tag|nacht

tag|nacht

MAGAZIN FÜR NIEBÜLL, LECK & BREDSTEDT / MAI 2018

SCHMÖRHOLM

Früchte zum Selberpflücken und Urlaub auf dem Lande: der Lecker Hof im Porträt

WM-PLANER

Unser Geschenk an Sie: für einen aufregenden Fußball-Sommer!

FAIRTRADE-STADT NIEBÜLL

Nach dem ersten Jahr: Wer heute schon mitmacht und was sich verändert hat

STADTWERKE NIEBÜLL
GEMEINDEWERKE LECK
STADTWERKE BREDSTEDT

Foto: Andreas Birresborn

VORGESTELLT

Foto: privat

Begeisterter Segler: der neue Geschäftsführer Dr. Jan Schulz

Neu am Ruder der Stadt- und Gemeindewerke

MIT DER ROLLE des Steuermanns kennt er sich aus, ganz besonders im nördlichen Schleswig-Holstein: Per Segelboot erkundet Jan Schulz (34) seit seiner Jugend die Ostseeküste und die Schlei, an deren Ufer er mit seiner Familie lebt. Bei den Stadt- und Gemeindewerken übernahm er im Februar das Ruder von Rüdiger Wiese.

Die Energiebranche ist dem Betriebswirt und promovierten Steuerrechtler ebenfalls seit Langem vertraut. Vier Jahre lang leitete er als Unternehmensberater Projekte bei gut einem Dutzend Energieversorgern bundesweit. 2015 ging der gebürtige Hamburger zu den Stadtwerken Schneverdingen-Neuenkirchen. Dort initiierte er als Unternehmensentwickler und Mitglied der Geschäftsleitung neue Vertriebsmodelle – umfangreiche Branchen-Erfahrungen, die ihn für die Geschäftsführung in Niebüll, Leck und Bredstedt gut gerüstet haben. Dass er jetzt auch beruflich in Schleswig-Holstein angekommen ist, freut ihn besonders, nicht nur wegen des kürzeren Arbeitsweges: „Nördlich des Kanals, das ist einfach mein Zuhause."

In seiner Freizeit ist Jan Schulz, der nach dem Abi die Marineoffiziers-Laufbahn bis zum Oberleutnant zur See eingeschlagen hatte, auch heute noch oft auf dem Wasser zu finden. Meist zu viert: „Das Segeln ist unsere Familienleidenschaft, wir leben am Südufer der Schlei, also direkt am Wasser."

Der Wassersport ist nicht das einzige Hobby des naturverbundenen Familienvaters. Wenn die beiden Kinder schlafen, geht er gern noch auf die Jagd – und lässt in der Dämmerung auf dem Hochsitz den Tag hinter sich.

SPONSORING

ENERGIE KREATIV: MAL- UND LERNBÜCHER FÜR GRUNDSCHÜLER

WAS SIND ERNEUERBARE Energien, wie werden sie erzeugt, und warum sind sie so wichtig für uns und unsere Welt? Das wissen die rund 100 Kinder der Grundschule Klixbüll bald ganz genau. Die Stadtwerke Niebüll schenken allen Klixbüller Grundschülern je ein Benny-Blu-Lernbuch und ein Lernmalbuch zu diesem Thema. Im Lernbuch begleitet die blauhaarige Titelfigur die jungen Leser auf der spannenden Reise durch die Welt der erneuerbaren Energien. Vertiefen können die Kinder ihr neues Wissen mit dem Malbuch: beim Ausmalen von Vorlagen zu den Themen Wind, Sonne, Wasser und Biomasse und durch viele Energiespartipps, die ganz leicht umzusetzen sind.

Malen und Neues lernen über erneuerbare Energien: die Klixbüller Grundschüler bei der Übergabe der Bücher Ende März durch Marika Hansen und Nina Rozynski von den Stadtwerken Niebüll, Elke Enewaldsen und Marit Ingwersen-Harck vom Förderkreis (2. Reihe) sowie Edeltraut Dahmani von der Grundschule Klixbüll (hinten)

Hat Ihre Grundschule auch Interesse? Rufen Sie Tanja Stullich von den Stadtwerken Niebüll unter 04661 6018-86 an und bewerben Sie sich mit Ihrer Schule!

WIR SIND FÜR SIE DA

ERDGAS

Hausanschlüsse Niebüll:
Malte Köster,
04661 6018-84

Hausanschlüsse Leck:
Joachim Pilz,
04662 8778-21

STROM

Hausanschlüsse Niebüll und Bredstedt:
Chris Prehn,
04661 6018-94

Hausanschlüsse Leck:
Volkert Petersen,
04662 8778-23

Im Störungsfall wählen Sie bitte **0160 7111495** Wir sind immer für Sie da!

WWW.STADTWERKE-NIEBUELL.DE
WWW.GEMEINDEWERKE-LECK.DE
WWW.STADTWERKE-BREDSTEDT.DE

IMPRESSUM

Herausgeber: *Stadtwerke Niebüll GmbH,* Ostring 5, 25899 Niebüll, Telefon 04661 6018-0 *Gemeindewerke Leck GmbH,* Süderstraße 14, 25917 Leck, Telefon 04662 8778-0 *Stadtwerke Bredstedt GmbH,* Markt 3, 25821 Bredstedt, Telefon 04671 6011-0 *Lokalteil:* Tanja Stullich, Stadtwerke Niebüll; *Verlag:* trurnit GmbH, Putzbrunner Straße 38, 85521 Ottobrunn; *Redaktion:* Angelika Riedel, Lena von Dulong (beide verantw.); Maike Petersen, Andrea Melichar (Ass.), trurnit Hamburg GmbH; *Bildredaktion:* Marko Godec, trurnit GmbH; *Fotos:* S. 15 Instamatics/iStock, S.4/5 Stadtmarketing Niebüll, S. 16 Imgorthand/iStock; *Gestaltung:* Diana Enoiu, trurnit Publishers GmbH; *Druck:* Aumüller Druck GmbH & Co. KG, Weidener Straße 2, 93057 Regensburg

