

tag | nacht

MAGAZIN FÜR ENERGIE UND MEHR - FRÜHLING 2024

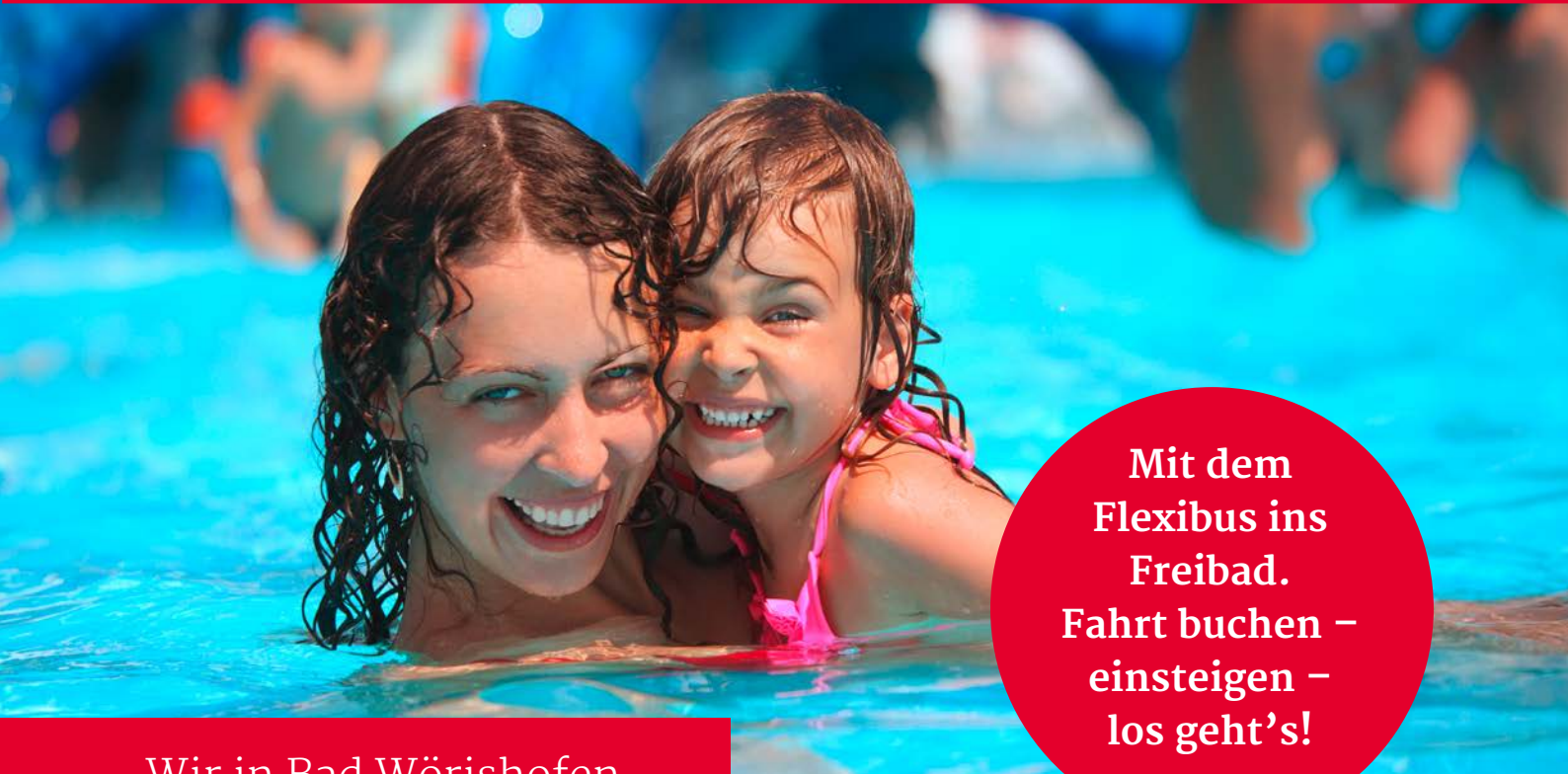

STADTWERKE
BAD WÖRISHOFEN

Mitmachen &
einen von drei
**GUSSEISEN-
TÖPFEN**
gewinnen!



Wir in Bad Wörishofen
feiern Jubiläum

**100 JAHRE EIGENES
STROMNETZ** –
nur einer von vielen Anlässen für
die Stadtwerke, um zu feiern!



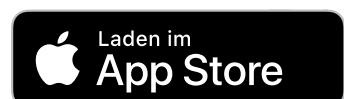
Mit dem Flexibus ins Freibad. Fahrt buchen – einsteigen – los geht's!

Wir in Bad Wörishofen

sind flexibel unterwegs.

Der neue FLEXIBUS in Bad Wörishofen – mit dem Bus fahren wann ich will

Fahrt buchen: Hotline 08247/9673-678 oder Flexibus-App 2.0
Fahrzeiten: Mo-Fr: 6-20 Uhr, Sa/So/Feiertage: 7-18 Uhr



swbw.de

Dem Strom auf der Spur

IM VERGANGENEN Jahr haben wir ein Magazin für Familien herausgebracht, das Kinder zu Stromdetektiven ausbildet und ihnen das Thema Energie spielerisch näher bringt. Die Schülerinnen und Schüler der Pfarrer-Kneipp-Grundschule Bad Wörishofen haben zum Sommerferienbeginn ein Heft mit spannenden Stromexperimenten zum Mitmachen, kindgerechten Erklärungen zu erneuerbaren Energien und einer Anleitung für eine detektivische Schnitzeljagd rund um den Irsinger Stausee erhalten.

Dabei galt es, an verschiedenen Stationen Rätsel zu lösen und über die richtigen Antworten das gesuchte Lösungswort herauszufinden. Unter allen Kindern, die das richtige Lösungswort bei uns abgegeben haben, wurden tolle Preise verlost, wie ein Fahrradgutschein, Jahreskarten für den Skyline-Park oder Saisonkarten für das Bad Wörishofer Freibad. Den Hauptgewinn – einen Fahrradgutschein im Wert von 500 Euro – gewann Annalena Bäurle. Ihre Schwester Emilia gewann eine Saisonkarte für das Freibad. Werkleiter Peter Humboldt freute sich mit den beiden Schwestern sowie den übrigen Gewinnerinnen und Gewinnern und überreichte die Gutscheine.

Die Gewinnerinnen Emilia und Anna Bäurle mit Werkleiter Peter Humboldt. Und auch die anderen Spürnasen wurden für ihre tolle Leistung belohnt.



Foto: Stadtwerke Bad Wörishofen



Peter Humboldt,
Werkleiter der Stadtwerke Bad Wörishofen

LIEBE LESERIN, LIEBER LESER,

das Jahr 2024 ist schon in vollem Gange und auch die Stadtwerke Bad Wörishofen sind vollumfänglich im neuen Jahr angekommen. Investitionen in die Zukunft sind nach wie vor ein wichtiges Thema, und wir setzen alles daran, Ihnen eine zukunftsfähige, sichere und preiswerte Versorgung zu gewährleisten. In diesem Jahr können wir auf 100 Jahre eigene Stromversorgung hier in Bad Wörishofen zurückblicken. Auch die Stadtwerke gibt es bereits seit 75 Jahren. Auf dieses langjährige Bestehen und Ihr damit verbundenes Vertrauen in uns sind wir stolz und möchten dieses Jubiläum gemeinsam mit Ihnen am Sonntag, den 22. September 2024 von 11 Uhr bis 16:30 Uhr bei uns am Stadionring feiern. Zu diesem Fest, mit einem bunten Rahmenprogramm, lade ich Sie bereits heute ganz herzlich ein. Mehr dazu lesen Sie auf den Seiten 4 und 5 in diesem Heft. Ich wünsche Ihnen einen schönen Frühling!

