibers die zwingende Ausnahme bleiben“, unterstreicht Klaus Müller, Präsident der Bundesnetzagentur.

Finanzielle Entschädigung

Ein weiterer Vorteil: Betreiber haben Anspruch auf reduzierte Netznutzungsentgelte – egal, ob sie gedimmt werden oder nicht. Es stehen zwei Modelle zur Auswahl. Variante 1: eine pauschale Vergütung pro Jahr, die je nach Wohnort zwischen 110 und 980 Euro beträgt. Oder Variante 2: Der Arbeitspreis pro Kilowattstunde reduziert sich um 60 Prozent. Hier ist ein zusätzlicher Zähler für die Anlage erforderlich, der diesen Strom extra bemisst. Ab 1. April 2025 kommt Variante 3 hinzu, die mit Variante 1 kombiniert wird und bei der die Netzentgelte je nach Auslastung des Stromnetzes steigen oder sinken. Man spricht hier von dynamischen Netzentgelten, die das netzdienliche Verhalten der steuerbaren Verbraucher belohnen sollen.

Übrigens: Die Festlegung des §14a EnWG gilt nur für neu installierte Anlagen. Für Bestandsanlagen wird eine großzügige Übergangsfrist bis 31. Dezember 2028 gewährt. Eine Ausnahme: Es gibt bereits eine Vereinbarung mit dem Netzbetreiber zur Steuerung. Nachtspeicherheizungen sind von den Regelungen übrigens komplett ausgenommen. Betreiber von steuerbaren Verbrauchern können freiwillig in die neue Regelung wechseln. Ein Zurück ist anschließend jedoch nicht mehr möglich.

Was muss ich machen, damit ich vom §14a EnWG profitieren kann?

Wer seit 1. Januar 2024 eine Wärmepumpe, Wallbox und Co. mit einer elektrischen Anschlussleistung von mindestens 4,2 kW in Betrieb genommen hat oder dies plant, wird automatisch vom Elektroinstallateur beim Netzbetreiber angemeldet. Letzterer wiederum informiert den Lieferanten, der die reduzierten Netzentgelte auf der Stromrechnung vermerkt. ■

STECKERLEISTE STATT STECKDOSE



Egal ob Smart-TV, Computer oder Stereoanlage: Was im Stand-by-Betrieb läuft, zieht unnötig Strom. Die Lösung: vom Netz nehmen, was nicht benötigt wird. Am einfachsten funktioniert das mit einer Steckerleiste. Sind alle Geräte eingesteckt, müssen Sie nur den Ausschaltknopf drücken und schon unterbindet die Leiste die Stromzufuhr.

Günstig Energie sparen

Zu Hause Energie zu sparen, muss nicht teuer sein. **SECHS SPARTIPPS**, die gar nichts oder wenig kosten, aber eine Menge bringen.



So viel mehr **ENERGIE** kostet es, wenn sich Luft in Heizkörpern befindet. Daher regelmäßig entlüften, wenn es pfeift oder gluckert.



RESTWÄRME NUTZEN

Beim Kochen und Backen lässt sich eine Menge Energie sparen. Etwa, indem Sie aufs Vorheizen des Backofens verzichten. Oder nach dem Abschalten die Restwärme von Ofen und Herd nutzen. Verwenden Sie außerdem einen Wasserkocher. Das ist energiesparender, als Wasser auf dem Herd aufzukochen.

AN DIE LEINE

Wäschetrockner verbrauchen rund acht Prozent der Energie im Haushalt. Doch es gibt eine kostenlose und platzsparende Alternative: Hängen Sie Ihre Wäsche auf einem zusammenklappbaren Wäscheständer oder an einer Leine auf. Im Sommer trocknet sie auf dem Balkon oder im Garten von allein. Geht es nicht ohne Trockner – etwa in einer Mietwohnung ohne Balkon und Wäschekeller – achten Sie beim Kauf auf Effizienzklasse A, zuvor gut geschleuderte Wäsche und eine volle Beladung.

z z z



SCHLAFEND ENERGIE SPAREN

Wenn wir schlafen, benötigt unser Körper nicht dieselbe Wärmemenge wie am Tag. Drehen Sie die Heizung daher nachts im Schlafzimmer auf 15 bis 18 Grad runter. So fällt das Einschlafen leichter und Ihr Schlaf ist tiefer und erholsamer. Auch in den anderen Zimmern empfiehlt sich eine raumweise Temperierung: Im Wohnzimmer sind 20 Grad angemessen, in der Küche 18 bis 20 Grad, im Bad 23 Grad, im Kinderzimmer 20 bis 22 Grad. Im Flur reichen 16 Grad.



