

LSW MAGAZIN

01 | 2018



DAS WAHRE LEBEN

Fotoausstellung
im Kunstmuseum
Wolfsburg

LSW

AUTOSTROM

Ob unterwegs oder zu Hause – unsere einfachen, günstigen und flexiblen Ladelösungen machen E-Mobilität zu einer runden Sache.



Mit **LSW AUTOSTROM** laden Sie Ihr Elektroauto unterwegs mit 100% Ökostrom ganz einfach an einer von fast 5.000 öffentlichen Ladestationen. Wenn Sie Ihr Auto an einer Ladesäule unserer E-Roaming-Partner laden, gelten für Sie immer die Preise unseres LSW AUTOSTROM – ganz egal, ob Sie in Hamburg, München, Berlin oder Wolfsburg unterwegs sind. Mit der kostenlosen App eCharge (iOS/Android) schalten Sie ganz einfach den Tankvorgang an einer der Ladesäulen frei. Die Abrechnung erfolgt ganz bequem über Ihr LSW AUTOSTROM-Kundenkonto.

Einfache Abrechnung

Noch bequemer und günstiger geht's bei Ihnen zu Hause. Mit unserer **LSW WALL-BOX** können Sie Ihr Auto zu Hause laden, zum Beispiel über Nacht. Die Wallbox kos-

tet 599 Euro inklusive Umsatzsteuer und hat eine Leistung von 11 Kilowatt, damit verkürzt sich die Ladezeit deutlich. Die Wallbox wird einfach von einem Elektriker Ihrer Wahl bei Ihnen zu Hause installiert und schon kann es losgehen. Die Installation ist lediglich vor Einbau bei der LSW Netz GmbH & Co. KG anzumelden.

Und mit unserem Ökostrom-Angebot **LSW AUTOSTROM ZUHAUSE** können Sie Ihr Elektroauto rund um die Uhr zu Hause zu sehr günstigen Konditionen aufladen. Die Stromlieferungen erfolgen auch hier mit 100% Ökostrom über eine separate und unterbrechbar eingerichtete Messeinrichtung.

Haben wir Ihr Interesse geweckt? Dann sprechen Sie uns einfach an! Mehr Informationen finden Sie unter www.lsw.de/autostrom

AUTOSTROM

Informieren Sie sich auf unserer Veranstaltung

Donnerstag, 20. April 2018, im WNT-Kundenzentrum um 18 Uhr.
Anmeldungen bitte bis zum 13. April 2018 an vertrieb@lsw.de
Die Teilnehmerzahl ist auf 30 Personen beschränkt.

WIR SIND FÜR SIE DA



KUNDENZENTRUM WOLFSBURG

Heßlinger Straße 1 – 5
38440 Wolfsburg
Telefon: 05361 189-3600
Fax: 05361 189-3699

KUNDENZENTRUM GIFHORN

Steinweg 68
38518 Gifhorn
Telefon: 05371 802-2253
Fax: 05371 802-2103

KUNDENZENTRUM WITTINGEN

Bahnhofstr. 29 – 33
29378 Wittingen
Telefon: 05831 27-0
Fax: 05831 27-111

SERVICEPUNKT SCHLADEN

Harzstr. 26
38315 Schladen
Telefon: 05335 224
Fax: 05335 6739

Jürgen Hüller,
Geschäftsführer
LSW Energie



» Wir stehen bereit, die neuen Mobilitätsanforderungen für unsere Region umzusetzen. «

INHALT

04

AUF ZU DEN QUELLEN

Am 3. Juni geht es zu Fuß oder per Rad in den Wolfsburger Wald

06

SCHARFE TYPEN

Fünf Tipps, welcher Fernseher perfekt zur WM passt

08

AUSSTELLUNG

Das Kunstmuseum Wolfsburg präsentiert Robert Lebeck

11

MODERNE ZÄHLER

Alte Stromzähler werden durch moderne Messeinrichtungen ersetzt

12

WASSERHAHN AUF

Die Qualität unseres Trinkwassers ist erstklassig

14

FRÜHLINGSLUST

Zwei köstliche Rezepte mit leckerem Kräutern

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, Andrea Melichar, Birgit Wiedemann, trurnit Hamburg GmbH (Verlag), Friesenweg 5/1, 22763 Hamburg

Druck: hofmann infocom, Nürnberg

DIE ELEKTROMOBILITÄT

wird in der Region Gifhorn-Wolfsburg schon in den nächsten Jahren einen bedeutenden Platz einnehmen. „Bis 2025 sollen 50 Prozent des Kfz-Zulassungsbestandes in Wolfsburg aus Elektrofahrzeugen bestehen und eine entsprechende Ladeinfrastruktur geschaffen werden“, sagt eine Studie zur Elektromobilität der Stadt. Die LSW ist ein wichtiger Teil des Umbaus auf umweltverträgliche Mobilität vor Ort. Nur ein Beispiel ist unser Angebot rund um AUTOSTROM, das sämtliche Dienstleistungen der LSW zur Elektromobilität bündelt: Fahren mit Ökostrom, öffentliche Lademöglichkeiten, aber auch unsere LSW WALLBOX, das steht für unser Unternehmen im Fokus.

