

# LSW MAGAZIN

01 | 2021



Jens L. Heinrich

## WOLFSBURG IM SUCHER

LSW

# ELEKTROMOBILITÄT

**Die Zukunft gehört den Elektroautos und entsprechend groß ist das Interesse an den klimafreundlichen Stromern und ihren Lademöglichkeiten im eigenen Heim. Auf ihrer Website steht die LSW Rede und Antwort zu privaten Wallboxen. Das sind die Top 6 der gestellten Fragen:**



Peter Dietz, Technischer Kundenservice, ist Ihr Ansprechpartner für Elektromobilität bei der LSW.

## **Kann ich meine Wallbox ohne zusätzlichen Zähler in meine vorhandene Elektroinstallation installieren?**

Das geht. Wenn Sie Ihr Fahrzeug aber über einen speziellen Stromtarif, zum Beispiel LSW AUTOSTROM ZUHAUSE, laden möchten, benötigen Sie einen separaten Zähler.

## **Was sind die Voraussetzungen für das Angebot LSW AUTOSTROM ZUHAUSE?**

Voraussetzung für die Nutzung dieses Tarifs ist ein zusätzlicher Stromzähler mit Schaltgerät für die Steuerung der Wallbox. Ein Elektrofachbetrieb bereitet Ihre elektrische Anlage vor und installiert dann den Zähler. Wichtig ist, dass über die neue Messeinheit ausschließlich die Wallbox versorgt und diese unterbrechbar eingerichtet wird.

## **Wie kann ich meine Stromlieferung auf 100 Prozent Ökostrom umstellen?**

Der LSW INDIVIDUALSTROM mit der Option „Ökostrom“ ist das passende Produkt, wenn Sie auf Strom aus 100 Prozent erneuerbaren Energien umstellen möchten. Wie den Ökostromtarif LSW AUTOSTROM ZUHAUSE können Sie auch den LSW INDIVIDUALSTROM für das Laden Ihres E-Autos nutzen. Hierfür ist kein separater Zähler nötig.

Weitere Antworten zum Autostrom gibt es unter [www.lsw.de/autostrom](http://www.lsw.de/autostrom). Oder schreiben Sie uns an [mobilitaet@lsw.de](mailto:mobilitaet@lsw.de).

## **Ist eine Wallbox für das Laden eines E-Autos zwingend vorgeschrieben?**

Nein, aber Sie benötigen eine geeignete Ladeinfrastruktur. Elektrofahrzeuge rufen während des Ladens eine sehr hohe elektrische Leistung ab. Haushaltssteckdosen sind nur mit einer Stromstärke von 16 Ampere belastbar und somit nicht für das Laden von Elektrofahrzeugen ausgelegt.

## **Muss eine Wallbox von einem Elektrofachbetrieb installiert werden?**

Ja! Da für eine Ladestation ein Starkstromanschluss notwendig ist, sollte die Installation unbedingt ein qualifizierter Fachmann durchführen.

## **Ist eine Wallbox anmeldepflichtig?**

Ladeeinrichtungen mit einer Leistung bis einschließlich 11 Kilowatt (kW) müssen Sie Ihrem Netzbetreiber nur melden. Möchten Sie eine Wallbox mit einer Leistung über 11 kW installieren, ist die vorherige Zustimmung des Netzbetreibers notwendig.

## **WIR SIND FÜR SIE DA**



E-Mail: [service@lsw.de](mailto:service@lsw.de)

### **KUNDENZENTRUM WOLFSBURG**

Heßlinger Straße 1 – 5  
38440 Wolfsburg  
Telefon: 05361 189-3600

### **KUNDENZENTRUM GIFHORN**

Steinweg 68  
38518 Gifhorn  
Telefon: 05371 802-2253

### **KUNDENZENTRUM WITTINGEN**

Bahnhofstraße 29 – 33  
29378 Wittingen  
Telefon: 05831 27-0

### **SERVICEPUNKT SCHLADEN**

Harzstraße 26  
38315 Schladen  
Telefon: 05335 224

» Gerade jetzt brauchen wir Orte in der näheren Umgebung, an denen wir auftanken können! «

## INHALT

04

### 100 % ÖKOSTROM

Buchen Sie zum LSW INDIVIDUALSTROM Ökostrom dazu – für nur 1 Euro im Monat!

05

### EFFIZIENT BERATEN

Der Technische Kundenservice der LSW bietet ein breites Beratungsangebot.

06

### GEPUMPTE WÄRME

Wärmepumpenheizungen schonen das Klima und den Geldbeutel.

08

### BILDSCHÖNES WOLFSBURG

Hobbyfotograf Jens L. Heinrich zeigt seine schönsten Orte in der Region.

12

### PUTZEN MIT ORANGE & ESSIG

Braucht man zum Putzen teure Spezialreiniger? Unser Alltagscheck sagt: Nein.

14

### GENUSS VON DER STANGE

Grüner Spargel ist geschmacklich eine Wucht und sehr gesund!

### IMPRESSUM

LSW Magazin: Kundenzeitschrift der LSW Holding GmbH & Co. KG (Hrsg.), Heßlinger Straße 1 – 5, 38440 Wolfsburg, Telefon: 05361 189-0, Fax: 05361 189-3499

**Redaktion:** Jürgen Hüller, Birgit Wiechert (verantwortlich), Marco Misiti, Ilka Hildebrandt, E-Mail: kommunikation@lsw.de

**In Zusammenarbeit** mit Udo Kasten, Antje Kottich und Birgit Wiedemann, trurnit GmbH/Hamburg (Verlag), Friesenweg 5/1, 22763 Hamburg

**Fotos:** LSW, Simone Heinrich (Titel), Jens L. Heinrich (8–11) oder Fotonachweise auf den Seiten

**Druck:** hofmann infocom, Nürnberg

Jürgen Hüller,  
Geschäftsführer  
LSW Energie



## ENERGIE ZU TANKEN ...

... ist in der Corona-Krise wichtiger denn je. Wir alle meistern tagtäglich den Spagat zwischen Homeoffice und Kinderbetreuung, müssen auf wohltuende Treffen mit Familie und Freunden verzichten und machen uns Sorgen, wie es in Zukunft weitergehen soll. Orte, an denen wir körperlich und seelisch auftanken und zur Ruhe kommen können, haben in dieser Zeit eine unverzichtbare positive Wirkung. Für unsere LSW-Reportage haben wir mit dem Hobbyfotografen und Wolfsburger des Jahres Jens L. Heinrich gesprochen und ihn gefragt: Wo sind Ihre Lieblingsplätze in Wolfsburg? Zu welchen Orten kehren Sie immer wieder zurück, um zu fotografieren und Kraft zu schöpfen? Seine Tipps finden Sie auf den Seiten 10 und 11 in diesem Magazin.