6 Fußball-WM: Ihr kostenloser WM-Planer als Beilage

10 Wärme heute: vier Heizungs-Varianten mit Erdgas

12 Frisch und lecker: bunte Food-Bowls

INHALT

4 ERSTER JAHRESTAG
Fairtrade-Town Niebüll macht Fortschritte

6 FUSSBALLSOMMER GENIESSEN
Mit kostenlosem WM-Planer und Tipps für das passende TV-Gerät

8 GEHT'S OHNE PLASTIK?
Ein Selbstversuch

14 BEERENZEIT IN LECK
Urlaubs- und Früchtehof Schmörholm

15 Rätseln & Genusspaket gewinnen

192 km

Gasleitungen gehören zum Versorgungsgebiet der Stadt- und Gemeindewerke

Dr. Jan Schulz, Geschäftsführer

Liebe Leserinnen und Leser,

wie Sie sicher bereits gehört haben, hat es bei uns einen Wechsel in der Geschäftsführung gegeben. Rüdiger Wiese ist in den Ruhestand gegangen. Als sein Nachfolger danke ich ihm herzlich für die vertrauensvolle Übergabe der Geschäfte.

Ich habe eine spannende Aufgabe übernommen, auf die ich mich sehr freue – gerade weil ich bei Ihnen in Nordfriesland gelandet bin. Aus meiner Sicht steht die Region wie keine zweite in Deutschland für den Wandel, den wir gegenwärtig in der Energiewirtschaft erleben: erneuerbare Erzeugung wohin das Auge reicht, innovative Ideen rund um die Energieversorgung.

Auch wir haben die Energiewelt von morgen schon heute im Blick. Die Eigenversorgung aus regenerativen Quellen – etwa mit Geothermie oder Sonnenstrom-Dächern – wird weiter zunehmen, ebenso die E-Mobilität. Gern stehen wir Ihnen mit unserem Service und Know-how zur Seite.

Und auch wenn sich in der Energiewelt einiges verändert: Auf unsere Verlässlichkeit und unsere marktgerechten Preise können Sie weiterhin setzen. Wir bleiben Ihr Energiedienstleister, den Sie persönlich ansprechen können. Tun Sie es bitte, wann immer Sie Fragen, Wünsche oder Anregungen haben!

Wir freuen uns, von Ihnen zu hören.

Herzliche Grüße, Ihr

KÖSTLICH UND FAIR

Immer mehr Händler nehmen **FAIRTRADE-PRODUKTE** wie den Niebüll-Kaffee in ihr Sortiment auf. Was Stadtmarketing-Leiter Holger Heinke als Nächstes plant

Mit Kaffee aus Nicaragua fing es in den Achtzigern an. Der Weltladen in Niebüll verkaufte Kaffeebohnen aus dem mittelamerikanischen Land – mit dem Hinweis, dass die Kaffeebauern dafür einen Preis erhielten, der ihnen ein gesichertes Auskommen ermöglichte.

Aus Nicaragua kommt auch der fair gehandelte Niebüll-Kaffee mit der Skyline der nördlichsten Stadt Deutschlands auf dem Etikett. „Unser Kaffee trägt das Naturland-Fair-Zertifikat, das für einen besonders hohen Standard steht“, sagt Stadtmarketing-Leiter Holger Heinke. Seit Niebüll zur Fairtrade-Town ernannt wurde, bietet der Weltladen den Bio-Kaffee aus Arabica-Bohnen, die von der Kooperative Cosatin angebaut werden, unter dem Namen Niebüll-Kaffee an. Genießen kann man ihn zum Beispiel im Rathaus, im Naturkundemuseum und beim Foodtruck.

AKTIONEN FÜR FAIRTRADE

Ein Jahr ist vergangen, seit Niebüll den neuen Titel tragen darf. Mit Einsatzfreude und Fantasie haben Holger Heinke und seine Kolleginnen und Kollegen aus der Steuerungsgruppe Fairtrade-Town seither die Aufmerksamkeit auf das Thema gelenkt. Der „Doppelt-so-gut-Adventskalender“ 2017 informierte darüber auf mehreren Seiten, beim Osterhasen-Alarm verschenkten die Osterhasen „faire“ Schokoladeneier, und am Weltfrauentag 2018 verteilte Holger Heinke mit Sylke von Kamlah-Emmermann, Gleichstellungsbeauftragte des Amtes Südtondern, und Birgit Zimmer von der Frauenberatung in Niebüll 250 fair gehandelte Rosen.

ERFOLGE & UNTERSTÜTZER

Es sind Aktionen wie diese, bei denen Holger Heinke bemerkt hat: „Die Menschen haben heute mehr Verständnis dafür, was fairer Handel bedeutet: dass er hilft, Kinderarbeit zu verhindern und die Situation von Produzenten im globalen Süden zu verbessern.“

Eine der Voraussetzungen für den Titel Fairtrade-Stadt war es, dass vier Geschäfte oder mehr fair gehandelte Waren anbieten. Heute gibt es mindestens 17 Unterstützer in Handel und Gastronomie: Lebensmittelhändler, Textilunternehmen, ein Einrichtungshaus, eine Bäckerei aus Niebüll, die fairen Kakao verwendet, das Kino mit seinem Fairtrade-Eis sowie den Bioladen.

Natürlich ist auch der Weltladen dabei, eine Art Keimzelle des fairen Handels in Niebüll. In dem Geschäft, dessen Träger der Kirchenkreis Nordfriesland ist, engagiert sich ein Team aus 14 Ehrenamtlichen – darunter Anke Steensen, die gemeinsam mit Holger Heinke und Dr. Jan Schulz auf dem Titelfoto zu sehen ist.