Ihr Peter Humboldt,
Werkleiter der Stadtwerke
Bad Wörishofen

IMPRESSUM

Stadtwerke Bad Wörishofen,
Stadionring 18, 86825 Bad Wörishofen
Telefon (0 82 47) 96 73-0
info@swbw.de, www.swbw.de
Lokalteil: Peter Humboldt (verantw.),
Herausgeber: trurnit GmbH
Redaktion: Birgit Wiedemann (verantw.),
Leon Krafczyk, Bildredaktion: Marko Godec, Gestaltung: Heiko Roth
Druck: Bonifatius GmbH, Paderborn,
Die Rechte am Titel „tag & nacht“ liegen beim Verlag.



Das Team der Stadtwerke Bad Wörishofen bedankt sich für Ihr Vertrauen.

IM STROM DER ZEIT

Wir in Bad Wörishofen feiern Jubiläum! Das Jahr 2024 bringt für die Versorgung und ihre Kundinnen und Kunden **eine Menge Gründe zum Feiern.**

In diesem Jahr haben die Stadtwerke mehrere Gründe zu feiern: 100 Jahre eigenes Stromnetz in Bad Wörishofen und 75 Jahre Stadtwerke sind nur zwei Jubiläen, die gefeiert werden. Aus diesem Anlass laden wir am Sonntag, den 22. September 2024 in der Zeit von 11 Uhr bis 16:30 Uhr in den Stadionring zu einem „Festival der Elemente“ ein. „Wir bieten ein buntes Programm für Alt und Jung, für das leibliche Wohl durch hiesige Vereine ist ebenfalls gesorgt“, freut sich Peter Humboldt, Werkleiter der Stadtwerke Bad Wörishofen. Die heimischen Musikkapellen sorgen für die musikalische Umrahmung. Außerdem wird es eine Schnitzeljagd sowie ein Gewinnspiel geben. Bei diesem „Tag der offenen

Tür“ erhalten alle Besucherinnen und Besucher einen Blick „hinter die Kulissen“ ihres Energieversorgers. „Kommen Sie vorbei, informieren Sie sich und feiern Sie mit uns“, sagt Peter Humboldt.

Wir sind voller Energie

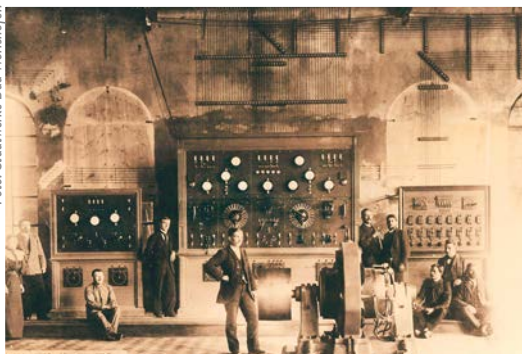
Die Stadtwerke Bad Wörishofen (SWBW) sind ein modernes, kommunales Dienstleistungsunternehmen. Eigentümerin der SWBW ist zu 100 Prozent die Stadt Bad Wörishofen. Wir verstehen uns als „Bürgerwerk“ und sind ein wichtiger Bestandteil der kommunalen Daseinsvorsorge. Unser Team von über 50 Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern garantiert täglich eine zuverlässige Versorgung der Stadt Bad Wörishofen. Als ortsansässiges Unter-

nehmen liegt uns vor allem die Nähe zu unseren Kunden am Herzen. Deshalb setzen wir uns für Sie auch besonders ein: mit unseren qualifizierten und engagierten Mitarbeitern, ökologischem Bewusstsein und gutem Service. Auch in Sachen Ausbildung machen wir uns stark: Mit einer Berufsausbildung im kaufmännischen oder technischen Bereich ermöglichen wir jungen Menschen einen erfolgreichen Start ins Berufsleben.

Seit vielen Jahrzehnten sorgen wir für eine sichere Versorgung der Kneippstadt Bad Wörishofen mit Energie (Strom, Erdgas, Wärme) und frischem Trinkwasser aus der Region. Zu unserem Aufgabengebiet gehören außerdem die Netze sowie deren Manage-



Foto: Stadtwerke Bad Wörishofen



So sahen die Mitarbeitenden damals aus.



Foto: Stadtwerke Bad Wörishofen

Seit sechs Jahrzehnten produziert das Kraftwerk am Wörishofer Stausee Strom aus einer erneuerbaren Quelle.

ment, der Vertrieb, die Energieerzeugung, die Verkehrsbetriebe sowie zwei große, zentrale Parkhäuser in der Kurstadt.

Chronik der Stadtwerke

Begonnen hat die Geschichte der Stadtwerke bereits vor über 100 Jahren: Seit dem Jahr 1892 gibt es in Bad Wörishofen eine zentrale Wasserversorgung. Im Februar 1886 erstrahlte zum ersten Mal die Wörishofer Hauptstraße „in gleißendem Licht“, wie die Ortschronik berichtet. Das Zeitalter der Elektrizität in Wörishofen war angebrochen. Den Grundstein legte Bad Wörishofen 1924 mit dem Erwerb des Stromnetzes von der Lokalbahn München AG. 1939 wurde das Gemeindewerk in einen Eigenbetrieb umgewandelt, 1949 wird Bad Wörishofen zur Stadt erhoben – aus den Gemeindewerken werden die Stadtwerke. Pläne für den Bau eines eigenen Wasserkraftwerks an der Wertach reifen heran und werden 1962 vom Stadtrat beschlossen. Nach nur 17 Monaten Bauzeit geht das Kraftwerk im August 1964 in Betrieb. Ab 1984 wird das Gasnetz aufgebaut, zunächst in der

Kernstadt, dann in der Gartenstadt und im Gewerbegebiet, später wird Schlingen mit Gasleitungen erschlossen. Am 01.01.1988 übernehmen die Stadtwerke den Betrieb der Kur- und Stadtlinie. Die Stadtwerke wachsen stetig und das Gebäude am Stadionring 19 (jetzt ist dort die Tafel Bad Wörishofen untergebracht) platzt aus allen Nähten. Gegenüber, am Stadionring 18, entsteht ein modernes, helles und großzügiges Verwaltungsgebäude mitsamt Lager, Werkstatt und Garagen. Im Jahr 1998 konnten die neuen Räumlichkeiten schließlich bezogen werden. Dort befinden sich die Stadtwerke bis heute. 2014 erfolgt der erste Teil der umfangreichen Sanierungsmaßnahmen des Quellgebietes in Eggenthal, in den folgenden Jahren werden die restlichen Quellen und die Wasserspeicher saniert, in Hartenthal entsteht im Jahr 2022 ein neuer, top moderner und automatisierter Hochbehälter. Aktuell stehen Themen wie Digitalisierung, Ausbau der erneuerbaren Energien, Elektromobilität und die Transformation unserer Energieversorgung auf der Tagesordnung der Stadtwerke Bad Wörishofen. ■

JUBILÄUMSJAHR 2024

- 100 Jahre eigenes Stromnetz Bad Wörishofen
- 85 Jahre Eigenbetrieb der Stadt Bad Wörishofen
- 75 Jahre Stadtwerke Bad Wörishofen
- 60 Jahre Wasserkraftwerk Bad Wörishofen
- 40 Jahre Gasversorgung in Bad Wörishofen

EINIGE DATEN UND FAKTEN DER STADTWERKE BAD WÖRISHOFEN (2022)

- Länge Stromnetz: 339 km
- Länge Gasnetz: 62 km
- Länge Wassernetz: 212 km

WÄRME NACH PLAN

Foto: stock.adobe.com – Pivvel

Der Bund verpflichtet die Kommunen, in den nächsten Jahren eine Wärmeplanung vorzulegen. Diese wirkt sich auch auf den Heizungsaustausch von Immobilienbesitzer aus.