Auch wenn die Pandemie unser Land weiterhin in Atem hält, dreht sich die Welt weiter. Neue Gesetze wie das Gebäudeenergiegesetz treten in Kraft, Elektrofahrzeuge erobern weiter den Markt und die LSW setzt immer stärker auf zertifizierten Ökostrom aus regenerativen Energiequellen. In diesem Heft halten wir Sie auf dem Laufenden und sagen Ihnen, welche Beratungsangebote der LSW Sie nutzen können. Denn selbstverständlich stehen wir Ihnen auch weiterhin in allen Fragen rund um Energie und E-Mobilität zur Seite!

Genießen Sie den Frühling und tanken Sie auf!

Ihr  
**Jürgen Hüller**



Foto: Shirin Schanzenbach – KlimainVEST

Der Ökostrom der LSW stammt unter anderem aus Norwegen. Auf dem Bild: das Wasserkraftwerk Groa nördlich von Oslo.

# 100% NATÜRLICH

**Für nur 1 Euro zusätzlich im Monat erhalten die Kunden der LSW zertifizierten Ökostrom aus erneuerbaren Energiequellen.**

Mit ihrem Ökostromangebot setzt die LSW auf erneuerbare Energien, bei deren Erzeugung weder klimaschädliche Emissionen noch atomarer Abfall entstehen. Durch den Umstieg auf Ökostrom der LSW kann jeder dazu beitragen, dass die Energiewende in Deutschland gelingt.

Gegen einen geringen monatlichen Aufpreis von 1 Euro können Kunden der LSW sowohl den LSW INDIVIDUALSTROM als auch den LSW WÄRMESTROM komplett aus regenerativen Energiequellen beziehen. Mit einer entsprechenden Ladeinfrastruktur, zum Beispiel einer LSW WALLBOX, eignet sich

der LSW INDIVIDUALSTROM mit Ökostrom-Option auch für das Laden von Elektroautos.

Der Ökostrom der LSW wird in Europa dort produziert, wo die besten natürlichen Bedingungen vorliegen. Er kommt aus Wasserkraftwerken in bergigen Regionen, aus Windkraft nahe der Küsten oder aus Solaranlagen im Süden. Der Ökostrom ist TÜV-zertifiziert und wird nach gesetzlichen Vorgaben in die europäischen Stromnetze eingespeist.

Detaillierte Informationen zum Ökostrom der LSW gibt es unter [www.lsw.de/strom/oekostrom](http://www.lsw.de/strom/oekostrom)

## GRATULATION!

Die Resonanz auf das Weihnachtsrätsel war groß. Über die Bluetooth-Kopfhörer von Teufel freuen sich Jessica Nikoladze, Jasmin Wüst und Maik Harling (auf dem Foto). Alle Gewinnerinnen und Gewinner haben ihren Preis coronakonform per Post erhalten.



## ! ABLESER GESUCHT!

Zum Ablesen der Heizkostenverteiler sowie der Strom- und Wasserzähler sucht die Wolfsburger Dienstleistungs- und Meldezentrale GmbH (WDZ) Mitarbeiter. Start der Ableseperiode der Heizkostenverteiler ist Mitte April 2021, sie dauert rund sechs Wochen. Anfang Juni folgen die Strom- und Wasserzähler über einen Zeitraum von zwei Wochen.

**Und so können Sie sich bewerben:** Sie sind mindestens 18 Jahre alt, haben Freude am Umgang mit Menschen und teilen sich Ihre Arbeit gern selbst ein. Bitte beachten Sie: In den genannten Monaten müssen Sie wochentags ganztägig zur Verfügung stehen. Wir haben Ihr Interesse geweckt? Sie können sich einfach auf [www.wdz.de](http://www.wdz.de) bewerben. Gerne beantworten wir Ihre Fragen unter 05361-189 3671 (Wärme) und 05361-189 3673 (Strom) oder schreiben Sie an [waermeabrechnung@lsw.de](mailto:waermeabrechnung@lsw.de)

Tobias Göring nimmt Stellung zu den Auswirkungen des Gebäudeenergiegesetzes.

# EFFIZIENT BERATEN

**Seit November 2020 gilt das neue Gebäudeenergiegesetz (GEG). Was bedeutet das für die Verbraucher? Tobias Göring, Teamleiter Technischer Kundenservice, informiert Sie zu den Neuerungen.**



## **Herr Göring, was ist der Hintergrund für das neue Gebäudeenergiegesetz?**

Mit dem Gesetz will die Bundesregierung die Energieeffizienz von Gebäuden verbessern und die Nutzung erneuerbarer Energien in Gebäuden in den Vordergrund stellen.

## **Es gibt also ganz neue gesetzliche Vorgaben für Gebäude?**

Ja und nein! Das GEG vereinheitlicht die energetischen Standards für Gebäude und führt drei wichtige Vorschriften zusammen: das Energieeinsparungsgesetz (EnEG), die Energieeinsparverordnung (EnEV) und das Erneuerbare-Energien-Wärmegesetz (EEWärmeG). In diesen Vorschriften waren auch bisher schon Anforderungen an die energetische Qualität von Gebäuden festgelegt.

## **Welche Vorteile hat das neue Gesetz für Bauherren und Renovierer?**

Es bietet mehr Übersichtlichkeit und vor allem eine klare Rechtslage.

## **Wird mit dem GEG die Nutzung erneuerbarer Energien zur Pflicht?**

Nein, nicht zwingend. Das Thema CO<sub>2</sub> wird deutlich sichtbarer. In diesem Zuge rücken in den zukünftigen Planungen die Heizungsvarianten mit geringem CO<sub>2</sub>-Bedarf automatisch stärker in den Fokus.

## **Wie die Vorgaben des GEG erfüllt werden, ist aber nicht vorgeschrieben?**

Nein, das GEG ermöglicht eine Vielzahl von Lösungsansätzen. Welche Möglichkeiten

Bauherren und Renovierern zur Verfügung stehen, ist übrigens ein Teil unserer Beratungsleistung. Für eine passende Lösung, betrachten die LSW-Berater jeden Neubau und jede Gebäudesanierung individuell. Dabei spielen Faktoren wie die Lage und Dachausrichtung des Gebäudes, die Größe des Hauswirtschaftsraumes, das tatsächliche Nutzungsverhalten oder aktuell geltende Förderprogramme ebenso eine Rolle wie die verfügbaren Energieträger.

## **Das Ziel ist also nicht, ausschließlich erneuerbare Energien zu nutzen?**

Nein, auch fossile Energieträger können weiter zum Einsatz kommen. Dazu einige Beispiele: Fernwärme- oder Gas-Brennwertanlagen lassen sich jeweils mit einer thermischen Solaranlage oder einer zentralen Lüftungsanlage mit Wärmerückgewinnung koppeln. Möglich ist auch die Kombination einer Luft-Wärmepumpe mit einer Photovoltaikanlage und einem Batteriespeicher.