FAIRTRADE-TOWN

Was ist Fairer Handel? Welche Kriterien muss eine Fairtrade-Stadt erfüllen? Wer macht schon mit in Deutschland und Schleswig-Holstein?
Infos unter:
→ www.fairtrade-towns.de

So sieht der Niebüll-Kaffee aus (Foto oben): Birgit Thode-Reiter vom Weltladen mit einem Werbeplakat

Eine Niebüller Fairtrade-Aktion: Sattel-Überzüge mit Fairtrade-Symbol für Radler am Bahnhof (links)

Fairtrade-Fahnen vor dem Niebüller Rathaus (ganz links)

Osterspaß plus Infos: Faire Leckereien verteilten die Hasen beim Niebüller Osterhasen-Alarm 2017 und 2018 (unten)

Im Weltladen verkaufen sie vor allem Lebensmittel und Kunsthandwerk. Besonders begehrt ist Schokolade. Mitarbeiterin Birgit Thode-Reiter, die seit 2006 im Weltladen Niebüll aktiv ist: „Seit einiger Zeit haben wir Bio-Schokolade von fairafric im Angebot, die erste Schokolade, die direkt in Ghana hergestellt wird. Die wird gern gekauft, denn die Kunden wissen, dass damit ein noch größerer Teil der Wertschöpfung vor Ort in Afrika bleibt.“ Das wichtigste Fairtrade-Produkt sei jedoch Kaffee, der für 35 Prozent des Gesamtumsatzes des fairen Handels sorge. Birgit Thode-Reiter freut sich, dass das Interesse gewachsen ist, gerade bei Jugendlichen: „Jugendliche wollen ein solidarisches Miteinander. Und dafür steht der faire Handel, denn gerechte Löhne und menschenwürdige Arbeitsbedingungen eröffnen den Menschen in den Ländern des Südens eine Perspektive, und zwar dort, wo sie leben, in ihrer Heimat.“ Heute machen sich ganze Schulklassen im Weltladen schlau über Fairtrade.

AKTUELLES

Zu den Unterstützern des fairen Handels in Niebüll gehören das Schulzentrum mit dem Schüler-Weltladen, in dem seit 2017 zum Beispiel „faire“ Müsliriegel und Lollies verkauft werden, und die Friedrich-Paulsen-Schule, die sich derzeit um den Titel Fairtrade-School bewirbt. Zudem geht es im Jahresthema 2018 des Kirchenkreises Nordfriesland um Nachhaltigkeit – Fairtrade spielt dabei eine große Rolle.

Stadtmarketing-Leiter Holger Heinke macht sich derzeit dafür stark, dass mehr Restaurants und Cafés Fairtrade-Kaffee und -Tee anbieten und mehr Vereine Niebüll-Kaffee ausschenken. „Für uns ist die Fairtrade-Town nicht einfach ein Marketing-Instrument“, stellt er klar. „Wir möchten erreichen, dass Menschen ihr Konsumverhalten hinterfragen.“ Ein Anliegen, das auch dem neuen Chef der Stadt- und Gemeindewerke am Herzen liegt. Jan Schulz: „Zum verantwortungsvollen Konsum gehört das Wissen über die Herkunft – das hat einen ganz eigenen Wert.“ Den Niebüll-Kaffee hat er bereits probiert. Sein Urteil: „Einfach lecker!“

SCHARFE TYPEN

Fernsehen bedeutet heute **HEIMKINO** mit Internet, Streaming, Mediatheken und Live-TV in einem Gerät. Fünf Tipps, wie Sie den passenden Fernseher finden

1 | JE GRÖSSER DER BILDSCHIRM ...

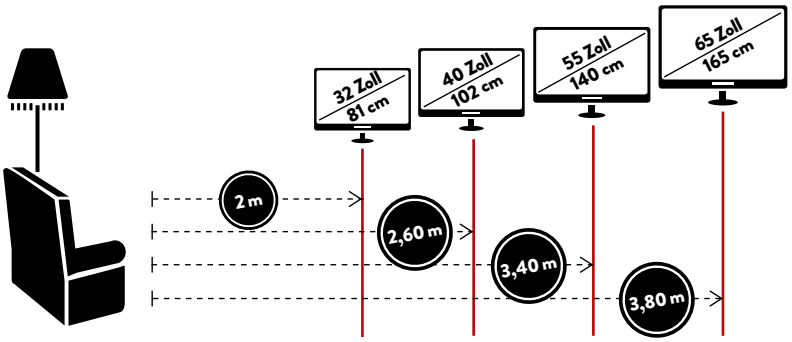
Mehr als 450 Euro geben die Deutschen im Schnitt für einen neuen Fernseher aus. Genügte vielen bisher eine Bildschirmdiagonale von 30 Zoll (gute Geräte ab 350 Euro), werden heute oft 40 Zoll (ab 450 Euro) oder größer gekauft. Ein größerer Bildschirm bedeutet höherer Preis, mehr Energieverbrauch und höhere Stromkosten. Beamer (ab 600 Euro) haben einen noch größeren Stromhunger und wegen ihrer teuren Lampen üppige Betriebskosten.

Fotos: Getty Images - Dmytro Aksonov

FÜR SIE IN DIESER TAG & NACHT: DER „WM-PLANER 2018“

Kann Deutschland seinen Titel verteidigen? Vom 14. Juni bis zum 15. Juli 2018 regiert wieder König Fußball: 32 Mannschaften kämpfen in zwölf Stadien in Russland um die Weltmeisterschaft. Spannende Spiele mit hochmotivierten Teams warten! Das Finale findet im Olympiastadion Luschniki in Moskau statt, vor 81.000 Zuschauern und Milliarden Fans vor den Bildschirmen in aller Welt.
Zum Mitfiebern schenken wir, Ihre Stadt- und Gemeindewerke Niebüll, Leck und Bredstedt, Ihnen den großen „WM-Planer 2018“ zum Aufhängen. Auf dem finden Sie alle Termine und Spiele rund um das große Fußballfest. Jetzt heißt es nur noch: Daumen drücken!

MIT DEM RICHTIGEN ABSTAND GANZ NAH DRAN



Kinofeeling: Je größer der Bildschirm, umso mehr Distanz sollte man halten, damit die Augen das Fernsehbild optimal erfassen können

2 | STROMKOSTEN: SPAREN!