Brauche ich eine Wärmepumpe oder kann ich mir das sparen, weil meine Gemeinde bald an ein Nah- oder Fernwärmenetz angeschlossen wird? Das hängt von der **Wärmeplanung der Kommune** ab. Das Wichtigste, was Wohneigentümer zum Thema wissen sollten.

Was bedeutet kommunale Wärmeplanung?

Kommunale Wärmeplanung heißt, dass eine Kommune ihre lokale Wärmeversorgung für die kommenden Jahrzehnte plant. Das betrifft die Energieversorgung der Einwohner, aber auch von Industrie, Handel und Gewerbe sowie kommunalen Liegenschaften wie Rathäusern, Schulen oder Kindergärten. Ist in baldiger Zukunft ein Nah- oder Fernwärmenetz geplant? Oder soll das bestehende Wärmenetz ausgebaut werden?

Warum sollen die Kommunen ihre Wärmeversorgung so weit im Voraus planen?

Fast die Hälfte der Energieerzeugung in Deutschland entfällt auf Wärme. Mehr als 80 Prozent dieser Wärme stammen bislang aus fossilen Energien, nur knapp 18 Prozent aus erneuerbaren Energien. Das befeuert den Klimawandel und widerspricht den eigenen Klimazielen: Bis 2045 will Deutschland keine Treibhausgase mehr ausstoßen. Dazu jedoch muss der Wärmebedarf in Wohnhäusern und Nichtwohngebäuden deutlich sinken und künftig auf klimaneutrale Weise gedeckt werden. Mit dem Wärmeplanungsgesetz, das Anfang 2024 in Kraft getreten ist, beauftragt und verpflichtet der Staat die Kommunen, eine verbindliche Wärmeplanung zu erarbeiten, wie sie ihre Wärmeversorgung klimaneutral umbauen wollen – etwa mit erneuerbaren Energien oder Abwärme.

Was schreibt das Wärmeplanungsgesetz den Kommunen konkret vor?

Großstädte müssen bis Mitte 2026, Städte von 10 000 bis 100 000 Einwohnern bis Mitte 2028 einen Wärmeplan vorlegen. Für kleinere Kommunen soll es ein vereinfachtes Verfahren geben. Laut einer Umfrage des Deutschen Städtetags setzten im Mai 2023 erst vier Prozent der befragten Städte eine kommunale Wärmeplanung um, eine Mehrheit arbeitete aber daran.

Aber was heißt das überhaupt in der Praxis? Eine kommunale Wärmeplanung umfasst vier Schritte: 1) Eine Analyse des Gebäudebestands erfasst den aktuellen Wärmeverbrauch, die Treibhausgasemissionen und die bestehende Wärmeversorgung in der Gemeinde. 2) Eine Potenzialanalyse ermittelt, wo sich die



Energieeffizienz verbessern lässt und welche erneuerbaren Energien zur Wärmeerzeugung genutzt werden können. 3) Das Zielszenario hält die gewünschte künftige Wärmeerzeugung fest. 4) Konkrete Umsetzungsmaßnahmen werden benannt, um die Pläne zu realisieren.

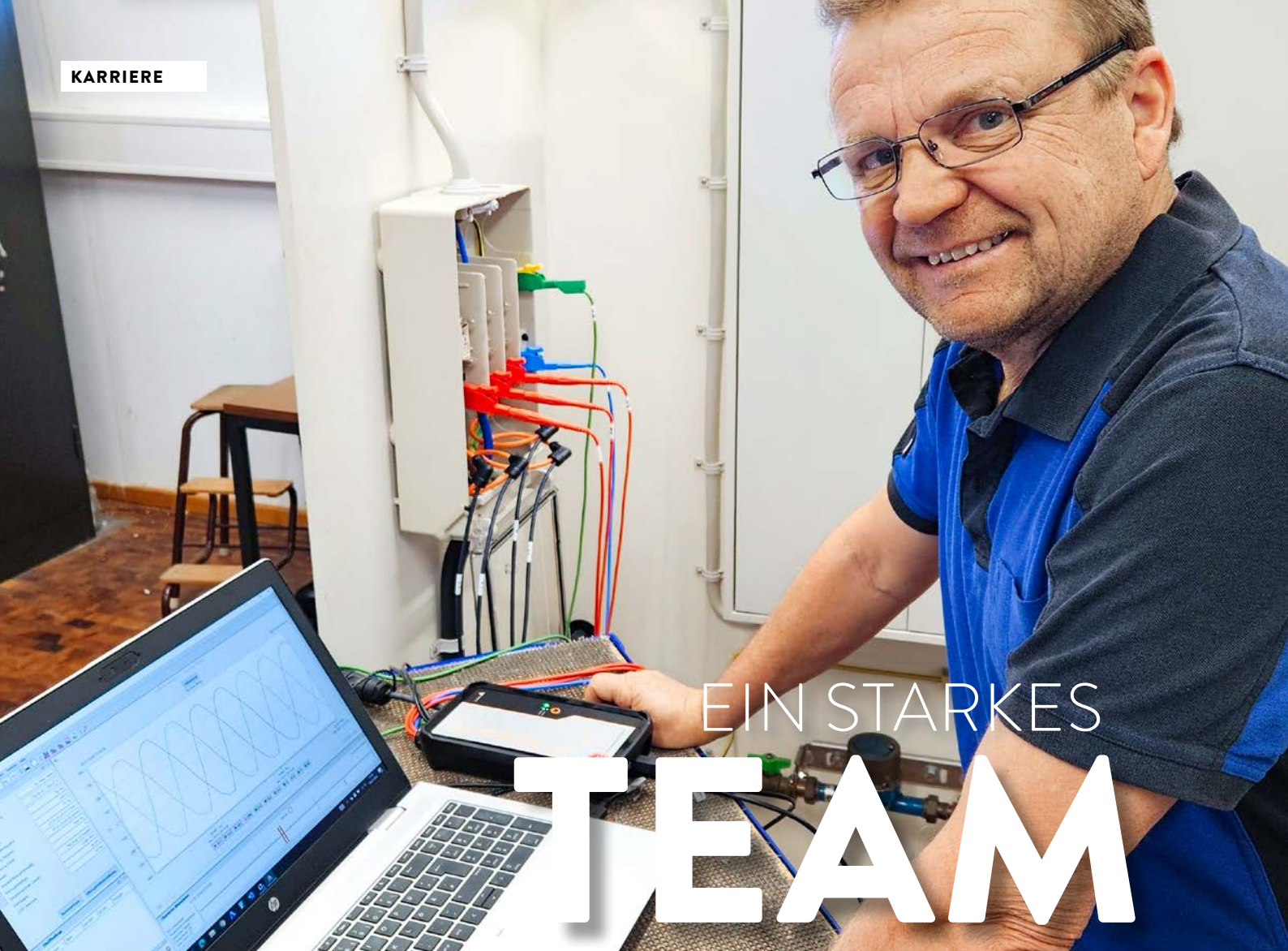
Was hat das Wärmeplanungsgesetz mit dem Gebäudeenergiegesetz zu tun?