Außerdem lade ich Sie ein, die tollen Angebote des Frühlings und Frühsommers in der Region zu genießen. Verpassen Sie nicht die großartige Fotoausstellung rund um Robert Lebeck im Kunstmuseum. Lauschen Sie der Musik in der Konzertreihe „Unser Aller Festival“ im Landkreis Gifhorn und nehmen Sie teil an der alljährlichen „Brunnen und Quellenwanderung“. Wir wünschen Ihnen viel Spaß dabei.

**Ihr
Jürgen Hüller**

Wasser aus unterschiedlichen Brunnen und Quellen bieten abwechslungsreichen Trinkgenuss und eine willkommene Erfrischung.



! ABLESER GESUCHT

Zum Ablesen der Heizkostenverteiler sowie der Strom- und Wasserzähler sucht die WDZ noch Mitarbeiter. Das Ablesen der Heizkostenverteiler startet Ende April 2018 und dauert rund vier Wochen. Die Strom- und Wasserzähler werden Anfang Juni 2018 in einem Zeitraum von zwei Wochen abgelesen. Gern informiert die WDZ Sie über die Ablesetätigkeit telefonisch unter **05361 189-3600**. Vorbereitete Bewerbungsbögen erhalten Sie im LSW-Kundenzentrum in der Heßlinger Straße 1-5 am Empfang. Sie können sich die Bewerbungsbögen auch einfach online herunterladen: www.wdz.de



WIR GRATULIEREN!

Zwei Gutscheine des Designer-Outlets gingen an Petra Ebert aus Wolfsburg und Ulrich Kroll aus Gifhorn. Die richtige Lösungszahl des Sudokus war 18. Überreicht wurden die Gutscheine von Marco Misiti, LSW-Teamleiter Marketing (Mitte). Den dritten Gutschein gewann Michael Krüll aus Wolfsburg. Herzliche Glückwünsche von der LSW an alle Gewinner. Wir wünschen viel Spaß beim Einkaufen!

AUF GEHT'S

Bei der Tour durch den Wolfsburger Wald können Naturfreunde viel Interessantes entdecken.

AUF ZU DEN QUELLEN

Zu Fuß oder per Rad machen wir uns am 3. Juni auf zu den Brunnen und Quellen im Wolfsburger Wald.

Traditionell am ersten Juniwochenende, in diesem Jahr zum 39. Mal, startet die Brunnen- und Quellenwanderung in Wolfsburg. Organisiert von LSW und Stadtforst Wolfsburg findet die Wanderung terminlich zum Tag der Umwelt statt. Am Sonntag, den **3. Juni 2018** geht's wieder um 10 Uhr los, Treffpunkt ist der Eingang des VW-Bads, wo der gemischte Chor aus Tappenbeck sowie die Organisatoren alle Naturfreunde begrüßen werden. Zu Fuß oder per Rad machen sich die Teilnehmer auf die 2 bis 2,5 stündigen Touren durch den Wolfsburger Stadtwald. Am Zielpunkt „Drei Steine“ ist für Verpflegung und Getränke gesorgt. Mehr Informationen unter www.lsw.de/brunnen-und-quellen

Anna Depenbusch tritt im Kulturzentrum Meinersen auf.



GEWINNSPIEL

Wir verlosen für jede Veranstaltung je 1x2 Karten. Senden Sie eine Mail an **kommunikation@lsw.de** mit dem Stichwort: „Unser Aller Festival“ sowie dem Interpreten. Einsendeschluss: 20. April 2018.
VIEL GLÜCK!



FESTIVAL FÜR ALLE

„Unser Aller Festival“ – soviel Doppeldeutigkeit muss sein. Hier, also nahe der Aller, gibt es für (fast) alle Musikgeschmäcker etwas zu hören und zu sehen.