Vier Stunden Fernsehen pro Tag guckt jeder Deutsche im Schnitt laut Mediennutzungsanalyse. Und jede Minute lassen sich Energie und Kosten sparen! Das Energielabel zeigt den Stromverbrauch: Wer ein energieeffizientes OLED-Gerät kauft, sieht um die Hälfte günstiger fern als mit einem gleich großen Modell mit hohem Stromverbrauch. Gesparte Energiekosten über zehn Jahre: mehrere hundert Euro. Energieeffiziente TV im Internet finden: www.ecotopten.de

3 | ULTRAHOHE AUFLÖSUNG

Derzeitiger Standard ist Full HD-Auflösung, aber immer mehr Geräte kommen mit Ultra HD (UHD) und doppelt so vielen Pixeln auf den Markt. Den Unterschied merken wenige, zumal es kaum Sendeinhalte in dieser Auflösung gibt. UHD-Geräte sind meist mit HDR-Technik ausgestattet, die ein kontrastreicheres Bild erlaubt. Bei Full HD und UHD kann man dank höherer Auflösung näher an den Bildschirm rücken als bei herkömmlichen HD-Geräten.

4 | DIE BEDIENUNG: GANZ EINFACH

Wer mit dem Fernseher viel online geht oder in Mediatheken oder Videoplattformen unterwegs ist, sollte beim Kauf auch die Fernbedienung genau ansehen. Um Menüs und virtuelle Tastaturen einfach zu bedienen, haben die Hersteller neue Bedienkonzepte entwickelt. Zum Beispiel Touchpads als zweite Fernbedienung, auf deren Bildschirm der Nutzer mit dem Finger einen Pfeil bewegt. Bei vielen TV-Geräten lassen sich eine externe Maus und Tastatur anschließen.

5 | ... UND SMART MUSS ER SEIN

Fernseher können heute mehr als klassisches Antennen-, Kabel- und Satellitenfernsehen. Sie sind über WLAN mit dem Internet und mobilen Geräten wie Tablet oder Smartphone vernetzt. Um aus Mediatheken oder Videoplattformen Filme zu streamen, sind bei smarten TV bereits Apps vorinstalliert. Geräte ohne Internetanschluss lassen sich mit Streamingboxen aufrüsten. Tipp: Lautsprecher oder Musikanlage anschließen und hörbar besseren Klang erleben.

TSCHÜSS PLASTIK

Plastik ist eine langlebige Substanz. Und überall zu finden. Wir wollten wissen, ob es möglich ist, im Alltag vollkommen darauf zu verzichten. Maria, eine Studentin, hat das **EINE WOCHE LANG** für uns ausprobiert

Plastik? Müsste man eigentlich boykottieren. Aber dann, im Supermarkt, landen sie doch wieder im Einkaufswagen, all die in Kunststoff verpackten Produkte, die ich immer schon gekauft habe – aus Gewohnheit und Bequemlichkeit.

Das will ich jetzt aber nicht mehr. Ich will bewusster einkaufen. Ein Selbstversuch: sieben Tage plastikfrei – geht das? Zum Einkaufen nehme ich beim nächsten Mal einen Stoffbeutel, ein Gemüsenetz und eine Tupperdose mit. Denn wenn es stimmt, was ich bei meiner Internetrecherche gelesen habe, dann haben viele Supermärkte nichts dagegen, Frischwurst oder Käse in eine von zu Hause mitgebrachte Dose zu legen, anstatt sie in mehrere Schichten Plastik zu wickeln. Und weil in meinem Kühlschrank gerade gähnende Leere herrscht und es auch in meinem kleinen Vorratsschrank traurig aussieht, starte ich den Versuch.

DAS EXPERIMENT BEGINNT

Heute hätte ich Lust auf Tomaten mit Mozzarella und Baguette. Was ich sonst noch so brauche, schreibe ich mir auf meinen Einkaufszettel. Mein erstes Ziel: der Supermarkt um die Ecke. Tomaten gibt es hier in allen erdenklichen Formen: groß, klein, rund, eierförmig, gestreift, gelb, grün, braun. Sie kommen aus Italien, Holland und sogar aus der Region. Das Problem: Gerade die ausgefallenen und meist wohlschmeckenden Tomatensorten gibt es oft nur in Plastik ummantelten Kunststoffschalen. Unverpackt sind nur solche, die meist aus dem Treibhaus kommen und nach nicht allzuviel schmecken. Das ist bei anderem Gemüse ähnlich. Und wie sieht es beim Mozzarella aus? Den kenne ich nur in Plastik. Aber vielleicht gibt es ihn auch an der Käsetheke? Nein, sagt mir die Verkäuferin, aber ich könne es ja mal auf dem Wochenmarkt versuchen.

Gute Idee, da war ich wirklich lange nicht und Plastiktüten spielen bei regionalen Produkten sicher eine geringere Rolle als im Supermarkt. Der Besuch lohnt sich: Die Bauern kommen aus der Gegend, sie sind nett, lassen mich vieles probieren und Obst wie Gemüse packen sie in Papiertüten. Ich kaufe ein paar knallrote

37 kg Plastikmüll pro Jahr produziert jeder Deutsche im Schnitt.

Fotos: Evi Ludwig

Ein bisschen Aufwand ist es schon, im Alltag auf Plastik zu verzichten. Besonders hilfreich sind Geschäfte, die man bisher vor allem in Städten findet, wie der OHNE Laden München zum Beispiel. Hier gibt es alles ohne Verpackung. Außerdem hat er Tipps, wie man viele Sachen ganz leicht selber herstellt

Tomaten, ein bisschen Feldsalat, vier Zwiebeln und drei Birnen. Die Preise sind zivil, einen großen Unterschied zum Supermarkt kann ich nicht feststellen. Ein Brot bekomme ich auch noch, ebenfalls in einer Papiertüte. Nur Mozzarella ohne Plastik gibt's leider auch am Käsewagen nicht – schon ausverkauft. Stattdessen entscheide ich mich für frische Butter, die mir die Käsefrau nach dem Wiegen direkt in meine Tupperdose legt.