DUSCHEN STATT BADEN

Warmwasser sparen lohnt sich gleich doppelt: Neben dem Wasser- sinkt der Energieverbrauch, um das Wasser zu erhitzen. Allein das Duschen macht rund drei Viertel des Warmwasserverbrauchs aus. Unter der Dusche gibt es zwei Einsparoptionen: kürzer duschen oder die Durchflussmenge begrenzen. Das geht ganz einfach mit einem Sparduschkopf, der dem Wasser Luft beimischt und den Warmwasserverbrauch um bis zu 50 Prozent senkt.

WIE WIRD DAS NETZ FIT FÜR DIE ZUKUNFT?



Michael Schulze Empting kennt die Herausforderungen, die der Netzausbau mit sich bringt.

Foto: Martin Leclaire

Mit der Energiewende übernehmen die **Stromnetze** anspruchsvolle neue Aufgaben. Wie die Stadtwerke Rhede die Infrastruktur dafür vorbereiten, erklärt Mitarbeiter Michael Schulze Empting.

1 Welche neuen Anforderungen kommen auf das Stromnetz in Deutschland zu?

Früher wurde der Strom von großen Kraftwerken produziert und floss nur in eine Richtung – von den Großkraftwerken hin zum Verbraucher. Jetzt erzeugen immer mehr Privatleute und Gewerbetreibende mit ihren Photovoltaikanlagen selbst Strom und speisen ihn zum Teil ins Stromnetz ein. Das Netz wird deshalb so ausgebaut, dass es in beide Richtungen funktioniert. Dann kann es sowohl Strom verteilen als auch aufnehmen.

Außerdem wird die Kapazität des Netzes verstärkt, um die größeren Verbrauchs- und Einspeisespitzenwerte übertragen zu können. Die Verbrauchsspitzen ergeben sich unter anderem durch die steigende Zahl von Elektroautos und Wärmepumpen.

2 Wie rüsten die Stadtwerke Rhede das Stromnetz für die Zukunft um?

Um das Stromnetz an die neuen Gegebenheiten anzupassen, investieren wir in diesem und den

kommenden Jahren viele Millionen Euro. Wir ertüchtigen und verstärken die bestehenden Leitungen und integrieren neue Erzeuger. Außerdem bauen wir neue Trafostationen mit Anschlusspunkten für Abnahmestellen und Einspeiser. Die Trafostationen verbinden unterschiedliche Spannungsebenen miteinander und sind damit wichtige Knotenpunkte für die Energieverteilung. Mit den neuen Trafostationen verstärken wir das Niederspannungsnetz und bereiten es auf die Zukunft vor, um damit künftig noch mehr Strom in die Region hinein- und aus der Region hinaus transportieren zu können.

3 Stichwort Smart Meter: Ist das Stromnetz der Stadtwerke Rhede bereits intelligent?

Tatsächlich tauschen wir in Rhede nicht nur alte Stromzähler gegen moderne Messeinrichtungen aus. Im Zuge des vorgesehenen Roll-out verbauen wir auch intelligente Messsysteme im Netz. Diese sogenannten Smart Meter helfen, Erzeuger und Verbraucher zu vernetzen, indem sie Messdaten versenden und Signale von außen empfangen. Von einer genauen Datenlage in Echtzeit profitieren wir als Netzbetreiber, aber natürlich auch unsere Kundinnen und Kunden.

Jeder Tropfen zählt

Wie lässt sich der Wasserverbrauch beim Duschen halbieren? Wie viel bringt es, beim Zähneputzen den Hahn zuzudrehen? **TIPPS**, wie Sie im Bad mit wenig Aufwand Wasser und Energie sparen.