## **Was ändert sich für die Erstellung von Gebäudeenergieausweisen?**

Energieausweise dienen weiterhin ausschließlich der Information über die energetischen Eigenschaften eines Gebäudes und sollen einen Vergleich von Gebäuden ermöglichen. Auch bei den Energieausweisen wird das Thema CO<sub>2</sub> transparenter. Es entwickelt sich zu einer wichtigen Förder- und Beratungsgrundlage. Alle bisher ausgestellten Energieausweise behalten bis zum Ablaufdatum ihre Gültigkeit.

## **Was empfehlen Sie vor dem Kauf oder Umbau einer Immobilie?**

Unabhängig von Förderprogrammen und gesetzlichen Regelungen sollte man vor Beginn einer Sanierungsmaßnahme oder vor dem Gebäudekauf eine vertiefte Energieberatung durchführen. Diese gibt es unter anderem vom örtlichen Fachhandwerk, eingetragenen Energieberatern, Architekten oder Bauingenieuren. Die entsprechenden Beratungsleistungen für Wohngebäude fördern auch das Bundesamt für Wirtschaft und Ausfuhrkontrolle (BAFA) oder die KfW (Kreditanstalt für Wiederaufbau).

## **ENERGIEBERATUNG**

Die Energieexperten der LSW beraten Sie gerne zu den Bereichen Gebäudeenergie und Anlagentechnik. Zudem stellen sie Energieausweise aus oder organisieren nach einer Heizungsumstellung die kostengünstigste Entsorgung nicht mehr benötigter Öltanks.

Zurzeit ist das Kundenzentrum geschlossen. Wir hoffen, Sie dort oder bei Ihnen vor Ort bald wieder persönlich beraten zu können.

Hier erfahren Sie mehr:

**[www.lsw.de/energieberatung](http://www.lsw.de/energieberatung)**

Sie können uns auch gerne unter **05361 189-2110** anrufen oder per E-Mail Ihr Anliegen an uns richten: **[energiesdienstleistungen@lsw.de](mailto:energiesdienstleistungen@lsw.de)**

# GEPUMPTE WÄRME

**Wärmepumpenheizungen liegen im Trend: Sie entziehen der Erde oder Außenluft Wärme – und schonen so das Klima und den Geldbeutel. Aber nur, wenn die Voraussetzungen stimmen.**

Wärmepumpenheizungen sind längst kein Nischenprodukt mehr. In Deutschland waren Anfang 2020 schon knapp eine Million Pumpen installiert. Die Technik ist ausgereift, die Angebotspalette breit, die Anlagen gelten als wartungsarm und energieeffizient.

Sie entfalten allerdings nur ihre Stärken, wenn sich Haus und Grundstück für den Einsatz eignen. Dann aber heizt man ein Ein- oder Zweifamilienhaus mit einer Wärmepumpe laut dem Heizspiegel für Deutschland 2019 günstiger und klimafreundlicher als mit Erdgas, Heizöl oder Fernwärme. Wer mit einer Erd-, Grundwasser- oder Luft-Wärmepumpe dauerhaft effizient heizen will, benötigt ein gut gedämmtes Haus mit modernen Fenstern und einer Fußboden- oder Wandheizung. Denn ein Wärmepumpenheizsystem arbeitet nur effizient, wenn es das Haus auch im tiefsten

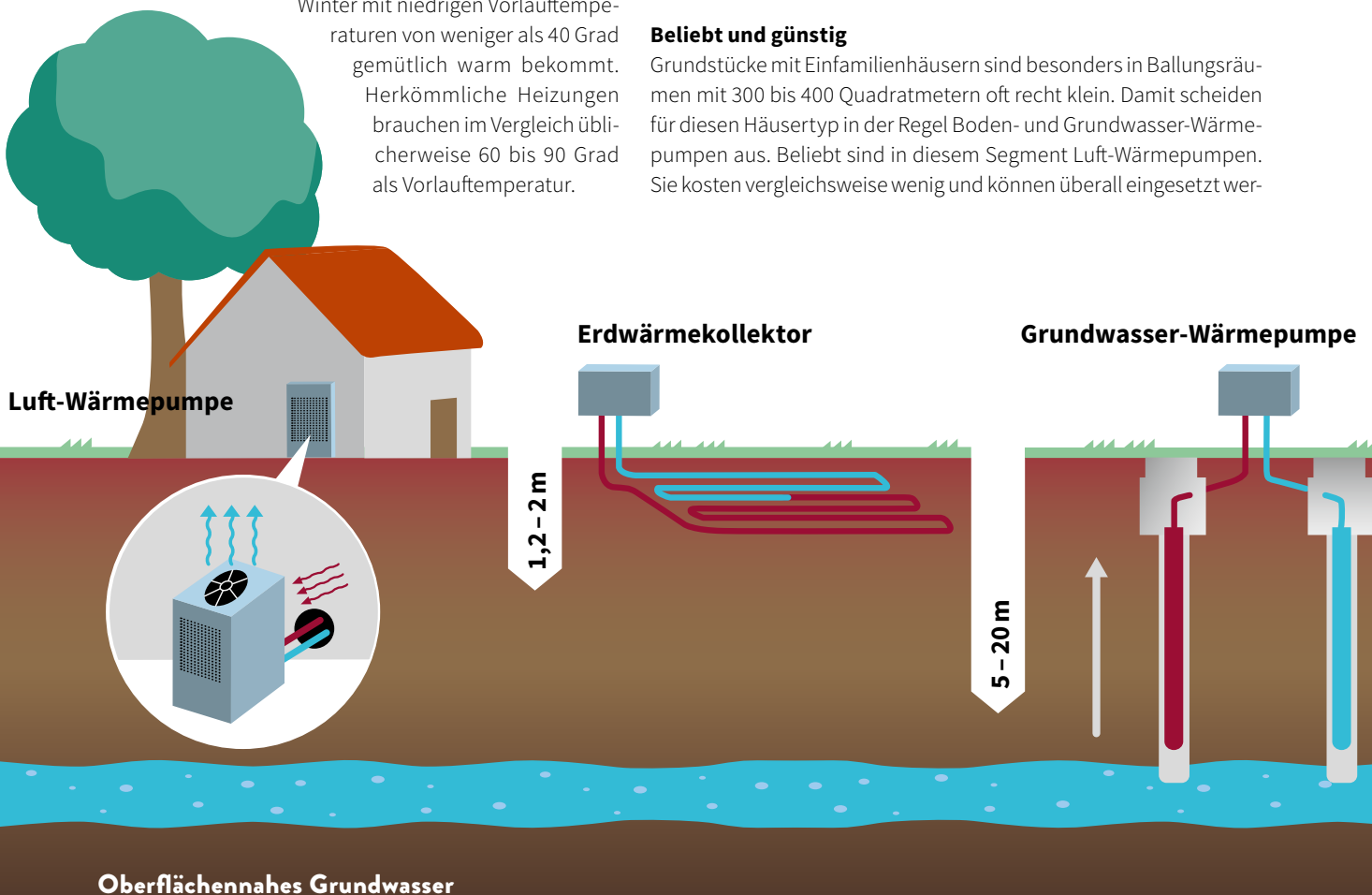
Winter mit niedrigen Vorlauftemperaturen von weniger als 40 Grad gemütlich warm bekommt. Herkömmliche Heizungen brauchen im Vergleich üblicherweise 60 bis 90 Grad als Vorlauftemperatur.