„Unser Aller Festival“, veranstaltet vom Kollektiv 4 e.V., unterstützt von der LSW und weiteren Sponsoren, steht für programmatische Vielfalt, regionale Verbundenheit und kurzweiliges Vergnügen im Landkreis Gifhorn. Es beginnt Ende Mai und läuft mit regional und überregional bekannten Interpreten an verschiedenen Veranstaltungsorten im Landkreis bis Anfang Juni 2018. Das Festival ist für alle Altersgruppen konzipiert. Die Veranstaltungen im Einzelnen:

- Freitag, 25. Mai 2018
LIEDFETT
im Kultbahnhof Gifhorn
 - Samstag, 26. Mai 2018
ANTJE SCHOMAKER
im Kultbahnhof Gifhorn
 - Montag, 28. Mai 2018
ANNA DEPENBUSCH
im Kulturzentrum Meinersen
 - Dienstag, 29. Mai 2018
TINGVALL TRIO
im Kulturzentrum Meinersen
 - Mittwoch, 30. Mai 2018
RENÉ MARIK
in der Stadthalle Wittingen
 - Donnerstag, 31. Mai 2018
ALTE BEKANNTE
in der Stadthalle Wittingen
 - Samstag, 2. Juni 2018
STAATSORCHESTER BRAUNSCHWEIG
im Schlosshof Gifhorn
 - Sonntag, 3. Juni 2018
JIM KNOPF MUSICAL
im Schlosshof Gifhorn
 - Sonntag, 3. Juni 2018
HEINZ RUDOLF KUNZE
im Schlosshof Gifhorn
- Weitere Infos und der Ticketverkauf unter **www.allerfestival.de**

LIVE UND IN FARBE – LSW VOR ORT

Unser Messteam steht Ihnen mit Rat und Tat zur Seite: Marco Misiti, Marina Bartels und Tobias Göring



Am 21. und 22. April 2018 können Sie uns in Velpke und in Wittingen auf unseren Messe-Ständen besuchen. Bei der Velpker- und auch bei der Nordkreismesse steht der AUTOSTROM, also unsere Produkte und Dienstleistungen rund um die E-Mobilität im besonderen Blickpunkt. Wir präsentieren auch unsere klassischen Produkte LSW INDIVIDUALSTROM und LSW FIXGAS sowie unsere Energiedienstleistungen, das heißt insbesondere Energieberatung, Thermografie sowie die Öltankentsorgung.

Mehr Informationen unter: **www.lsw.de**



Die Fußball-WM kommt – viel Spaß beim sparsamen Fernsehen.

SCHARFE TYPEN

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

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.

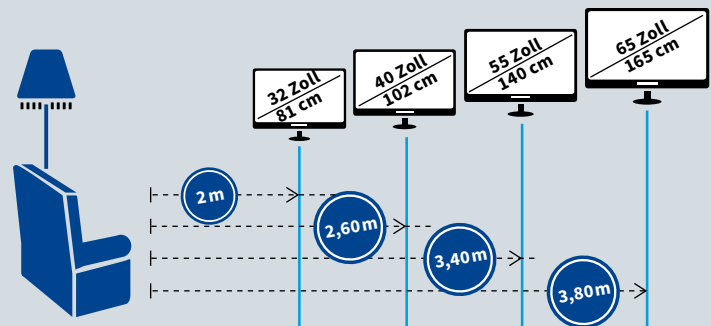


Fotos: Getty Images - Dmytro Aksonov

FUSSBALL ÜBERALL

Vom 14. Juni bis zum 15. Juli findet in Russland die Fußball-WM 2018 statt. Mit der richtigen Technik lassen sich die Tore auch unterwegs sehen. Steht keine Internet-, WLAN- oder Kabelverbindung zur Verfügung, überträgt ein TV-Tuner für DVB-T/T2 (ab 20 Euro) das Spiel per USB-Stick und Antenne auf Laptop, Tablet oder Smartphone. In Camping-Fernsehern ist der Tuner bereits eingebaut, sie werden über den 12-Volt-Anschluss eines Fahrzeugs betrieben. Auch manche Navigationsgeräte ermöglichen TV-Empfang, schalten ab einer bestimmten Geschwindigkeit jedoch ab. Beste Bildqualität liefert das Satellitensignal DVB-S, portable Sat-Anlagen im Transportkoffer enthalten alles, was der Fan zum Empfang braucht. **Mehr unter: www.dvbt2hd.de**

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.

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

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 Sendehinhalte 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.

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.

... 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.



Das Bild mit Diana Rigg und Curd Jürgens gehört zu den Exponaten aus dem Fundus des ehemaligen Stern-Reporters Robert Lebeck.

DAS WAHRE LEBEN

Genau 50 Jahre ist es her, als die wilden 68er Jahre einen gesellschaftlichen Umschwung markierten. Heute präsentiert das Kunstmuseum Wolfsburg Bilder eines Chronisten dieser Zeit: Fotoreporter Robert Lebeck. Damals hatte er die Welt inklusive Wolfsburg im Blick.