VOLLE LADUNG

Schnell ein paar T-Shirts waschen? Für Energiesparer keine gute Idee. Besser, Sie sammeln über die Woche einen Wäscheberg zusammen und beladen die Waschmaschine möglichst voll. Dann wäscht das Gerät am sparsamsten. Die maximale Füllmenge liegt meist bei 5 bis 8 Kilo – eine Handbreit Luft sollte aber immer bleiben. Wählen Sie zudem das Sparprogramm: Das dauert zwar länger, ist aber sehr viel energieeffizienter.

EFFIZIENZ AM WASCHBECKEN

Beim Zähneputzen oder Einseifen der Hände das Wasser komplett ausstellen. Sonst fließen schnell 15 bis 20 Liter ungenutzt in den Abfluss. Wer das Wasser nur dann laufen lässt, wenn es benötigt wird, verbraucht bis zu 70 Prozent weniger. Auch Strahlregler oder Wasserspar-Kartuschen senken den Verbrauch.

KÜRZER DUSCHEN

Wer eine Minute kürzer duscht, spart bei einem herkömmlichen Duschkopf 12 bis 15 Liter Wasser – und die Energie, um es zu beheizen.

BADEN VERSUS DUSCHEN

Durchschnittlich 150 Liter Wasser fluten die Wanne bei einem Vollbad. Durch einen herkömmlichen Duschkopf fließen etwa 12 bis 15 Liter Wasser pro Minute. Bei einer Duschdauer von 10 Minuten macht das 120 bis 150 Liter Wasser. Wer kürzer duscht, setzt am richtigen Hebel – beziehungsweise Hahn – an. Während des Einseifens lohnt es sich, das Wasser auszuschalten. Ein Sparduschkopf reduziert den Wasserverbrauch um bis zu 50 Prozent. Kostenfaktor: ab 30 Euro. Montagezeit: nur wenige Minuten.

SPARSAM SPÜLEN

Alte WC-Spülkästen sind Wasserschlucker. Bei jedem Spülgang sprudeln bis zu 9 Liter Wasser durch das Klosett. Deshalb unbedingt den alten Spülkasten nachrüsten oder austauschen. Zwei-Mengen-Spüler oder eine Spül-Stopp-Taste verringern den Wasserverbrauch auf 3 bis 6 Liter pro Spülgang. Übrigens: Urinale sind besonders wassersparend.

HÄNDEWASCHEN

Die Hände mit heißem Wasser waschen? Das muss nicht sein. Sie werden mit kaltem Wasser und Seife genauso sauber. Entscheidend sind Dauer und Gründlichkeit: 20 bis 30 Sekunden Einseifen sollten es sein.

MACH MAL AH!

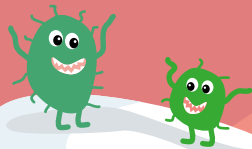
Zahn
um
Zahn

Wusstet ihr, dass wir nicht unser ganzes Leben lang dieselben Zähne haben? Babys kommen ohne Zähne zur Welt. Erst mit drei Jahren entwickeln Kinder ihr erstes vollständiges Gebiss, bestehend aus 20 Milchzähnen. Diese fallen nach und nach aus und werden durch die bleibenden Zähne ersetzt. Erwachsene haben 32 Zähne.

Knack! Ein kräftiger Biss in einen saftigen Apfel, ein kaltes Stück Schokolade oder eine knackige Karotte – für unsere Zähne kein Problem. Sie sind wie kleine **SUPERHELDEN**, die uns helfen, all diese leckeren Sachen zu essen! Kommt mit auf eine kleine Reise in euren Mund.

Zahnputzhelden

Im Mund tummeln sich Billionen von kleinen Bakterien, die Löcher in unseren Zahnschmelz fressen können. Sie ernähren sich von Essensresten. Damit unsere Zähne also lange gesund bleiben, ist regelmäßiges Zähneputzen unerlässlich! Auch in der Tierwelt ist Mundhygiene wichtig. Allerdings kommen hier keine Zahnbürsten zum Einsatz. Haie lassen ihre Zähne einfach nachwachsen, wenn einer ausfällt. Bis zu 30 000 Zähne kann ein Hai in seinem Leben bekommen. Nagetiere wie Kaninchen und Mäuse knabbern an Nüssen oder Rinde, um ihre Zähne kurz zu halten. Krokodile sind da etwas fauler: Sie lassen kleine Vögel ihr Gebiss reinigen.