## Aus kalt wird warm

Das Grundprinzip ist bei jeder Wärmepumpenheizung gleich. Sie entzieht je nach Typ der Umgebungsluft, der Erde oder dem Grundwasser die darin gebundene Energie. Das funktioniert selbst bei Frost. Das Gerät überträgt dann die so gewonnene Wärme auf ein spezielles, flüssiges Kältemittel, das bei sehr niedrigen Temperaturen verdampft. Das so entstandene Gas wird mithilfe von Strom komprimiert und dadurch weiter erwärmt. Diese Wärme gibt die Wärmepumpe an den Heizkreislauf ab, wodurch das Kältemittel wieder abkühlt und sich verflüssigt. Der Kreislauf beginnt dann wieder von vorn. Ob eine Luft-, Boden- oder Grundwasser-Wärmepumpe die richtige Wahl ist, hängt vom Wärmebedarf des Hauses, der Grundstücksgröße und Bodenbeschaffenheit ab.

## Beliebt und günstig

Grundstücke mit Einfamilienhäusern sind besonders in Ballungsräumen mit 300 bis 400 Quadratmetern oft recht klein. Damit scheiden für diesen Häusertyp in der Regel Boden- und Grundwasser-Wärmepumpen aus. Beliebt sind in diesem Segment Luft-Wärmepumpen. Sie kosten vergleichsweise wenig und können überall eingesetzt wer-



den. Ihr Nachteil: Gerade in der Heizsaison ist die Außenluft, der sie die Wärme entziehen, im Mittel relativ kalt, sie enthält folglich wenig Energie. Das kann dazu führen, dass die Luft-Wärmepumpe vor allem im tiefen Winter wenig effizient arbeitet. Hinzu kommt: Luft-Wärmepumpen müssen sehr große Luftmengen umwälzen, um die erforderliche Heizleistung zu erreichen. Das kann trotz Schallschutz störende Brummtöne verursachen. Der Aufstellort sollte gut überlegt sein.

### Aufwendig, aber effizient

Erdwärmepumpen sind deutlich effizienter, aber sehr aufwendig zu installieren. Sie benötigen viel freie Fläche sowie einen geeigneten Untergrund und kommen daher nur bei größeren Grundstücken infrage. Die Geräte bekommen die Wohnung selbst bei schneebedecktem Boden und Frost ohne allzu großen Stromeinsatz mollig warm. Dabei machen sie sich zunutze, dass der Boden unterhalb von knapp einem Meter Tiefe das ganze Jahr konstant etwa zehn Grad Celsius hat. Bei der gängigsten Variante werden Heizschlangen, sogenannte Erdwärmekollektoren, in rund 1,5 Meter Tiefe im Garten verlegt. Wer den Garten nicht großflächig aufgraben lassen will, kann die Wärme auch mit bis zu 100 Meter tiefen Erdsonden aus dem Boden holen oder das Grundwasser anzapfen. Für beide Varianten muss auf jeden Fall vorher eine behördliche Genehmigung eingeholt werden, da unter anderem in Wasserschutzgebieten keine Glykolgemische im Erdreich erlaubt sind.

### Kosten im Vergleich

Da die Kosten verschiedener Wärmepumpen stark von den örtlichen Bedingungen abhängen, lassen sich nur grobe Richtwerte angeben. Zwei Beispiele: Bei Luft-Wärmepumpen variieren die durchschnittlichen Anschaffungskosten einschließlich nötiger Baumaßnahmen zwischen etwa 13.000 und 24.000 Euro. Die Preise für eine Erdwärmepumpe liegen zwischen 12.000 und 15.000 Euro. Dazu kommt ein finanzieller Aufwand für die Erschließung der Wärmequelle von etwa

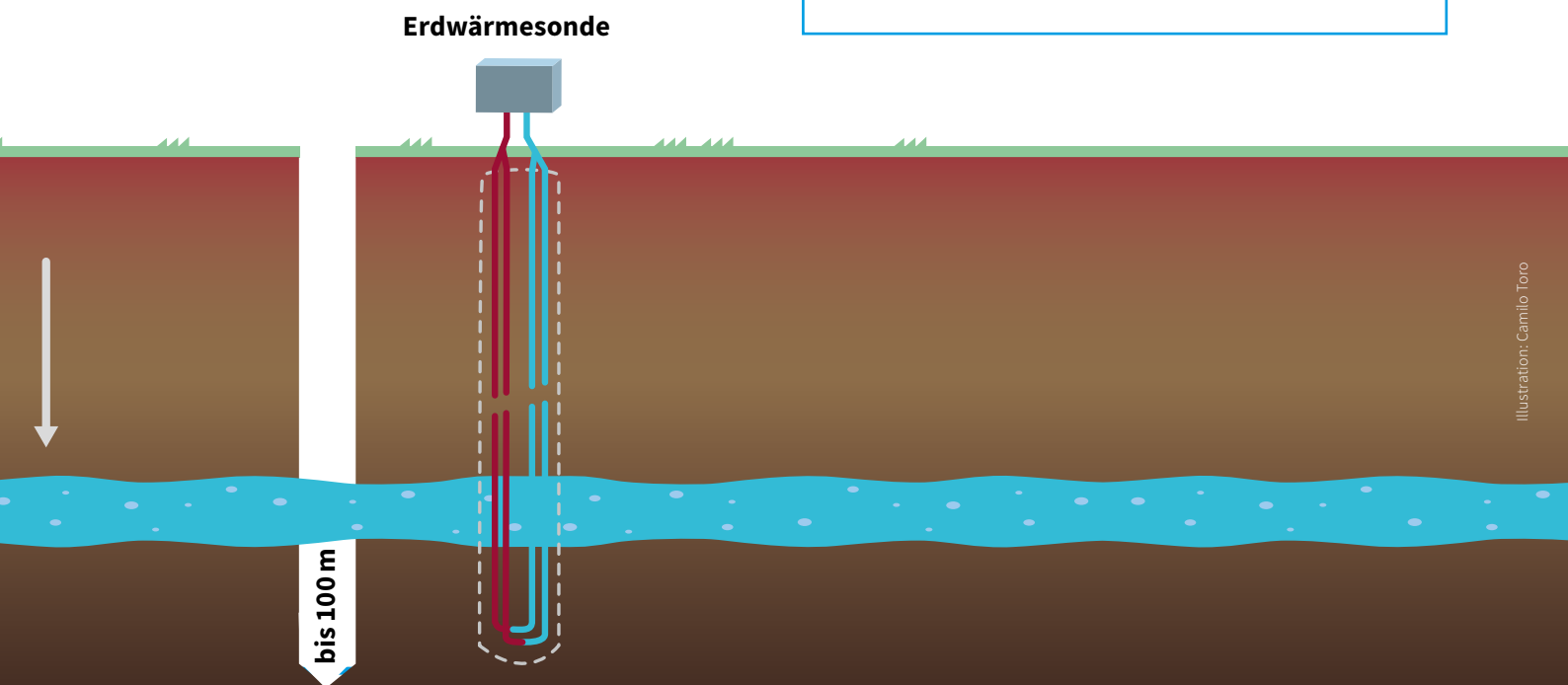
6.000 bis 12.000 Euro. Erdwärmekollektoren verursachen weniger Kosten als vertikale Erdsonden, benötigen aber eine größere Fläche. Neben den Anschaffungskosten sollten Bauherren auch die Betriebskosten im Blick behalten. Sie sind durch die höhere Effizienz bei Erdwärmepumpen im Durchschnitt geringer als bei Luft-Wärmepumpe.