Das Wärmeplanungsgesetz ist eng an das neue Gebäudeenergiegesetz geknüpft. Dieses verpflichtet Haus- und Wohnungseigentümer in Neubaugebieten seit Januar 2024, jede neu eingebaute Heizung zu mindestens 65 Prozent mit erneuerbaren Energien zu betreiben. Um die 65 Prozent zu erreichen, gibt es verschiedene Optionen: zum Beispiel den Anschluss an ein Wärmenetz, den Einbau einer Wärmepumpe oder Pelletheizung.

Besitzer von Wohneigentum in bestehenden Wohngebieten haben dagegen meist noch mehr Zeit für den Heizungsaustausch: Für sie gilt die 65-Prozent-Regel nur, wenn die Kommune schon eine Wärmeplanung vorweisen kann. Gibt es noch keinen Wärmeplan oder Beschluss dazu, ist auch der Einbau einer konventionellen Öl- oder Gasheizung weiterhin möglich. Wer sich für eine fossil betriebene Heizung entscheidet, sollte jedoch bedenken, dass die 65-Prozent-Pflicht erfüllt werden muss, wenn eine kommunale Wärmeplanung mit entsprechendem Beschluss feststeht. Außerdem ist absehbar, dass Öl und Gas – unter anderem durch die Erhöhung der CO₂-Preise – in den nächsten Jahren teurer werden.

Wie sollten Besitzer von Wohneigentum bei der Planung ihrer Wärmeversorgung vorgehen?

Sie sollten sich vorab bei der Kommune und dem lokalen Energieversorger erkundigen, ob es für das eigene Haus einen Anschluss an ein Wärmenetz geben wird. Für die Planung kann das eine wichtige Rolle spielen: Lebt zum Beispiel jemand in einem Gebiet, das in naher Zukunft an ein Fernwärmenetz angeschlossen wird, muss er nicht zwingend in eine Wärmepumpe investieren – auch Fernwärme könnte eine Option sein. Besitzer von Wohneigentum in Gebieten, die nicht an ein Wärmenetz angebunden werden, können sich hingegen rechtzeitig darauf einstellen und ihre Heizung umrüsten. ■■■



EIN STARKES TEAM

Unsere Zählermonteure Jürgen Marten und Wolfgang Jungnickel lassen uns einen Blick hinter die Kulissen werfen. **Was macht eigentlich ein Zähl- und Messtechnikmonteur bei den Stadtwerken und was macht den Job so besonders?** Lea Henkel, bei den Stadtwerken für das Marketing verantwortlich, hat bei den beiden Kollegen nachgefragt.

Was gehört zu den Kernaufgaben in Eurem Arbeitsalltag?

Jungnickel: Unser Job ist ein absolutes Spezialgebiet. Wir sind tief im Thema drin, und Leute, die nicht aus unserer Branche kommen, verstehen uns gar nicht, wenn wir uns über die Arbeit unterhalten.

Marten: Unser Arbeitsalltag ist total vielseitig, da gehören so viele Dinge dazu.

Wie lange seid Ihr schon bei den Stadtwerken beschäftigt, und was hat sich in den letzten Jahren in Eurem Bereich verändert?

Marten: Schon über 30 Jahre, um genau zu sein, 34 Jahre.

Jungnickel: Ich bin jetzt seit 25 Jahren bei den Stadtwerken. Zur Veränderung konnten beide Folgendes sagen:

Beide: Die größte Veränderung fand bei den Stromzählern statt. Zum einen

wird seit 2020 weniger vor Ort abgelesen und mehr über die Fernauslesung geregelt. Außerdem werden aktuell die analogen Stromzähler auf intelligente, digitale Zähler, genannt Smart Meter (s. Kasten), umgestellt. Das wurde so vom Gesetzgeber festgelegt und wir kümmern uns um die Umsetzung.

Was ist für Euch das Highlight an diesem Job?

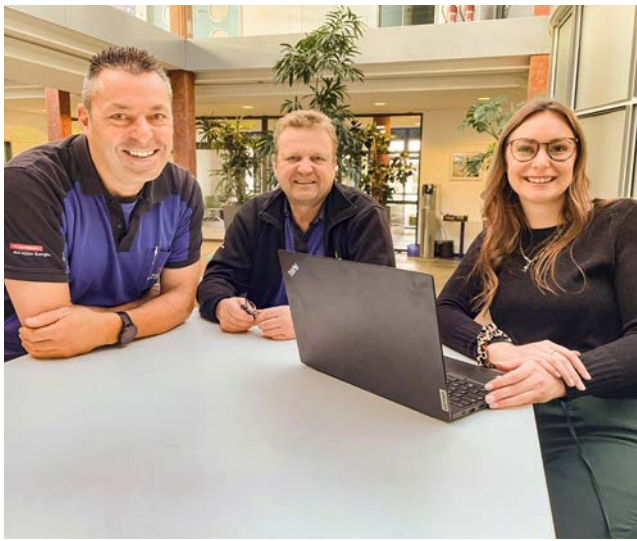
Die beiden sind sich einig: „Unser Job ist wahnsinnig abwechslungsreich, kein Tag ist wie der andere. Außerdem sind wir total flexibel und können uns unseren Arbeitstag weitestgehend selbst einteilen.“

Und was ist das Verrückteste, das Euch während der Arbeit passiert ist?

Jungnickel und Marten waren zusammen unterwegs: „Wenn wir einen Stromzähler wechseln, dann schalten wir den Zähler ab, das Haus oder



Fotos: Stadtwerke Bod Wörishofen



Unsere Zählermonteure Wolfgang Jungnickel (links) und Jürgen Marten im Interview mit Lea Henkel.

MIT HERZ UND STROM

Seit Januar 2024 ist Lea Henkel bei uns im Team als **Assistentin der Geschäftsführung** tätig.

„**ICH FREUE MICH**, für ein Unternehmen zu arbeiten, das so relevant ist!“, sagt Lea Henkel. Neben der Assistenz der Geschäftsführung ist sie außerdem für den Bereich Marketing verantwortlich. „Eine meiner Hauptaufgaben ist es, mich um unsere Kundenzeitschrift tag & nacht zu kümmern. Aber auch die Planung von Events, Öffentlichkeitsarbeit, Werbung und viele weitere Tätigkeiten gehören zu meinem Aufgabengebiet“, berichtet sie. Bevor Lea Henkel bei den Stadtwerken startete, absolvierte sie eine Ausbildung als Medienkauffrau Digital & Print, anschließend war sie als Sales Manager in einem Verlag und als Kundenberaterin in einer Werbeagentur tätig. „So konnte ich im Bereich Marketing bereits einige Erfahrungen sammeln und freue mich auf die anstehenden Projekte bei den Stadtwerken“, erläutert Lea Henkel. Wir freuen uns, Lea in unserem Team begrüßen zu können und wünschen ihr viel Erfolg. ■■■

Gebäude ist dann normalerweise spannungslos. Wir hatten einmal den Fall, dass im Haus trotzdem noch Licht brannte. Da hat sich jemand Strom aus einer anderen Quelle beschafft.“

Ihr seid beide ja schon viele Jahre bei den Stadtwerken beschäftigt. Was macht die Stadtwerke zu einem attraktiven Arbeitgeber?