Starkes Lächeln

Schöne Zähne sehen nicht nur auf Fotos gut aus, sondern sind auch echte Zauberwerkzeuge. Mit ihnen können wir beißen, kauen, sprechen und natürlich lächeln. Außerdem sind sie unglaublich stark. Der Zahnschmelz, die äußerste Schicht der Zähne, ist das härteste Material in unserem Körper – sogar härter als Knochen!

Einfach reinbeißen

Unsere Zähne sorgen dafür, dass wir unser Essen ordentlich zerkleinern. Das ist notwendig, damit unser Körper die Nährstoffe aus den Lebensmitteln gut verarbeiten kann. Mit den Schneidezähnen können wir zähe Nahrung wie Fleisch abbeißen oder mit den Eckzähnen festhalten und zerreißen. Mit den Backenzähnen zermalmen wir weiche und kleine Happen. Tiere machen es genauso: Löwen und Tiger zerlegen ihre Beute mit ihren langen Reißzähnen, während Pflanzenfresser breite, raue Backenzähne haben, die wie eine Raspel Gräser und Blätter kleinkriegen.

Einen Film mit viel Wissen rund um eure Zähne und eine spannende Detektivgeschichte hat „Löwenzahn“ für euch:
mehr.fyi/zahn

TIERISCHE KAU-KÜNSTLER

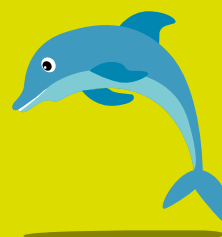
Auch Tiere haben unterschiedliche Gebisse.



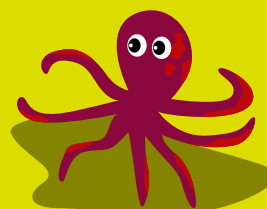
Raubtiere wie Katzen oder Hunde besitzen typischerweise 28 bis 32 Zähne, darunter vier große Eckzähne als Fangzähne.



Pflanzenfresser wie Schafe und Rinder haben eine größere Anzahl an Backenzähnen zum Kauen.



Der ostpazifische Delfin hält unter den Säugetieren den Rekord für die meisten Zähne im Maul, nämlich 252!



Kraken sind dagegen zahnlos: Sie knacken Krebse oder Schnecken mit ihrem Schnabel auf.



EDEL, FRISCH & EHRlich

Das **Restaurant Trüffel & Bohne** verbindet die Weltoffenheit der internationalen Küche mit den regionalen Produkten der Heimat.

Ein bisschen verrückt müsse man schon sein, sagt Ralf Schwinning. Wenn man in der Gastronomie arbeitet. Positiv verrückt, versteht sich. Der 38-jährige Küchenchef des Trüffel & Bohne ist ein Meister seines Fachs. Wer in seinem Restaurant einen Tisch ergattern will, muss lange im Voraus reservieren. Gemeinsam mit seinem Team kreiert er in gemütlich-modernem Ambiente mit zeitlosem Chic aus dem Edlen der Welt und dem Bodenständigen seiner Heimat Neues und Aufregendes. Sieben bis acht Hauptgerichte, immer mehrgängig, stehen auf der Speisekarte, die alle sechs Wochen wechselt. Die Küche: weltoffen, zugleich regional und immer saisonal. Sie lässt sich nicht festlegen. Auch das Rezept für die Rhagina – geschmorte Kalbsbäckchen auf Buchweizen-Paella mit spanischer Chorizo-Wurst – ist so ein kreatives

Eigengewächs. Und vereint Schwinning's Erfahrungen aus seinen Wanderjahren.