Lohnt sich also eine Wärmepumpenheizung? „Im Prinzip, ja“, lautet die Antwort – wenn das Haus die Voraussetzungen erfüllt, die Heizung sorgfältig geplant ist und richtig dimensioniert wird. Bauherren und Sanierer sollten sich im Vorfeld am besten an einen Energieberater wenden: Er informiert sie, welches die ideale Lösung für sie ist und unterstützt sie beim Beantragen von Fördergeldern.

### ZUSCHÜSSE FÜR WÄRMEPUMPEN

Das Bundesamt für Wirtschaft und Ausfuhrkontrolle (BAFA) fördert unter anderem den Einbau von Wärmepumpen im Altbau, wenn sie bestimmte Effizienzanforderungen erfüllen. Als Einzelmaßnahmen werden Anlagen ab einem förderfähigen Mindestinvestitionsvolumen von 2.000 Euro (brutto) mit 35 Prozent bezuschusst. Wird eine ölbetriebene Heizungsanlage gegen eine Wärmepumpe ausgetauscht, kann ein zusätzlicher Bonus von 10 Prozent gewährt werden. Wer bei der Sanierung einen Energieberater hinzuzieht, kann unter bestimmten Bedingungen weitere 5 Prozent Förderung bekommen. Wenn der Einbau mit anderen Maßnahmen kombiniert wird, um einen KfW-Effizienzhaus-Standard zu erreichen, können Sanierer einen Kredit oder Zuschuss der Kreditanstalt für Wiederaufbau (KfW) erhalten. Für Wärmepumpen im Neubau gibt es keine Einzelförderung mehr, sie werden von der KfW im Rahmen der Förderung von KfW-Effizienzhäusern ab Juli 2021 unterstützt. Förderprogramme können sich kurzfristig ändern. Informieren Sie sich daher immer auf den Seiten der BAFA und KfW und fragen dort die aktuellen Fördermöglichkeiten ab.

[www.bafa.de](http://www.bafa.de) oder [www.kfw.de](http://www.kfw.de)





Seit 17 Jahren zeigt der leidenschaftliche Hobbyfotograf Jens L. Heinrich die schönsten Seiten der Stadt Wolfsburg.





# BILDSCHÖNES WOLFSBURG

**Jens L. Heinrich hat den fotografischen Blick. Seit 17 Jahren durchstreift der leidenschaftliche Hobbyfotograf die Stadt Wolfsburg, enthüllt ihre schönsten Seiten mit der Kamera. Eine Geschichte über Wolfsburgbilder, das Glück, Gutes zu tun, und persönliche Lieblingsplätze.**

Das Fotoarchiv von Jens L. Heinrich zählt mehr als 11.300 Wolfsburgbilder. Jedes einzelne ist nach Jahreszahl, laufender Nummer und dem Ort seiner Entstehung katalogisiert. Das Motiv mit der Nummer eins stammt vom 1. Mai 2003. Damals bekam der Wolfsburger, der bis dato nur sporadisch auf Reisen und in seiner Heimatstadt fotografiert hatte, zum Geburtstag seine erste Digitalkamera. Da machte es endgültig „klick“. Seitdem gibt es Jens L. Heinrich nicht mehr ohne Kamera. „Viele Leute denken, sie sei an meiner Hand angewachsen“, schmunzelt er. Das Modell hat im Laufe der Jahre mehrmals gewechselt, die Leidenschaft für das Fotografieren ist geblieben. Menschen lichtet der Vorsfelder, der hauptberuflich im Volkswagen-Vertrieb arbeitet, allerdings nie ab. Dafür umso lieber die Gesichter seiner Geburts- und Heimatstadt. Wohl kaum jemand kennt Wolfsburg besser als er. Er hat jeden Winkel erkundet, immer auf der Suche nach neuen Perspektiven und Motiven. „Wolfsburg wird oft als triste Industriestadt verkannt. Ich öffne den Menschen die Augen und zeige, dass die Stadt vielerorts sehenswert, abwechslungsreich und im wahrsten Sinne des Wortes bildschön ist“, berichtet Jens L. Heinrich. Das „L“ in seinem Namen steht übrigens für Leonhard. „Jens L. Heinrich hat sich irgendwann eingebürgert. So kennt man mich hier“, sagt er.