Auch hier sind sich beide einig: „Wir haben tolle Kolleginnen und Kollegen und sind ein super Team! Deshalb sind wir auch beide im Personalrat, weil uns die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter einfach am Herzen liegen. Die geregelten Arbeitszeiten sind ebenfalls ein wichtiger Punkt. Außerdem können wir beide mit dem Rad zur Arbeit fahren und tun das auch jeden Tag.“

Hat das Dein Interesse geweckt? Dann bewirb Dich doch gleich als Elektriker

bzw. Zähl- und Messtechnikmonteur (m/w/d) bei den Stadtwerken.

Wir freuen uns auf Dich! ■■■



WAS IST DAS?
 Smart Meter ist ein digitaler Stromzähler, der den Zählerstand automatisch an den Netzbetreiber versendet. Außerdem kann mit dem neuen Messgerät die eigene Stromerzeugung (z. B. durch Photovoltaik) gemessen werden. Bis 2030 soll jeder Haushalt mit einer modernen Messeinrichtung ausgestattet sein.



Foto: Kur- und Tourismusbetrieb Bad Wörishofen



Die Fußbäder wirken auflösend, ausleitend und stärkend und dienen sehr gut bei franken Füßen, des Nähern bei Fußschwellen, bei offenen Schäden, bei Quetschungen aller Art.
S. Kneipp

FUSSBAD WARM

Im Gegensatz zum kalten Fußbad ist das warme Fußbad für die eher Wärmebedürftigen: Das laue Wasser erweitert die Gefäße, verbessert die Durchblutung sowie den Stoffwechsel und wirkt entspannend auf die Unterleibsorgane, die Rückenmuskulatur und die Nasenschleimhaut.

Benötigt wird:

- Fußbadewanne (oder ein entsprechendes Gefäß)

So wird's gemacht:

- Das Gefäß wird am besten in der Badewanne platziert (dadurch ist leichtes Füllen und Leeren möglich).
- Füllen Sie das Gefäß bis knapp unters Knie mit warmem Wasser.
- Temperatur: ca. 36–38 °C oder auch etwas höher – doch nicht zu hoch!
- Dauer: ca. 10–15 Minuten
- Danach ist ein kurzer kalter Abguss (ein Knieguss oder ein kaltes Fußbad) empfehlenswert (Temperatur: ca. 12–18 °C).

Wirkung:

- durchblutungsfördernd
- schlaffördernd
- beruhigend
- reflektorisch entspannend auf die Bauch- und Beckenorgane
- durchblutungsfördernd auf die Nasenschleimhaut und Nasennebenhöhlen

Nicht anwenden bei:

- Beinvenenentzündungen und -erweiterungen (Varizen)
- Bluthochdruck (Hypertonie)

Bitte halten Sie Rücksprache mit Ihrem Arzt oder Apotheker.

DIE INFOS ZU ...
... dieser Anwendung finden Sie auch unter <https://www.kneipp-site.de/anwendungen/artikel/fussbad-warm/> oder einfach den QR-Code scannen:



WIESO, WESHALB, WARUM

DER NETZANSCHLUSS IST DIGITAL! Sie wollen ein Anwesen, eine Photovoltaikanlage oder eine Wallbox ans Netz der Stadtwerke anschließen? Mit unserem neuen digitalen Service brauchen Sie dafür jetzt nur noch ein paar Klicks.

Schnell und einfach

Wer früher einen Netzanschluss für eine Immobilie, Wallbox oder Photovoltaikanlage beantragt hat, erhielt das Formular, musste es ausdrucken, unterschreiben und anschließend wieder zurückschicken. Mit dem neuen

digitalen Service der Stadtwerke erfolgt der Netzanschluss jetzt viel schneller und einfacher.

Wenige Klicks zum Netzanschluss

Der Netzanschluss wird über die Internetseite der Stadtwerke beantragt. Danach erhalten Sie wie bisher die Unterlagen. Kurze, übersichtliche Schritte erklären genau, was zu tun ist. Eine zugängliche und nachhaltige Lösung, die allen Beteiligten viel Zeit spart.

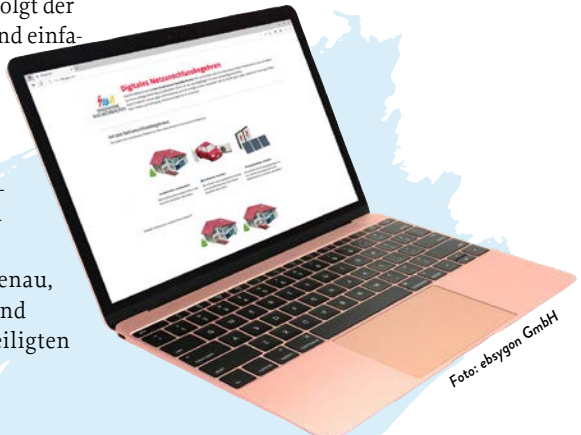
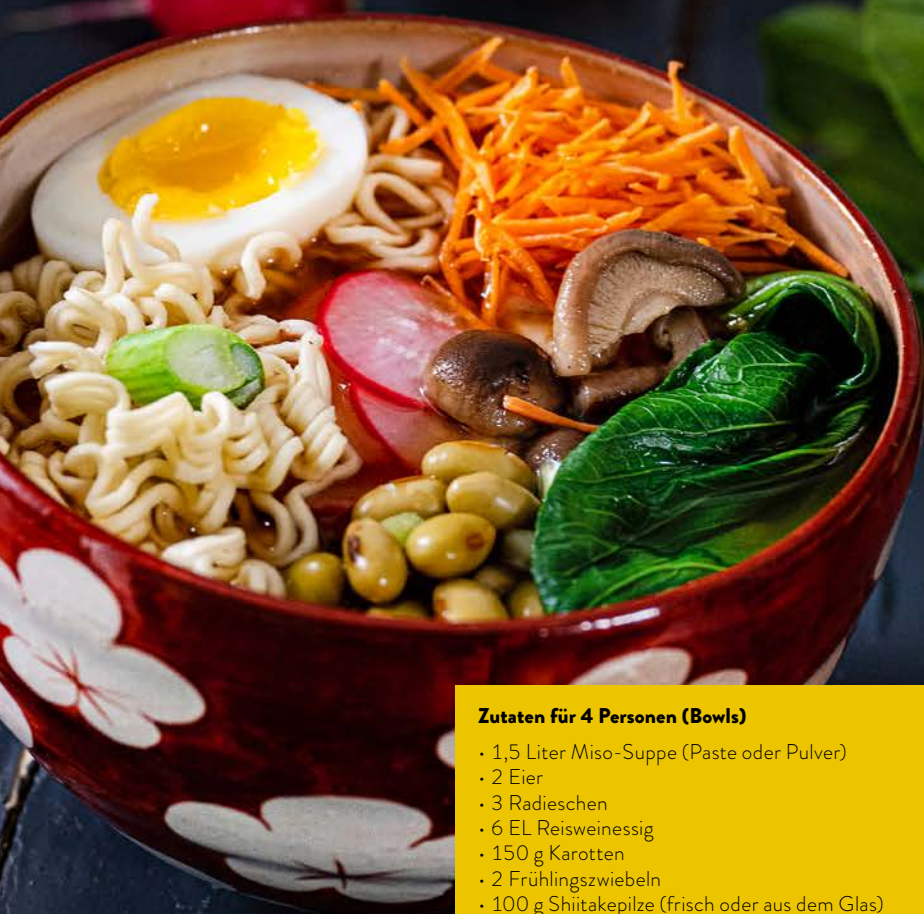