Lebensfreude und Leidenschaft

Der gebürtige Isselburger lernte im Romantik Parkhotel Wasserburg Anholt, erlebte bei Käfer im Berliner Reichstag die Liebe zum Detail und im Süden Europas die spanische Lebensfreude und Leidenschaft, aus einfachen Zutaten wahre Gaumenfreuden zu zaubern. Später begeisterte ihn der Essener Fernsehkoch Nelson Müller für die Eventgastronomie. Das Ergebnis: ein eigenes Restaurant mit Kochschule in Rhede. „Lebendige Gastronomie“ nennt er es, wenn es in den Töpfen der Gäste brodelt, wenn gelacht, geplaudert und probiert wird. Im Juli zog die Kochschule in eigene Räume auf der gegenüberliegenden Straßenseite (s. S. 16, hier verlosen wir einen Gutschein für einen Kochkurs).



TRÜFFEL & BOHNE

Stadthöfe 4
46414 Rhede

www.trueffel-bohne.de
info@trueffel-bohne.de
Tel.: 02872 91 83 186
Öffnungszeiten:
Dienstag bis Samstag
17 bis 22 Uhr

Gutschein für
einen **Kochkurs bei
Ralf Schwinning** auf
S. 16 zu gewinnen.

GESCHMORTE KALBSBÄCKCHEN AUF BUCHWEIZEN- PAELLA

Rezept für 6 Personen

Zutaten für die Buchweizen-Paella:

- 6 Stück geputzte Kalbsbäckchen
- 2 frische Chorizos, gewürfelt
- 1 rote Zwiebel, in feinen Würfel
- 2 EL Olivenöl
- 1 Knoblauchzehe, fein gehackt
- 1 rote Paprika, in feinen Würfel
- 200 g Strauchbohnen, in mundgerechten Stücken
- 100 g Erbsen
- 200 g Buchweizen
- 300 ml Gemüsebrühe
- 100 ml Weißwein
- 150 g passierte Tomaten
- Salz, weißer Pfeffer

ZUBEREITUNG DER BUCHWEIZEN-PAELLA:

- 1 Den Buchweizen mit kaltem Wasser abwaschen.
- 2 Chorizo und Zwiebel in einer Pfanne in Olivenöl anschwitzen. Knoblauch und Paprika zugeben und mit anbraten. Buchweizen zugeben, kurz anschwitzen, dann Brühe, Weißwein, Bohnen, Erbsen sowie Tomaten zugeben und ca. 25 Minuten, bei geschlossenem Deckel, leicht köcheln lassen. Ab und zu durchrühren.
- 3 Wenn der Buchweizen weich gekocht ist, die Paella mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- 4 Die Paella auf vorgewärmte Teller verteilen. Die geschmorten Kalbsbäckchen in Scheiben schneiden, auf der Paella anrichten und mit der Sauce servieren.

ZUBEREITUNG DER KALBSBÄCKCHEN

- 1 Die Bäckchen mit Salz und Pfeffer würzen.
- 2 Möhre, Sellerie und Zwiebeln schälen. Das Gemüse in haselnussgroße Stücke schneiden.
- 3 In einem großen Bratentopf Öl erhitzen. Das Fleisch darin von allen Seiten anbraten. Das Gemüse zugeben und mit rösten. Wenn das Gemüse geröstet ist, Tomatenmark zugeben. Kurz mit braten und dann mit dem Portwein ablöschen. Die Flüssigkeit einkochen lassen.
- 4 Im Anschluss Gewürzmischung und Knoblauch zugeben. Die Bäckchen zu 2/3 mit Fond bedecken und ca. 2 1/2 Stunden sanft schmoren lassen.
- 5 Dabei die Bäckchen einige Male wenden. Wenn das Fleisch locker von der Gabel fällt, ist es gar.
- 6 Für die Sauce das Fleisch aus dem Sud nehmen und den Sud durch ein Sieb passieren. Mit Rübenkraut und Butter abschmecken und mit etwas angerührter Speisestärke binden.