**50.000 Euro für die „Villa bunterkund“**  
Bekannt ist Jens L. Heinrich tatsächlich. Spätestens, seit er 2016 von den Lesern der Wolfsburger Nachrichten für seine Benefizkalender-Initiative zum „Wolfsburger des

Jahres“ gewählt wurde. Begonnen hat alles damit, dass er 2003 einen Kalender mit einer Auswahl seiner besten Wolfsburgbilder drucken ließ und zu Weihnachten an seine Verwandten verschenkte. Die Auflage: vier Stück. In den kommenden zehn Jahren führte er diese Tradition fort und wurde immer häufiger von Bekannten gefragt, ob er nicht mehr Kalender drucken und diese verkaufen wolle. „2013 habe ich es dann einfach ausprobiert. Eines war von Anfang an klar: Wenn ich das mache, möchte ich den Gewinn für eine gute Sache spenden“, erzählt der Hobbyfotograf. Ein Buchladen, der die Kalender zum Verkauf anbot, war ebenso schnell gefunden wie eine Einrichtung, die er unterstützen wollte: Die „Villa bunterkund“ am Klinikum Wolfsburg, in der schwer

## VORFREUDE AUF 2022

### HIER BEKOMMEN SIE DIE NEUEN WOLFSBURG-KALENDER

Vorfreude ist die schönste Freude: Bereits ab Juli 2021 sind die Benefizkalender von Jens L. Heinrich für das Jahr 2022 an folgenden Stellen erhältlich:

- Buchhandlung Thalia in der City-Galerie
- Buchhandlung Sopper in Vorsfelde
- Wolfsburg-Store am Hauptbahnhof
- Service-Center der Wolfsburger Nachrichten

**Online unter**  
**[www.wolfsburgbilder.de](http://www.wolfsburgbilder.de)**

kranke Kinder und ihre Familien zur Ruhe kommen und in wohnlicher Atmosphäre dem anstrengenden Krankenhausalltag entfliehen können.

## Drei Fotokalender zeigen Wolfsburg

Im ersten Jahr spendete Jens L. Heinrich aus den Erlösen seines Kalenders 1.840 Euro an die „Villa bunterkund“. Es war der Beginn einer Erfolgsgeschichte: Am 18. Februar 2021 überreichten Jens L. Heinrich und seine Ehefrau Simone ihren achten Spendenscheck an das Klinikum Wolfsburg. Die Höhe: 9.544 Euro. Das ist der bisherige Rekord. Insgesamt hat Jens L. Heinrich der „Villa bunterkund“ seit 2013 stolze 50.300 Euro gespendet. „Dass ich mit meinen Fotos so etwas bewirken kann, ist einfach unfassbar! Es macht mich wirklich, wirklich glücklich und motiviert mich jedes Jahr aufs Neue, die besten Motive für meine Kalender zu finden“, sagt er. Inzwischen bietet er neben dem klassischen Farbkalender auch eine Schwarz-Weiß- und eine Colorkey-Edition an. Letztere zeigt Schwarz-Weiß-Fotos, bei denen jeweils ein Detail farbig inszeniert und so zum Blickfang wird. Für alle seine Kalendervarianten wählt Jens L. Heinrich zwölf zum Stil passende Bilder aus.

## Die besten Fotos entstehen spontan

Seine Motive findet Jens L. Heinrich während seiner zahlreichen Exkursionen. Diese unternimmt er allein und meistens sehr spontan: „Die besten Bilder entstehen, wenn ich erst im Auto oder auf dem Fahrrad entscheide, wo ich hinfahre. Da folge ich meiner Intuition“, sagt er. Seine Bilder bearbeitet der Hobbyfotograf so gut wie nie. „Ich bin nicht gut in Photoshop. Deshalb fahre ich lieber zwanzigmal an denselben Ort, um das perfekte Foto zu schießen, anstatt am Rechner den Himmel auszutauschen, weil er mir nicht gefällt.“ Hier zeigt sich einmal mehr: Geduld wird belohnt! ▶

# LIEBLINGS ORTE

**Kleine Fluchten:  
Das sind Lieb-  
lingsplätze von  
Jens L. Heinrich**

Jeder hat sie: Orte, zu denen man immer wieder zurückkehrt, weil sie Energie, Ruhe und Lebenskraft spenden. Während der Corona-Zeit wirken sie mehr denn je fördernd, wenn es darum geht, Kraft zu tanken und Ausgleich zu finden. Wir haben Jens L. Heinrich gefragt: Was sind Ihre persönlichen Lieblingsplätze in Wolfsburg?



**HOCHBEHÄLTER NORDSTEIMKE**

**» Der Trinkwasser-Hochbehälter Nordsteimke ist ein echter Geheimtipp! Bedeckt von Feldern, Bäumen und Büschen eröffnet er einen wunderschönen Blick auf Wolfsburg. Bänke laden zum Verweilen ein, und man kann von hier aus zu herrlichen Spaziergängen aufbrechen. «**



**VELPKER SCHWEIZ**

**» Die Velpker Schweiz gehört schon zum Landkreis Helmstedt, aber ich möchte sie dennoch nennen, denn sie ist ein perfekter Ort, um zu entschleunigen! Die mit Wasser gefüllten Steinbrüche sind sehr weitläufig, und man kann hier wunderbar wandern und auch angeln. «**





» Das Naturschutzgebiet Vorsfelder Drömling liegt sozusagen vor meiner Haustür. Auf gekennzeichneten Wegen wandert man entlang der Aller und kann mit etwas Glück Rehe, Kraniche oder Störche beobachten. Hier tanke ich richtig auf! «

VORSFELDER DRÖMLING



NATURSCHUTZGEBIET ILKERBRUCH

» Der Ilkerbruch ist ein wunderschönes Naturschutzgebiet mit großen Wasserflächen. Hier leben und brüten viele Vogelarten. Es gibt einen sechs Kilometer langen Naturerlebnispfad und Vogelbeobachtungsstationen. Ein tolles Erlebnis auch für Kinder! «



KLIEVERSBERG

» Der 110 Meter hohe Kliewersberg am Stadtwald ist mein absoluter Lieblingsplatz in Wolfsburg! Ich kann nicht mehr zählen, wie oft ich hier schon war, um zu fotografieren oder einfach nur den Blick über die Stadt schweifen und die Seele baumeln zu lassen. «

## SPENDENAKTION

**Die Facebook-Spendenaktion der LSW geht 2021 in eine neue Runde. Alle zwei Monate dürfen sich drei Vereine oder Institutionen aus dem LSW-Netzgebiet über einen Zuschuss freuen.**

Die Facebook-Nutzer entscheiden, welche gemeinnützigen Organisationen in diesem Jahr eine Spende von der LSW erhalten. Alle zwei Monate können sie auf der Facebook-Seite der LSW unter dem aktuellen Spendenaufruf im Kommentarfeld einen Verein oder eine Institution für eine Spende vorschlagen. Zu nennen sind der Name, die Mannschaft und der Spendenzweck. Wichtig: Jeder der sechs Aktionsmonate steht im Zeichen einer Kategorie. Im Februar und August gingen beziehungsweise gehen Sportvereine, im Juni und Dezember gemeinnützige Institutionen für Bildung und Kultur und im April und Oktober Organisationen aus dem Bereich Umwelt und Soziales ins Rennen.

### Jeder Finalist gewinnt

Nach den Vorschlägen geht es an die Auszählung: Die drei Vereine, Mannschaften oder Institutionen, die in der Kommentarleiste am häufigsten genannt wurden, treten an einem Stichtag in einem separaten Klickduell gegeneinander an. In diesem entscheidet sich, wer die höchste Spendensumme von 500 Euro ergattert. Keiner der drei Finalisten geht leer aus. Die Zweit- und Drittplatzierten im Klickduell erhalten von der LSW jeweils 250 Euro.