Foto: ebyson GmbH

Schlürfen erlaubt

Verwöhnen Sie Ihre Sinne mit den Aromen Japans und entdecken Sie die Vielfalt der japanischen Nudelsuppe **RAMEN**. Mit diesem einfachen Rezept können Sie den asiatischen Street-Food-Klassiker leicht zu Hause zubereiten.



Zutaten für 4 Personen (Bowls)

- 1,5 Liter Miso-Suppe (Paste oder Pulver)
- 2 Eier
- 3 Radieschen
- 6 EL Reisweinessig
- 150 g Karotten
- 2 Frühlingszwiebeln
- 100 g Shiitakepilze (frisch oder aus dem Glas)
- 4 Knoblauchzehen
- 1 Stück Ingwer
- 4 EL Sesamöl
- 3 bis 6 EL dunkle Sojasauce
- 2 kleine Pak Choi
- 3 EL Limettensaft
- 4 TL Sriracha-Soße
- Pfeffer
- 200 g Ramen-Nudeln
- 120 g Edamame (Sojabohnen, frisch oder TK)

MISO-RAMEN-BOWL MIT PAK CHOI UND EI

Zubereitung:

- 1 Miso-Suppe (Paste oder Pulver) nach Packungsanleitung herstellen. Eier circa 8 Minuten kochen, Radieschen in sehr schmale Scheiben schneiden, mit der Hälfte des Reisweinessigs in einer Schüssel mischen und marinieren. Karotten grob raspeln, Frühlingszwiebeln in schmale Ringe, Shiitakepilze in Scheiben schneiden.
- 2 Knoblauch klein schneiden, Ingwer raspeln, Pak Choi putzen und vierteln. Knoblauch und Ingwer in einem großen Topf in Sesamöl 1 Minute dünsten, mit Sojasauce ablöschen. Miso-Suppe angießen und aufkochen lassen. Pak Choi kurz blanchieren, herausnehmen und in die leeren Schüsseln verteilen.
- 3 Die Miso-Suppe mit dem restlichen Reisweinessig, Limettensaft, Srirachasauce und Pfeffer abschmecken, warm halten.
- 4 Ramen-Nudeln hinzufügen und nach Packungsanleitung in der Brühe ziehen oder köcheln lassen, bis sie gar sind.
- 5 Nudelsuppe in die Schüsseln zum Pak Choi geben, Karotten, Frühlingszwiebeln, Radieschen, Edamame und Shiitakepilze verteilen und mit jeweils einer Eihälfte servieren.

Alternative oder zusätzliche Toppings:

- Erdnüsse
- Chiliflocken
- Nori-Blätter, in schmale Streifen geschnitten
- Röstzwiebeln
- gebratene Hühnerbruststreifen, nach Belieben gewürzt
- gebratene Räuchertofuwürfel, mit Sojasauce abgelöscht und eingekocht
- gerösteter Sesam
- frische Champignons, in dünne Scheiben geschnitten



EINKAUFSZETTEL

QR-Code scannen und
Zutatenliste der Rezepte
aufs Smartphone laden

29 JAHRE MIT DEM RAD ZUR ARBEIT

Seit 1995 war **Erwin Weinalt bei den Stadtwerken Bad Wörishofen im Technischen Büro** beschäftigt. Seitdem ist er nicht nur seinem Arbeitgeber, sondern auch seinem Fahrrad treu geblieben.

Mitte Januar 2024 verabschiedete sich Erwin Weinalt putzmunter in seinen wohlverdienten Ruhestand. Bei nahezu jeden Morgen stieg er auf sein Rad und bezwang seine Route von Warmisried nach Bad Wörishofen. Einfach sind das 11 Kilometer, macht 22 Kilometer hin und zurück. Nur an Tagen, an denen das Wetter besonders schlecht war, kam das Auto zum Einsatz.

Eineinhalbmal um den Äquator

Insgesamt ist Erwin Weinalt 2872-mal mit dem Fahrrad zur Arbeit gefahren, das entspricht 63 184 Kilometer. Zum Vergleich: Die Länge des Äquators beträgt rund 40 000 Kilometer. Und das

alles natürlich mit einem normalen Rad, ein E-Bike kam Erwin Weinalt bisher nicht in die Garage! Da er mit dem Auto eine etwas längere Strecke hätte fahren müssen, entspricht das 68 928 km, die er sich mit dem Auto also gespart hat.

Der Pensionär leistete damit nicht nur einen wichtigen Beitrag zum Umweltschutz, auch für seine Gesundheit hat er etwas Gutes getan. In den 29 Jahren war Erwin Weinalt nie in einen Unfall verwickelt. Dazu kommen noch die unvergesslichen Momente wie Sonnenauf- und -untergänge oder riskante Begegnungen mit dem ein oder anderen Waldbewohner.

Wir wünschen ihm alles Gute, viel Gesundheit und noch viele schöne Stunden auf seinem Drahtesel. ■



Fotos: Stadtwerke Bad Wörishofen



Hermann Specht vom Hofgut Burgösch, Robert Böck, Kfm. Leiter Stadtwerke Bad Wörishofen, René Schoof, Geschäftsführer schwaben netz, und Monika Forstner, Netzplanung und Projektleiterin schwaben netz, beim Pressestermin.

Foto: schwaben netz

Mehr Biogas ins Netz!

Die Stadtwerke Bad Wörishofen arbeiten gemeinsam mit schwaben netz und dem Hof Burgösch für den Klimaschutz: Biogas-Einspeiseanlage und Verbindungsleitung zum Gasnetz Bad Wörishofen sind fertiggestellt.

Der Hof Burgösch von Hermann Specht in Großried verfügt über eine Biogas- und bald auch über eine neue Einspeiseanlage. Mit dem in der Rinderhaltung anfallenden Biogas wird zurzeit bereits Strom für den eigenen Betrieb erzeugt. Die schwaben netz, der größte Gasverteilnetzbetreiber in Schwaben, arbeitet dafür eng mit Hermann Specht und seinem Landwirtschaftsbetrieb in Großried bei Baisweil für klimaschonende Energieversorgung zusammen. Neben der Verbindungsleitung vom Hof zum Gasverteilnetz der Stadtwerke Bad Wörishofen wurde nun auch die Biogas-Einspeiseanlage fertiggestellt. Bis April 2024 ist noch eine Aufbereitungsanlage geplant. Das Biogas wird direkt vom Hof ins Netz geleitet.