Wenn's um den Essenseinkauf geht, dann klappt der Verzicht auf Plastik erstaunlich gut. Aber wie sieht es in Sachen Körperpflege aus? Ich brauche dringend neue Zahnpasta!

UND NACHHER ZÄHNEPUTZEN

Als erstes steuere ich einen Bioladen an. Das Angebot ist groß, aber Zahnpasta ohne Plastikverpackung bekomme ich dort nicht. Mehr Glück habe ich in einem dieser neuen Unverpackt-Läden. Diese Shops bieten alle Waren ohne Verpackung an oder sie nutzen wiederverwertbare Pfandbehälter. Hier finde ich auch Zahnpflege-Tabletten im Glas, mit oder ohne Fluorid. Die freundliche Verkäuferin sagt mir, wie das funktioniert: einfach eine Tablette kauen, bis es leicht schäumt, dann zur Zahnbürste greifen und wie immer putzen. Shampoo und Duschgel packe ich auch ein – beide sehen wie ein Stück Seife aus. Bei anderen Produkten halte ich mich zurück – nicht nur, weil ich keine passenden Behälter dabei habe. Viele Angebote sind vergleichsweise teuer und sprengen mein studentisches Budget. Aber es gibt Alternativen und das finde ich richtig gut: Hier liegen Bücher aus, in denen steht, wie man viele alltägliche Produkte wie Deo, Duschgel oder Reinigungsmittel selber machen kann!

MEIN FAZIT

Eine Woche ohne Plastik – das war eigentlich viel leichter, als ich vorher dachte! Ich fand es erschreckend, dass man oft gar nicht mehr merkt, wie viele Lebensmittel in Plastik eingepackt sind. Deswegen will ich auch mit dem bewussteren Einkaufen weitermachen. Einen Coffee to go lasse ich mir zum Beispiel nur noch in meinen Bambus-Becher füllen, für meine Kaffeemaschine habe ich mir wiederverwertbare Edelstahlkapseln besorgt. Mein Gemüse kaufe ich künftig nur noch auf dem Markt und Kräuter ziehe ich auf der Fensterbank. Das neuartige Zähneputzen klappt ebenfalls richtig gut. Vielleicht schaffe ich es noch nicht, jeden Tag ohne Plastik zu gestalten – aber ich arbeite auf jeden Fall daran!

BESSER SO: LICHT-LABEL STATT PLASTIK

Bio-Bananen oder Bio-Süßkartoffeln müssen nicht in Plastikfolie stecken - es geht auch anders! Zum Beispiel mit „Natürlichem Labeling", bei dem ein hochauflösender, gebündelter Lichtstrahl einen Teil der Pigmente in der äußersten Schale von Gemüse und Früchten entfernt. Zurück bleibt eine dauerhafte Markierung, zum Beispiel ein Bio-Logo. In Plastik muss dann nichts mehr gewickelt werden. Entwickelt hat das Verfahren Nature & More, ein holländischer Bio-Händler.
→ **www.natureandmore.com**

Foto: Getty Images - Westend61

Abwarten und Tee trinken? Besser schon im Sommer an den nächsten Winter denken!

RAUS TAUSCH WOCHEN ERDGAS

JETZT TAUSCHEN UND 200 EURO SPAREN

Bis zum 31. 10.2018 erhalten Kunden in unserem Gasnetzgebiet beim Kauf einer neuen Erdgas-Brennwertheizung einen 200-Euro-Zuschuss – zusätzlich zur staatlichen Förderung.
→ **www.stadtwerke-niebuell.de/raustauschwochen**

Lust auf was Neues?

Der Sommer ist die **BESTE ZEIT**, sich zu trennen – von der alten Heizungsanlage. Die klaut sowieso nur Energie

Wenn es um ihren Heizkessel geht, sind die Deutschen treu. 24 Jahre ist laut Umweltbundesamt das Durchschnittsalter von Heizkesseln. Höchste Zeit für einen Wechsel, mahnt die Stiftung Warentest. Sie empfiehlt, Heizungen nach 15 Jahren auszutauschen. Der Grund: Neue Anlagen verbrauchen deutlich weniger Energie als alte Geräte. Doch welches System passt am besten? Die Auswahl ist groß. Wir stellen vier erdgasbasierte Varianten für Bauherren und Sanierer von Einfamilienhäusern vor.

1

GASBRENNWERTKESSEL

Während bei älteren Standard-Heizwertkesseln Energie über den Schornstein verpufft, nutzen moderne Erdgas-Brennwertheizungen die Abgase zur Wärmeerzeugung. Das spart bis zu 30 Prozent Energie. Bei Altbauten lohnt sich ein Kessseltausch daher in jedem Fall. Für Neubauten reicht das allein nicht: Bauherren müssen laut Erneuerbare-Energien-Wärme-Gesetz einen bestimmten Anteil durch erneuerbare Energien decken. Die Funktionsweise eines Gasbrennwertkessels ist einfach: Wird in einem Heizkessel Gas verbrannt, entsteht heißer Wasserdampf. Statt ihn aus dem Schornstein zu blasen, kühlt ihn der Gasbrennwertkessel ab und kondensiert ihn zu Wasser. Die gewonnene Wärme wird zum Heizen verwendet. Der Gasbrennwertkessel verursacht fast keine Feinstaubemissionen. Die Preise der neuen Kessel variieren je nach dem jeweiligen Bedarf. Sicher ist: Wer auf effiziente Gasbrennwerttechnik umsattelt, wird unterstützt durch das KfW-Programm „Energieeffizient Sanieren". Der Zuschuss für die Modernisierung als Einzelmaßnahme beträgt zehn Prozent der förderfähigen Kosten – mindestens 300 und maximal 5000 Euro. Sanieren Sie die ganze Anlage, können Sie 15 Prozent der Kosten und bis zu 7500 Euro Zuschuss beantragen. Für Kredite gewährt die KfW einen Tilgungszuschuss.