Die LSW und die Teilnahmebedingungen finden Sie unter [www.facebook.com/lswholding](https://www.facebook.com/lswholding)

# PUTZEN MIT ORANGE & ESSIG

**Braucht man zum Putzen immer teure Spezialreiniger – oder tun es auch Omas Hausmittel? Für den Alltagscheck hat unser Redakteur Jonas den Test gemacht – und dabei ungewöhnliche Tricks für sich entdeckt.**

Kernseife, Natron, Soda, Essig und etwas Zitronensäure sollen angeblich eine ganze Drogerie ersetzen. Das verspricht zumindest das Buch, das ich mir neulich gekauft habe. Aber noch bin ich skeptisch: Lassen sich meine dreckigen Sportschuhe und die verkrusteten Essensreste im Backofen mit einer selbst gemischten Paste wieder zum Glänzen bringen? Könnten die zahllosen Spezialreiniger im Drogeriemarkt sprechen, würden sie sicher im Chor rufen: „Nein, niemals!“ Ich will herausfinden, ob ich die vielen „Experten“ wirklich brauche. Im Waschkeller, hinter sich türmenden Wäschebergen, bewahren wir unsere Putzmittel in einem Schrank auf: Glasreiniger, Rohrreiniger, Scheuermilch, Teppichreiniger und Pflegemittel für den Parkettboden. Neben dem Waschpulver sind vier kleine Plastikfläschchen mit Fleckensalz aufgereiht. Mich überkommt das schlechte Gewissen. Hier lagern wir nicht nur eine Menge Plastikmüll, sondern auch ein Chemielabor. Laut dem Bundesumweltamt sind vor allem Duftstoffe, antibakterielle Inhalts- und Konservierungsmittel sowie Tenside schädlich für die Umwelt, aber auch für den Menschen. Ich fasse einen Entschluss: Putzen muss auch ohne Chemie gehen. Oder etwa nicht?

## **Backpulver fürs Klo**

Als meine Frau am nächsten Morgen ins Büro aufbricht, nehme ich mir vor, das mal auszuprobieren. In meinem schlaun Buch heißt es, Natron und Zitronensäure eignen sich als umweltschonendes Putzmittel für so ziemlich alles. Da ich kein reines Natronpulver habe, nehme ich Backpulver. Darauf hat schon meine Oma geschworen. Ich verstreue das weiße Pulver in der Toiletenschüssel und lasse es zehn Minuten einwirken. Es zischt. Ist das ein gutes Zeichen? Ich nehme die Klobürste zu Hilfe und staune. Sämtliche Kalkablagerungen haben sich gelöst. Und auch die Fugen zwischen den Wandkacheln lassen sich mit Backpulver

und Zitronensaft ganz leicht reinigen. Mein selbst gemachter Glasreiniger überzeugt mich allerdings nicht. Schon beim Zubereiten ahne ich, was sich bald bestätigen wird: Der Mix aus Orangenschalen und Essig bringt zwar das Spiegelbild wieder zum Vorschein, aber das gesamte Bad stinkt jetzt nach Salatdressing. Vom Spiegel wandert mein Blick zum Waschbecken. Neuerdings fließt das Wasser nur noch sehr langsam ab. Kurz denke ich an den Rohrreiniger, aber es muss eine andere Lösung her.

## **Magie mit Cola-Flasche**

Ich greife zum Handy und gebe „verstopfter Abfluss“ ein. Die Suchmaschine spuckt un-



2019 gaben  
die Deutschen  
**2,3 MRD.**  
Euro für Putz-  
mittel aus.



Ob Orangenschalen zum Glasreinigen, geriebene Kernseife als Waschmittel oder Natron für saubere Schuhe: Mit natürlichen Hausmitteln lässt sich Schmutz oft genauso gut entfernen wie mit herkömmlichen Reinigern. Sie sind nicht nur günstiger, sondern auch umwelt- und gesundheitsschonend.



Fotos: Evi Ludwig

## PUTZEN MIT CHEMIE: FAST SO WIE RAUCHEN

Jeder deutsche Haushalt besitzt rund 15 verschiedene Putzmittel. Dabei kann die regelmäßige Verwendung von zu vielen chemischen Reinigern gesundheitsschädigend sein. Eine Langzeitstudie der Universität Bergen ergab, dass Menschen, die regelmäßig zu aggressiven Reinigern greifen, eine deutlich schwächere Lunge haben als Leute, die nur selten putzen. Besonders erschreckend: Bei Putzkräften war der Lungenschaden genauso groß wie bei einem Raucher, der seit 20 Jahren täglich eine Schachtel Zigaretten konsumiert. Also besser umwelt- und gesundheitsschonende Putzmittel nutzen.

zählige Tipps und Tricks aus. Mein Interesse gilt aber einem Youtube-Video, in dem ein Mann seinen Abfluss mithilfe einer PET-Flasche frei bekommt. Das sieht so simpel aus, dass ich es gleich mal ausprobieren.

Gut, dass wir noch eine leere Cola-Flasche haben, denn Plastikflaschen schaffen es nur noch selten in unseren Haushalt. Die Flasche fülle ich, wie geheißen, mit warmem Leitungswasser. Mit einer Hand halte ich das Überlaufloch zu, mit der anderen stülpe ich die volle Flasche auf den Abfluss. Jetzt ein paar Mal zudrücken – und tatsächlich, als ich die Flasche anhebe, fließt das Wasser tadellos ab. Das ist natürlich keine Magie, wie der Youtuber in dem Video erklärt, sondern Physik: Durch den erzeugten Unterdruck wird der Abfluss kräftig durchspült und das Rohr von Haaren und Ablagerungen befreit. Als ich zum dritten Mal an meinen dreckigen Sportschuhen im Flur vorbeischleiche, nehme ich auch diese Baustelle in Angriff. Ich erinnere mich, dass wir als Kinder unsere Schuhe für den Nikolaus mit Zahnpasta geputzt haben. Mit etwas Wasser verdünne ich die weiße Paste und reibe sie mit einer Zahnbürste auf meine schmutzigen Treter. Zunächst entsteht nur

dreckige Schmiere. Erst nach mehrmaligem Abspülen und Einschäumen bin ich zufrieden: Die Schuhe sehen zwar nicht „wie neu“ aus, sind aber erstaunlich sauber. Ein Blick auf die Inhaltsstoffe der Zahnpasta verrät mir: Natriumhydrogencarbonat. Natron scheint wirklich eine Allzweckwaffe zu sein, und obwohl dieses Geheimnis schon meiner Oma bekannt war, haben sich die vielen bunten Fleckenteufel durchgesetzt. Für mich steht fest: Es geht auch ohne Chemie. Einige Hausmittel haben mich schon überzeugt. Und ich möchte weitere austesten.