Hochwertiges Biogas aus Mist und Gülle

„In unserem Betrieb erzeugen wir aus dem Mist und der Gülle von unseren Tieren hochwertiges Biogas, das ohne den speziellen Anbau von nachwachsenden Rohstoffen wie zum Beispiel Mais erzeugt wird“, erklärt Specht. Als klimaschonendes Biomethan aus erneuerbaren Quellen speist schwaben netz das Gas anschließend direkt in das bestehende Netz der Stadtwerke Bad Wörishofen ein.

Maßgeschneiderte Lösungen für die klimaneutrale Zukunft

„Die Energiewende braucht klimaneutrale Gase. In unserer Region, die traditionell landwirtschaftlich geprägt ist, kann das vor allem auch Biogas sein. Mit schwaben netz arbeiten wir an maßgeschneiderten Lösungen für die Zukunft“, bestätigt Peter Humboldt, Werkleiter der Stadtwerke Bad Wörishofen. Biogas entsteht durch die Vergärung von Biomasse – auf Burgösch ist das Mist und Gülle. Das dabei gewonnene Biogas ist nahezu klimaneutral und kann problemlos ins bestehende Gasnetz eingeleitet werden.

Bau von Anlage und Netz

Der Netzbetreiber schwaben netz hat eine 5,6 Kilometer lange Verbindungsleitung zwischen der Einspeiseanlage in Großried bis hin zum Netz der Stadtwerke Bad Wörishofen gebaut. Aufgrund der freien Fläche konnte hierbei auf ein umweltschonendes Verlegeverfahren mit dem Pflug gesetzt werden. Ab Frühjahr 2024 soll das Biogas nach insgesamt zwei Jahren Bauzeit von Leitungen sowie der Einspeise- und Aufbereitungsanlage in unser Verteilnetz eingespeist werden. Mehr als 9000 Tonnen Kohlenstoffdioxid (CO₂) können dadurch eingespart werden. ■

WIR IN BAD WÖRISHOFEN STEHEN UNTER STROM

110 KILOMETER Mittelspannung befinden sich unter unseren Füßen in Bad Wörishofen und Umgebung. Betrieben wird das Mittelspannungsnetz mit einer Leistung von 20 Kilovolt (20 kV), also 20 000 Volt, hier vor Ort von den Stadtwerken. Von diesem wird der Strom innerhalb des Versorgungsgebiets zwischen den Netzstationen verteilt. Um auch in Zukunft eine sichere Stromversorgung zu gewährleisten, investieren wir weiter in die Verstärkung und den Ausbau unseres Mittelspannungsnetzes. Allein in diesem Jahr werden wir ca. 10 Kilometer an neuen Leitungen verlegen. Hierzu werden mehrere Tief- und Kabelbau-Trupps parallel tätig sein. Die Verlegung erfolgt größtenteils in Leerrohren und soll in der ersten Jahreshälfte 2024 erfolgen.

Was versteht man unter Mittelspannung?

Wenn es um Elektrizität geht, fällt regelmäßig der Begriff der „Spannung“. Darunter versteht man die Fähigkeit, Strom zum Fließen zu bringen und damit elektronische Geräte zu betreiben. Bei den Spannungsebenen unterscheidet man zwischen Höchstspannung, Hochspannung, Mittelspannung und Niederspannung. Städte wie Bad Wörishofen nutzen zum Transport des Stromes die sogenannte Mittelspannungsebene, in Trafostationen wird die Mittelspannung in Niederspannung transformiert und dann an die Haushalte verteilt. Das Mittelspannungsnetz der Stadtwerke Bad Wörishofen wird mit einer Spannung von 20 000 Volt betrieben, insgesamt sind über 110 km Mittelspannungskabel im Versorgungsgebiet der Stadtwerke verlegt. Das Niederspannungsnetz – mit einer Spannung von 400 Volt – hat eine Länge von knapp 225 km.





FIT FÜR DEN HEIZUNGSTAUSCH

Das neue Gebäudeenergiegesetz lässt Haus- und Wohnungseigentümern noch genug Zeit für die **Heizungsmodernisierung**. Es ist jedoch sinnvoll, das Gebäude schon heute darauf vorzubereiten. Ein Ratgeber, wie Sie dabei in kleinen Schritten ans Ziel kommen.

ENTWICKELN SIE EINEN PLAN

Jedes Haus ist anders. Ein Energieberater hilft Ihnen zu beurteilen, welche Sanierungen sinnvoll sind, wann und in welcher Reihenfolge Sie am besten vorgehen und was das kosten kann. Er erfasst vor Ort die Ausgangslage und entwickelt mit Ihnen einen individuellen Sanierungsfahrplan (iSFP). Dieser beschreibt den energetischen Zustand des Gebäudes und stellt eine Strategie für die nächsten fünf bis zehn Jahre auf, wie es sich individuell sanieren lässt. Dabei werden die verschiedenen Sanierungsschritte aufeinander abgestimmt und so Fehlplanungen vermieden. Der iSFP wird zu 80 Prozent vom Staat gefördert. Bleibt noch ein Eigenanteil von bis zu 260 Euro bei Ein- oder Zweifamilien- und 340 Euro bei Mehrfamilienhäusern. Eine lohnende Investition.

PRÜFEN SIE DIE VORLAUFTEMPERATUR

Ein wichtiger Aspekt des Sanierungsfahrplans: die neue Heizung. Ist kein Anschluss an ein Nah- oder Fernwärmenetz möglich, bietet sich oft eine Wärmepumpe an. Sie läuft mit Strom und wandelt Wärme aus der Luft oder der Erde in Heizenergie um. Am effizientesten arbeiten Wärmepumpen, wenn die Vorlauftemperatur der Heizung gering ist. Sie sollte maximal bei 50 Grad Celsius liegen. Ob das eigene Haus fit ist für eine Wärmepumpe, können Sie mit einem Test herausfinden: Versuchen Sie, es an einem sehr kalten Tag mit weniger als 50 Grad zu beheizen. Wie das geht, zeigt Ihnen der Heizungsinstallateur. Um die Vorlauftemperatur zu senken, reichen in Bestandsgebäuden oft einzelne Dämmmaßnahmen aus – oder sogar nur der Einbau größerer Heizkörper. Sinnvoll ist zudem ein hydraulischer Abgleich (siehe Text rechts). Einzig völlig unsanierte Häuser müssen umfangreich saniert werden, bevor eine Wärmepumpe effizient arbeiten kann.

MEHR ZEIT FÜR HEIZUNGSSANIERER

Das neue Gebäudeenergiegesetz verpflichtet Haus- und Wohnungseigentümer in Neubaugebieten seit Januar 2024, jede neu eingebaute Heizung zu mindestens 65 Prozent mit erneuerbaren Energien zu betreiben – etwa durch den Anschluss an ein Nah- oder Fernwärmenetz oder den Einbau einer Wärmepumpe. Wohneigentümer in bestehenden Wohngebieten haben dagegen meist noch mehr Zeit für den Heizungsaustausch: Für sie gilt die 65-Prozent-Regel nur, wenn die Kommune schon eine Wärmeplanung vorsehen kann. Auch bestehende Öl- und Gasheizungen können in den meisten Fällen weiterlaufen.