2

GASBRENNWERTTECHNIK MIT SOLARTHERMIE

Noch stärker sinkt der Energieverbrauch, wenn der Gasbrennwertkessel mit Solarthermie kombiniert wird. Die Sonnenenergie eignet sich zur Warmwasserbereitung und Raumheizung. An sehr sonnigen Tagen decken die Kollektoren den gesamten Warmwasserbedarf, im Herbst und Winter sorgt die Gasbrennwertheizung für Wärme. Wer im Ein- und Zweifamilienhaus eine Solaranlage für Warmwasser und zum Heizen nutzt, bekommt vom Bundesamt für Wirtschaft und Ausfuhrkontrolle (BAFA) 2000 Euro. Tauscht er gleichzeitig den alten Kessel aus, gibt es weitere 500 Euro. Wer einen besonders ineffizienten Kessel hat und das gesamte Heizsystem modernisiert, kann zudem 600 Euro Zuschuss durch das Anreizprogramm Energieeffizienz (APEE) bekommen und seine BAFA-Förderung um 20 Prozent erhöhen.

3

GASWÄRMEPUMPE

Gaswärmepumpen eignen sich für den Neubau von Einfamilienhäusern ebenso wie für gut gedämmte Altbauten. Der Vorteil: Bereits installierte Heizkörper und Heizungsrohre lassen sich weiter verwenden. Die Gaswärmepumpe nutzt neben der Gasbrennwerttechnik Umweltwärme. Drei Viertel der Wärme liefert Erdgas, ein Viertel steuern Sonne, Erde, Luft oder Wasser bei. Gaswärmepumpen produzieren bis zu 30 Prozent weniger CO_2 als konventionelle Heizsysteme und sind sehr effizient. Das hat seinen Preis. Einen Teil der Investition bekommen Verbraucher aber über Fördergelder zurück. Das BAFA unterstützt moderne Gaswärmepumpen mit einer Basisförderung von 100 Euro je Kilowatt und mindestens 4500 Euro. Auch hier kann zusätzlich ein APEE-Bonus beantragt werden.

4

BRENNSTOFFZELLEN-HEIZUNG

Eine Brennstoffzellen-Heizung ist ein Mini-Kraftwerk für den Heizkeller, das Wärme und Strom erzeugt. Als Brennstoff dient Erdgas oder Biogas. In ihm ist Wasserstoff enthalten, der mit Sauerstoff aus der Luft reagiert. Neben elektrischer Energie entsteht dabei Abwärme. Diese lässt sich nutzen, um Wasser zu erwärmen oder Räume zu heizen. Im Vergleich zur Gasbrennwerttherme spart die Brennstoffzellen-Heizung laut Herstellerangaben 20 bis 40 Prozent Heizkosten. Vor allem aber drückt sie die Stromkosten: Strom aus dem Netz kostet derzeit fast 30 Cent pro Kilowattstunde, Erdgas etwa sechs Cent. Das macht es für Hausbesitzer attraktiv, Strom selbst herzustellen. Die Investitionskosten sind jedoch vergleichsweise hoch. Um Wärme-Spitzenlasten abzudecken, muss zusätzlich ein Brennwertkessel installiert sein: Die Hersteller bieten sowohl Beistellgeräte als auch Komplettsysteme mit Pufferspeicher, Warmwasserbereitung und Gasbrennwertkessel an. Die Technik wird mit üppigen Zuschüssen gefördert: Das KfW-Zuschussprogramm „Energieeffizient Bauen und Sanieren" belohnt den Kauf einer Brennstoffzellen-Heizung von 0,25 bis 5 Kilowatt mit einem Festbetrag von 5700 Euro und einem leistungsabhängigen Betrag von 450 Euro je angefangene 0,1 kW elektrischer Leistung. Bei einem 1-Kilowatt-Gerät gibt's also insgesamt 10 200 Euro vom Staat.

Heizen mit Holz

Von Hackschnitzeln bis Pellets – mehr Infos auf: ➜ **www.energie-tipp.de/heizsysteme**

Einkaufszettel

Bildcode scannen und Zutatenliste der Rezepte aufs Smartphone laden

APPETIT auf Süßes? Weitere Rezepte für kleine Naschereien gibt's auf www.chocomande.wordpress.com

FRÜHSTÜCKS-SMOOTHIE-BOWL

Zutaten (für 4 Personen)

300 g Joghurt
2 Bananen
600 g gefrorene Himbeeren
6 EL Haferflocken
12 EL Orangensaft
4 EL Agavendicksaft

Für das Topping:

½ Banane, ½ Mango
4 EL Granatapfelkerne
4 EL Kokoschips
4 TL Kakaonibs

1. Bananen in Stücke schneiden. Im Standmixer zusammen mit den gefrorenen Himbeeren, Joghurt, Haferflocken, Orangensaft und Agavendicksaft zu einer homogenen Masse mixen.
2. In eine Schüssel füllen und nach Belieben mit Bananenscheiben, Mangospalten, Granatapfelkernen, Kokoschips und Kakaonibs garnieren.

Foto: Nina Kassen, Chocomande

IN *SCHALEN* GEWORFEN

Gesunde Vielfalt, kunstvoll in Schüsseln arrangiert: Die Rede ist von **FOOD-BOWLS**. Stellen Sie die bunten Potpourris ganz einfach selbst zusammen! Drei Rezept-Ideen von Bloggerin Nina

MAROKKANISCHE BOWL

Zutaten (Für 4 Personen)

1 rote Paprika
1 Fenchelknolle
1 große Süßkartoffel
2 rote Zwiebeln
7 EL Olivenöl
4 TL Ras-el-hanout
250 g Couscous
4 Karotten
4 TL Sesam
ein paar Stängel Minze
Kerne von ½ Granatapfel
1 EL Weißweinessig
250 g Tomaten
1 Gurke
Saft von ½ Zitrone
1 Glas Kichererbsen
150 g Schafskäse
Salz
Pfeffer