### Nachhaltig waschen

Aus dem Keller höre ich, wie die Waschmaschine zu schleudern beginnt. Gibt es eigentlich auch umweltfreundliche Alternativen für Waschpulver? Ich schlage in meinem Buch nach: Alles, was ich für saubere Wäsche brauche, sind Soda und Kernseife. Beides bekomme ich sicher im Unverpackt-Laden um die Ecke. Auf jeden Fall aber möchte ich dort eine große Packung Natronpulver kaufen. Zwar tun es auch Omas Hausmittel, aber meine Frau würde sich wohl wundern, wenn ständig das Backpulver aus ist.

# GENUSS VON DER STANGE

**Grüner Spargel ist geschmacklich eine Wucht und obendrein sehr gesund. Das nussige Aroma macht diese Spargel-Variationen zu Gerichten für jede Gelegenheit.**

## ASIATISCHES SPARGELHÄHNCHEN

- 1** Hähnchenbrust in Stücke schneiden. Ingwer sehr fein hacken und mit 30 ml Sojasoße verrühren. Das Hähnchenfleisch damit zwei Stunden marinieren.
- 2** Grünen Spargel im unteren Drittel schälen. Spargelspitzen abschneiden und beiseitelegen. Rest schräg in längere Stücke schneiden. Möhren in dünne, 5 cm lange Streifen schneiden. Zuckerschoten diagonal halbieren. Frühlingszwiebeln in feine Ringe schneiden.
- 3** Sesamöl in einer Pfanne erhitzen, Hähnchenbrust portionsweise darin rundherum goldbraun braten und beiseitestellen.
- 4** Anschließend das Gemüse im Bratenfett

dünsten. Es sollte noch knackig sein. Spargelspitzen erst zum Ende der Garzeit zufügen.

**5** Gemüsebrühe mit restlicher Sojasoße mischen und Speisestärke damit anrühren. Zum Gemüse geben und aufkochen lassen. Hähnchenbrust unterheben und kurz erhitzen.

**6** Je nach Geschmack mit Salz und Pfeffer nachwürzen. Gericht mit fein geschnittener Frühlingszwiebel und Schwarzkümmel garnieren.

Als Beilage eignet sich Basmatireis.

**Zeitaufwand:** 70 Minuten (ohne Marinierzeit)

**Nährwerte pro Portion:** 206 kcal, 863 kJ



### Zutaten (für 4 Personen)

- 250 g grüner Spargel
- 16 Kirschtomaten (rot und gelb)
- 3 EL + 4 TL Olivenöl
- Salz
- frisch gemahlener Pfeffer
- einige Spritzer grüner Tabasco
- 75 g Parmesan
- 25 g Pinienkerne
- 8 Scheiben Baguette oder Ciabatta, Kresse





Fotos: Evi Ludwig, Sarah Treyz & Mariko Godec

### Zutaten (für 4 bis 6 Personen)

- 600 g Hähnchenbrustfilet
- 10 g Ingwerwurzel
- 90 ml helle Sojasoße
- 500 g grüner Spargel
- 2 Möhren
- 100 g Zuckerschoten
- 2 Frühlingszwiebeln
- 3 EL Sesamöl
- 200 ml Gemüsebrühe
- 2 TL Speisestärke
- Salz, Pfeffer, Schwarzkümmel

## SPARGEL-BRUSCHETTA

- 1 Grünen Spargel im unteren Drittel schälen, in mundgerechte Stücke schneiden.
- 2 3 EL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und Spargel darin 6 bis 7 Minuten dünsten. Mit Salz, Pfeffer und Tabasco abschmecken, Spargel abkühlen lassen.
- 3 Parmesan reiben, Pinienkerne ohne Fett rösten und mit dem Spargel mischen.
- 4 Brot leicht tosten, mit 1/2 TL Olivenöl pro Scheibe beträufeln und die Spargel-Käse-Mischung darauf verteilen. Zum Schluss mit Kresse und Tomaten garnieren.

**Zeitaufwand:** 20 Minuten

**Nährwerte pro Portion:** 287 kcal, 1 201 kJ

# RÄTSEL

**Kreuzwörterrätsel lösen und gewinnen: Einfach die Buchstaben aus den Kästchen mit den Zahlen in der nummerierten Reihenfolge zusammensetzen – fertig ist das Lösungswort.**

Verlangen, Begierden	▼	Überkopfball beim Tennis	unnötig lange Strecke	▼	▼	Wenduruf beim Segeln	Salz der Weinsäure
Grundstoff	▶	5		2			
afrikanische Raubkatze	▶			3		Haushaltspläne	
	1		griechischer Buchstabe		persönliches Fürwort	4	
Weglänge des Kolbens		Ausruf des Ekels	▶				
„heilig“ in portug. Städtenamen	▶			Wappentier			
			6		chem. Zeichen für Tantal		
ersatzweise		Furcht	▶				

## FENSTERSAUGER GEWINNEN

Finden Sie die richtige Antwort. Wir verlosen drei Kärcher Akku-Fenstersauger WV 6 Plus mit 100 Minuten Akkulaufzeit und wechselbarer Absaugdüse. Schicken Sie uns eine Postkarte oder faxen bzw. mailen Sie uns die Lösung:



**LSW – Stichwort Rätsel**

**38432 Wolfsburg**

**Fax: 05361 189-3709**

**E-Mail: kommunikation@lsw.de**

**Einsendeschluss ist der 30. April 2021**

Die Lösung des letzten Gewinnspiels (Bilderrätsel): **5**

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. Der Versand der Gewinne erfolgt nur innerhalb Deutschlands. Diese Teilnahmebedingungen gelten für alle Gewinnspiele in diesem Heft.

Hinweis zum Datenschutz: Alle personenbezogenen Daten werden ausschließlich zum Zwecke aller im Magazin enthaltenen Gewinnspiele erfasst und verwendet und nach Ablauf der Verlosung gelöscht. Mehr zum Datenschutz unter: [www.lsw.de](http://www.lsw.de)

# ÖKO STROM

Für nur

**1€**

mehr pro Monat\*

Sauberer Strom für eine saubere Region. Unser Ökostrom – gut für das Klima und für Ihren Geldbeutel.

\* Für nur 1 Euro mehr im Monat bekommen Sie in Verbindung mit einem Sondervertrag 100 Prozent Strom aus erneuerbaren Energien. Weitere Informationen finden Sie unter [www.lsw.de/strom/oekostrom/](http://www.lsw.de/strom/oekostrom/).



**WIR SIND DIE ENERGIE!**

**LSW**