Zutaten für die Kalbsbäckchen

- 6 Stück geputzte Kalbsbäckchen
- Salz, Pfeffer aus der Mühle
- Öl zum Braten
- 1 Möhre
- 100 g Sellerie
- 1 Zwiebel
- 2 EL Tomatenmark
- 400 ml Portwein
- 1 TL Schmorgewürz
- 2 angedrückte Knoblauchzehen
- 700 ml Kalbs- oder Rinderfond
- 3 EL Rübenkraut
- 1 EL Butter
- angerührte Speisestärke zum Binden der Sauce

Pfeil- wurf- spiel	zeit- gemäß	unge- kocht	Ge- bäude- flügel	Winter- sport- gerät	RÄTSELN UND GEWINNEN Die Buchstaben aus den farbig umrandeten Kästchen der Reihenfolge nach rechts eintragen und fertig ist das Lösungswort. Einsendeschluss ist der 13.10.2024	Milch- getränk	Not- signal	Hoch- gebirgs- mulde	Behörde	Eier- kuchen		
			10					1				
Dämm- stoff		2				junges Schaf				3		
Südost- asiat				6		TV- Sender						
Teil der Brille		großer Teich		Fluss durch Meppen		Senk- blei		Fluss im Harz	mittels, durch	Groß- mutter	Ausruf des Ver- stehens	Ab- kürzung: Dinar
						5		Haar- fett	4			
franzö- sisch: der		8	Anhän- ger des Islam						7	Erfolgs- schla- ger		
Körper- teil							sehr schnell			9		

Lösungs-
wort:

1
2
3
4
5
6
7
8
9
10

DER WEG ZUM GEWINN

Schreiben Sie das Lösungswort unseres Rätsels auf eine frankierte Postkarte und senden Sie diese an:
Stadtwerke Rhede, Preisrätsel 3/2024, Krommerter Weg 13, 46414 Rhede
 Oder Sie schreiben uns eine E-Mail mit dem Lösungswort und Ihrer Adresse an quiz@stadtwerke-rhede.de
 Lösungswort des Kreuzworträtsels in Heft 2/2024: Torlinie



Das Rätsel in Heft 2/2024 löste Simone Tidden richtig. Sie freut sich über einen Gutschein für Tante Anne –PANE e VINO. Herzlichen Glückwunsch!

Mit Ihrer Teilnahme akzeptieren Sie die folgenden 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. Informationen gemäß Art. 13 DSGVO: Verantwortliche Stelle: Stadtwerke Rhede GmbH, Krommerter Weg 13, 46414 Rhede, Telefon: 02872 937-0, E-Mail: mail@stadtwerke-rhede.de, Datenschutzbeauftragter: Matthias Temmler, Stadtwerke Rhede GmbH, Krommerter Weg 13, 46414 Rhede, Telefon: 02872 937-276, E-Mail: dsb@stadtwerke-rhede.de; Zweck der Datenverarbeitung: Die von Ihnen angegebenen personenbezogenen Daten werden zur Durchführung des Gewinnspiels verwendet. Rechtsgrundlage ist hierfür Art. 6 Abs. 1 lit. a). Die Teilnahme am Gewinnspiel erfolgt freiwillig, ohne Koppelung an sonstige Leistungen. Weitergehende Informationen zum Datenschutz können Sie unserer Datenschutzerklärung entnehmen, die unter www.stadtwerke-rhede.de/datenschutz im Internet abrufbar ist oder die Sie bei uns postalisch anfordern können.

KOCHSPASS

Lösen Sie unser Kreuzworträtsel und gewinnen Sie mit etwas Glück einen **GUTSCHEIN FÜR EINEN KOCHKURS** bei Ralf Schwinning's Kochschule im Trüffel & Bohne.



WENN SEINE GÄSTE SO RICHTIG SPASS

haben, ist Meisterkoch Ralf Schwinning vom Restaurant Trüffel & Bohne in seinem Element. Er liebt das bunte Treiben in seiner Kochschule, mit der er jetzt in größere Räumlichkeiten zog. Sichern Sie sich also einen Platz in einem seiner Kochkurse. Dank zweier Küchen können zwei Kochkurse parallel stattfinden,

auch größere Firmenevents. 60 Personen finden hier Platz. Auch Brautpaare können ihre Hochzeit hier feiern. Außerdem gehört ein Bistro dazu – für spontane Gäste. Die will Ralf Schwinning ab Herbst mit Gerichten der trendigen Levante-Küche aus dem östlichen Mittelmeerraum verwöhnen. Typisch dafür sind Hummus, Falafel oder auch Fladenbrot. ■

Foto: Trüffel & Bohne