1. Das Gemüse waschen und die Süßkartoffel und rote Zwiebeln schälen. Paprika, Fenchel, Süßkartoffel und rote Zwiebeln in Würfel schneiden, mit Ras-el-hanout und 3 EL Olivenöl in einer Schüssel mischen. Auf einem Backblech verteilen und im Ofen bei 180 Grad etwa 25 Minuten braten.
2. Couscous mit 500 ml kochendem Salzwasser übergießen und etwa acht Minuten quellen lassen.
3. Sesam in einer Pfanne ohne Fett rösten. Karotten fein raspeln, Minzeblätter klein zupfen. Karotten, Sesam, Minze und Granatapfelkerne mischen. Mit 2 EL Olivenöl, Essig, Salz und Pfeffer abschmecken.
4. Tomaten in Spalten und Gurke in kleine Würfel schneiden. Olivenöl mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer verquirlen, Tomaten- und Gurkenstücke damit mischen.
5. Kichererbsen in ein Sieb gießen und abspülen. Schafskäse in Würfel schneiden.
6. Couscous, Ofengemüse, Karottensalat, Tomaten-Gurkensalat und Kichererbsen in einer Schale anrichten und mit Schafskäsewürfeln bestreuen.

ASIATISCHE BOWL (VEGAN)

Zutaten (Für 4 Personen)

200 g Reisnudeln
4 Karotten, 1 Gurke, 150 g Rotkohl
4 kleine Romanasalate
4 Frühlingszwiebeln
1 Glas Bambusschößlinge
4 EL Erdnüsse
je ein Bund Koriander und Minze
4 TL weißer Sesam
2 TL Schwarzkümmel

Für das Dressing:

1,5 Knoblauchzehen
3 cm Ingwer, 3 EL Sojasoße
5 EL Ahornsirup, Saft von 1,5 Limetten
120 g Erdnussbutter, 70 ml Wasser

1. Die Reisnudeln mit kochendem Wasser übergießen und 10 Minuten quellen lassen.
2. Karotten schälen und fein raspeln. Gurke schälen und in Stifte schneiden. Rotkohl in sehr feine Streifen schneiden. Romanasalate waschen und in kleine Stücke zupfen.
3. Frühlingszwiebeln in dünne Streifen schneiden. Bambusschößlinge in einem Sieb abtropfen lassen. Erdnüsse grob hacken.
4. Für das Dressing Knoblauchzehen und Ingwer schälen und fein hacken. Gemeinsam mit Sojasoße, Ahornsirup, Limettensaft, Erdnussbutter und Wasser mit einem Schneebesen zu einer homogenen Soße verrühren.
5. Reisnudeln, Karotten, Gurke, Rotkohl, Salat und Sprossen in einer Schüssel anrichten. Mit dem Dressing beträufeln und mit Frühlingszwiebeln, Nüssen, Sesam, Schwarzkümmel, Koriander und Minze bestreuen.

DAS IST LOS IN UNSERER REGION

4. bis 7. Mai
Frühlingsjahrmarkt (mit sonntägl. Einkaufsvergnügen, 14 – 18 Uhr)
Leck

5. Mai, 14 Uhr
„Gelbe Pracht“ Busfahrt in die Rapsblüte
Bredstedt (Anmeldung bei der Tourist-Info Bredstedt)

5. Mai, 10 bis 24 Uhr
Hauptstadtvergnügen
Niebüll

6. Mai
24. Stadtwerkelauf
Niebüll

19. bis 20. Mai
Schützenfest
Bredstedt, Vereinsgelände

20. Mai, 8 bis 16 Uhr
Open-Air-Flohmarkt
Bredstedt, Markt

23. bis 26. Mai
Theater ohne Worte – D/DK Theaterfestival
Niebüll, Rathaus

1. bis 4. Juni
Niebüller Jahrmarkt

2. Juni, ab 19 Uhr
1. Augarten Open Air
Leck, Augarten

6. Juni, ab 20 Uhr
Café del Mundo – Jan Pascal & Alexander Kilian, Flamenco-Gitarren
Leck-Huus

10. Juni
Tag des offenen Hofes
Schleswig-Holstein

22./23. Juni
2. Lauf für das Leben
Niebüll, Sportplatz FPS

24. Juni
Open-Air-Flohmarkt & verkaufsoffener Sonntag
Bredstedt

30. Juni, ab 14 Uhr
Internationales Kinderfest & Tag der offenen Tür
Niebüll, Friesisches Museum

7. Juli, ab 19 Uhr
2. Augarten Open Air
Leck, Augarten

Glücklich und erschöpft – kleine und große Sportler nach dem Stadtwerke-Lauf 2017

Foto: Andreas Kusserow

Foto: privat

SCHMÖRHOLM
Früchte- und Urlaubshof
04662 2580
→ **www.hof-schmoerholm.de**

Lecker Erdbeeren

Beeren zum Selberpflücken, Kälberaufzucht und **FERIEN AUF DEM LANDE**: In Familienregie führen Hauke und Roswitha Brodersen einen Fast-Allround-Bauernhof

Anfang Juni sind die ersten Honeoyes reif. Tiefrot ist die frühe Erdbeersorte, die Beerenfans auf dem Feld des Hofes Schmörholm von Familie Brodersen selbst pflücken und genießen können.

Gut zwei Wochen früher stehen schon die drei Schmörholmer Erdbeerhütten in Leck und Süderlügum. Was dahintersteckt: Ein Teil der Erdbeerernte wächst nicht auf dem Feld, sondern seit 2017 im Folientunnel, erklärt Roswitha Brodersen. „Dadurch können wir selbst bei schlechtem Wetter gute Qualität bieten. Und weniger Herbizide brauchen wir auch.“ Von Februar an schützen Vliesdecken einige Wochen lang die Pflanzen. Sobald die Außentemperatur steigt, werden die Tunnel verschlossen. Durch dieses Verfahren erreichen die Beeren ihre Pflückreife bereits ab Mitte Mai.