Weitere Infos dazu finden Sie unter: mehr.fyi/GEG

TAUSCHEN SIE DIE HEIZKÖRPER AUS

Fußbodenheizungen passen mit ihrer großflächigen Wärmeabgabe am besten zur Wärmepumpe. Doch im Altbau ist eine Nachrüstung oft zu aufwendig und teuer. Aber auch mit Heizkörpern lassen sich die Räume nach dem Heizungsaustausch meist warm bekommen. Je größer ihre Fläche, desto besser können sie die Wärme selbst bei einer relativ niedrigen Vorlauftemperatur an den Raum abgeben. Prüfen Sie zunächst, welche der vorhandenen Heizkörper sich weiter nutzen lassen. Im Wohn- oder Esszimmer kann es sinnvoll sein, einzelne kleinere Glieder- oder Rippenheizkörper durch größere Flächenheizkörper zu ersetzen. Am besten eignen sich dafür Niedertemperatur-Heizkörper. Sie haben eine vergleichsweise große Oberfläche, bestehen im Inneren aus dünnen Heizplatten und geben so besonders viel Strahlungswärme ab. Oft reicht es, nur einige Heizkörper auszutauschen. Für Schlafzimmer, Küche und Nebenräume genügt meist die bisherige Ausstattung. Tipp: Lassen Sie einen Fachmann für jeden Raum den Heizbedarf und die erforderliche Dimensionierung der Heizkörper ermitteln.



ENERGIEBERATER GESUCHT?

Die Energieeffizienz-Expertenliste führt 13 000 Energieberater. mehr.fyi/liste

Wer sein Haus energetisch saniert und für den Heizungswechsel in einigen Jahren fit macht, profitiert schon heute von niedrigeren Heizkosten.

MACHEN SIE EINEN

HYDRAULISCHEN ABGLEICH

Ein hydraulischer Abgleich stellt sicher, dass die Heizung optimal eingestellt ist und alle Heizkörper oder die Rohre der Fußbodenheizung gleichmäßig mit Wärme durchströmt werden. Das vermindert Wärmeverluste in den Leitungen, spart Heizkosten und verlängert die Lebensdauer der Anlage. Der hydraulische Abgleich wird vom Staat mit bis zu 20 Prozent bezuschusst.

DÄMMEN SIE MIT MASS

Klar: Je besser das Haus gedämmt ist, desto geringer sind die Heizkosten. Nur: Fassade, Dach und Kellerdecke vollständig zu dämmen, ist besonders teuer – und meist nicht zwingend erforderlich. Energieexperten raten auch hier, schrittweise vorzugehen. So lässt sich mit einer Dämmung der Kellerdecke schon mal der Wärmeverlust nach unten deutlich verringern, der Energieverbrauch sinkt. Ähnliches gilt für die obere Geschossdecke. Wird das Dach nur als Lagerraum oder Trockenboden genutzt, muss nicht gleich die Dachfläche aufwendig isoliert werden. Es reicht, die Decke des Bodens von oben zu dämmen. Nützlicher Nebeneffekt: Die Räume darunter heizen sich im Sommer weniger auf. Bleibt noch die Fassade. Wer sie neu dämmt, sollte dabei gleich auch ältere, ein- oder zweifachverglaste durch dreifachverglaste Fenster ersetzen. Sonst müssen die Anschlüsse später erneut gemacht werden. Geht beides Hand in Hand, werden die Fenster gleich in die Dämmebene gesetzt und wirken nicht wie „Schießscharten“. Umgekehrt gilt das Gleiche: Wer die Fenster austauscht, dämmt am besten zeitnah auch die Fassade, um Wärmebrücken und damit Schimmel zu vermeiden. Beide Maßnahmen werden mit jeweils bis zu 20 Prozent der Investitionskosten gefördert.

KREUZWORTRÄTSEL

Buchstabenreihenfolge	▼	unterirdischer Lagerraum	▼	Wasserstrudel	ein Umlaut	▼	Tonbezeichnung	▼	▼	griechischer Buchstabe	himmelblau	▼	nicht selten
Dauer	▶		4	▼			Vergeltung, Sanktion	▶			▼	2	
	▶	1									6		süßer Brot-aufstrich
Teil der Spindel			Spielkarte						Medi-ziner	britische Prin-zessin		ehem. dt. Torwart-star (Oliver)	▼
dennoch	▶		▼						▶	▼		▼	
nieder-deutsch: Bauer	▶		3			franzö-sisch, span.: in							
Brett-spiel-figur				Pas-sions-spielort in Tirol	▶			Abk.: Europa-rat	▼		dt. Wein-anbau-gebiet		
	▶	5											
						Zah-lungs-art	▶				unbe-stimmter Artikel	▶	

RÄTSELN UND GEWINNEN

Die Buchstaben aus den farbig umrandeten Kästchen der Reihenfolge nach rechts eintragen und fertig ist das Lösungswort.

Einsendeschluss ist der **22. April 2024**

Lösungs-wort:

1
2
3
4
5
6
7

DER WEG ZUM GEWINN

Schreiben Sie das Lösungswort unseres Kreuzworträtsels mit Ihrer Adresse auf eine frankierte Postkarte und senden Sie diese an:
Stadtwerke Bad Wörishofen
Kennwort „Gewinnspiel 1/2024“
Stadionring 18, 86825 Bad Wörishofen
 Oder Sie schreiben uns eine E-Mail an gewinnspiel@swbw.de
 Lösungswort des Kreuzworträtsels in Heft 4/2023: Eisbaden
 Über den Gewinn der letzten Ausgabe freuen sich Christoph Horneber, Roswitha Scharpf und Edeltraud Waibel.

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:
 Verantwortliche gem. Art. 4 Abs. 7 EU-Datenschutz-Grundverordnung (DSGVO) sind die Stadtwerke Bad Wörishofen
 Stadionring 18, 86825 Bad Wörishofen Tel. 08247/9673-0, Fax 08247/6998, datenschutz@swbw.de, <http://www.swbw.de>

Datenschutzbeauftragter:

Den Datenschutzbeauftragten der Stadtwerke Bad Wörishofen erreichen Sie unter datenschutz@swbw.de oder der Postadresse mit dem Zusatz „der Datenschutzbeauftragte“.

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.

Weitere Informationen zum Datenschutz können Sie unserer Datenschutzerklärung entnehmen, die unter <https://www.swbw.de/ueber-uns/datenschutz> abrufbar ist oder die Sie postalisch anfordern können.

GUSSGENUSS

Lösen Sie unser Kreuzworträtsel und gewinnen Sie mit etwas Glück einen von drei **GUSSEISENTÖPFEN**. Der Dutch Oven ist ein Multitalent für vielfältiges Kochvergnügen.



DIE URSPRÜNGE

des Dutch Oven reichen zurück bis ins 17. Jahrhundert, als niederländische Händler Gusseisenprodukte in die Neue Welt brachten. Die Amerikaner waren damals von der Qualität und Vielseitigkeit der Töpfe so beeindruckt, dass sie ihre eigene Version entwickelten. Dieses Kochgerät wurde bald als „Dutch Oven“ bekannt – und nach den früheren holländischen

Herstellern benannt. Ein Dutch Oven ist mehr als nur ein Kochtopf: Hergestellt aus Gusseisen, ist er robust und langlebig sowie zudem sehr vielseitig. Man kann ihn zum Braten, Backen, Schmoren, Frittieren und sogar zum Räuchern verwenden. Durch die gleichmäßige Wärmeverteilung und das langsame Garen entwickeln die Speisen ein intensives Aroma. ■■■