FELD UND VIEH

Auch Himbeeren, Blaubeeren und Rhabarber bauen die Brodersens an. Auf weiteren Feldern des traditionsreichen Bauernhofes gedeihen Raps, Getreide und Mais. Schwerpunkt des Betriebs ist jedoch die Mast von Bullen und Schweinen sowie die Kälberaufzucht. Zwei fest angestellte Mitarbeiter unterstützen die Landwirts-Familie bei der Versorgung der Tiere. Lebendig geht es auf dem Hof zu, auf dem die Brodersens mit ihren drei Kindern zu Hause sind. Laufenten watscheln umher, Hühner und Wachteln picken Körner, es gibt zwei Ziegen, vier Ponys, Meerschweinchen, Kaninchen, Katzen und einen Hund. Ein Bauernhof zum Anfassen – und zugleich ein Urlaubsdomizil mit sieben Ferienwohnungen. Drei Unterkünfte sind „Rolli plus“ zertifiziert, zwischen zweien lockt ein gemeinsames Spielzimmer.

URLAUB – AUCH MIT ROLLI

Gästekinder können in der Spielscheune und auf dem Spielplatz toben, Erwachsene in der Sauna entspannen. Zu den Angeboten gehören Hofführungen und Trecker-Kutschtouren ebenso wie geführte Ponyausritte und therapeutisches Reiten. Dass sich auch Urlauber mit Handicap wohlfühlen, darauf legt Roswitha Brodersen großen Wert. Niedrig hängende Schränke im Gemeinschaftsraum, Pflegebetten ohne Aufpreis: „Manchmal sind es Kleinigkeiten, die die Menschen glücklich machen.“

Längst haben sich Flair und Ausstattung des Urlaubshofes herumgesprochen. Kinder mit Handicap kommen mit den Eltern, Großeltern mit ihren Enkeln. Besonders freut sich Roswitha Brodersen, wenn Urlauber zu Stammgästen werden: „Manche buchen in ihren ersten Ferien gleich für den nächsten Sommer.“

		1			4	5	2	
		7	2	8				9
	2			3				
		5					6	
6	1						5	7
	4					8		
				1			3	
8				2	5	9		
	3	2	9			7		

RÄTSELN UND GEWINNEN

Die Ziffern 1 bis 9 dürfen pro Zeile, Spalte und Block nur einmal vorkommen. Zahlen der fünf farbigen Kästchen eintragen und addieren.

Einsendeschluss ist der
1. Juni 2018

3	2					5		
		6		1				3
		5	4		7			
	4		2					
		2	3		6	8		
					5		1	
			7		8	4		
6				5		1		
		8					7	9

							1	
1		7		4				
	9	4	3	5		2		
					5	1		
4			8		2			3
		5	4					
		9		3	7	4	6	
				6		9		5
	3							

	9							
				1		4		3
3			5	9			1	7
4					7			
		7	8		6	9		
			4					2
7	3			4	9			8
5		2		7				
							2	

7	5				1		3	
			7			9		
			8				5	
9							2	
3		4	6		9	1		7
	7							5
	1				4			
		9			3			
	4		5				1	8

Lösungszahl:

+
+
+
+
=

BEEREN ZUM KAFFEE

Lösen Sie unser **SUDOKU** und gewinnen Sie einen von fünf Erdbeer-Gutscheinen im Wert von 40 Euro – plus ein Pfund Niebüll-Kaffee

ERDBEERKUCHEN, MARMELADE oder die süßen Früchtchen einfach pur mit Schlagsahne genießen: Mit dem Rätselgewinn des aktuellen Sudokus kommen Beerenfans ganz auf ihre Kosten. Fünf Glückspilze können ihren 40-Euro-Gutschein während der Erdbeersaison 2018 direkt an den drei Schmörholmer Erdbeerhütten in Leck oder Süderlügum einlösen oder auf dem Feld des Früchte- und Urlaubshofes selber pflücken – ganz nach Lust und Sommerlaune.

Dazu bekommt jeder der fünf Gewinner je ein Pfund fair gehandelten Niebüll-Kaffee. Und der schmeckt ganz bestimmt köstlich zur frischen Beerentorte!

DER WEG ZUM GEWINN

Schreiben Sie die Lösungszahl unseres Sudokus auf eine frankierte Postkarte und senden Sie diese an:

Stadtwerke Niebüll GmbH
Ostring 5, 25899 Niebüll
oder

Gemeindewerke Leck GmbH
Süderstraße 14, 25917 Leck
oder

Stadtwerke Bredstedt GmbH
Markt 3, 25821 Bredstedt

Sie können uns die Lösung auch faxen:
01805 47 11 47 (14 Cent/Minute)

Das Lösungswort des Kreuzworträtsels in Heft 1/2018 lautet: Solaranlage

Der Rechtsweg ist ausgeschlossen, Sammeleinsendungen bleiben unberücksichtigt. Mitarbeiter der Stadt- und Gemeindewerke Niebüll, Leck und Bredstedt sowie deren Angehörige sind von der Teilnahme ausgeschlossen. Nur Kunden der Stadt- und Gemeindewerke Niebüll, Leck und Bredstedt dürfen teilnehmen. Die Gewinner des Rätsels erklären sich mit der Veröffentlichung ihres Namens einverstanden.

Luis Andresen vom Kundenservice der Stadt- und Gemeindewerke auf dem NIU

E-Roller NIU **KOSTENFREI** testen

JETZT ONLINE ANMELDEN UND LOSSAUSEN

Sie möchten unseren flotten E-Roller NIU Probe fahren?
So geht's: Melden Sie sich online auf dem Kundenportal Ihres zuständigen Stadt- oder Gemeindewerkes an, klicken Sie auf „Kontaktformular" und schreiben Sie uns, dass Sie interessiert sind. Noch nicht im Portal registriert? Das geht ganz einfach: mit Ihrem Namen, Geburtsdatum und Ihrer Kundennummer. Wir freuen uns auf Ihre Nachricht!

STADTWERKE NIEBÜLL
www.stadtwerke-niebuell.de

GEMEINDEWERKE LECK
www.gemeindewerke-leck.de

STADTWERKE BREDSTEDT
www.stadtwerke-bredstedt.de