Dr. Ralf Beil, Direktor des Kunstmuseums Wolfsburg, betrachtet die neue Reihenfolge der Bilder und ist nun zufrieden. Denn das Porträt des legendären Künstlers Joseph Beuys blickt jetzt von einer markanten Position in Richtung der anderen Bilder der Fotoserie aus dem Jahr 1968 über die Kasseler „documenta“. Unterstützt von Matthias Heitbrink, dem Leiter Art-Handling, ordnet der Direktor seit einer halben Stunde Bilder des renommierten Fotografen Robert Lebeck in diesem Raum neu. Vorbereitung für die Ausstellung „Robert Lebeck. 1968“ im Kunstmuseum Wolfsburg. Gleich neben dem Beuys-Porträt ist auch die Aufnahme „Familie Beuys im Sonntagsstaat“ zu finden. Aber ebenso berühmte Fotos, wie das der trauernden Jackie Kennedy beim Begräbnis ihres Schwagers, dem ermordeten Senator Robert Kennedy.

Die Bilder führen durch die Ausstellung

Direktor Beil erklärt, worum es beim sogenannten „Hängen“ geht: „Vor allem ist es wichtig Bilder so in Beziehung zueinander zu bringen, dass sie den Betrachter einleuchtend durch die Ausstellung führen und im besten Falle zusammen eine Geschichte erzählen.“ Noch stehen die gerahmten Fotos auf dem Boden, genaue Maße und Anweisungen kleben für die Museumshandwerker an der Wand. Diese sind einige Räume weiter damit beschäftigt, ein überdimensionales Foto an die Wand zu kleben.

Auch am Eingang empfangen Großfotos über die gesamte Wandfläche den Museumsbesucher. Zusammen mit einer Sound-Collage, die zwischen Heintje-Geträllere und Vietnam-Hubschrauberlandung schwankt, stimmen sie den Betrachter auf die damalige Zeit ein – eine Zeitmaschine. Die Kuratoren konzentrieren sich auf

» Beim „Hängen“ kommt es darauf an, die Bilder eine Geschichte erzählen zu lassen. «

Dr. Ralf Beil, Direktor des Kunstmuseums Wolfsburg

1968 im Werk von Robert Lebeck, das Jahr der Rebellion und des Aufbegehrens. Das ist durchaus mutig, denn Lebeck sagte einmal über diese Zeit: „Das Jahr der Studentenunruhen fand ohne mich statt.“ Denn er war anderswo unterwegs. Von 24 Reportagen, die er 1968 für den Stern fotografiert hat, sind Bilder vom Prager Frühling, vom Leben geschiedener Frauen, von der Beerdigung Robert Kennedys, vom Papsbesuch in Bogota, vom 30. Geburtstag Wolfsburgs, von der documenta und vom beginnenden Nordirland-Konflikt in der Ausstellung präsentiert. Warum Lebecks Bilder trotzdem die Zeit



Oben: Dr. Ralf Beil und Matthias Heitbrink bei der Vorbereitung der Fotoausstellung.

► widerspiegeln, erklärt Ralf Beil: „Er hat nicht die Bilder von den russischen Panzern fotografiert, die den Prager Frühling niederschlagen. Aber wir zeigen Fotos von ihm, die den tatsächlichen Prager Frühling zeigen. Nämlich das beginnende Aufbegehren auf Kundgebungen und während einer Rede von Rudi Dutschke in Prag.“ Robert Lebeck erfasst mit seinen Bildern das wahre Leben. Das Urteil des Museumsdirektors: „Robert Lebeck ist ein starker Fotojournalist, der die Kunst beherrscht, das Momentum des Augenblicks einzufangen. Er schafft Bilder, die uns einerseits mitten ins Geschehen katapul-

» Um störende Spiegelungen zu vermeiden, präsentieren wir die Lebeck Fotos ganz bewusst in glaslosen Rahmen. «

Matthias Heitbrink, Leiter Art-Handling

tieren, uns andererseits aber auch darüber nachdenken lassen: Was steckt hinter dem Ereignis?“ Dreimal brachten Fotoaufträge den Reporter nach Wolfsburg. Meist begleitet von Textautoren, die die Stadt oft abfällig beschrieben. Ganz anders Robert Lebeck. Er streifte mit offenen Augen durch die Stadt, lichtete das Leben vorurteilsfrei ab – wie man seinen Bildern ansieht. Die vielen unveröffentlichten Fotos, die die Kuratoren sichten, zeigen dass Lebeck beileibe kein Erfüllungsgehilfe einer Redaktion war, sondern ein guter Beobachter mit einem Gespür für die Menschen und Sinn für das Alltägliche. Ein sensibler Chronist.

Aus dem Archiv

Indem die Kuratoren Beil und Dr. Alexander Kraus vom Institut für Zeitgeschichte und Stadtpräsentation der Stadt Wolfsburg auch viele unveröffentlichte Fotos aus dem Archiv ans Tageslicht geholt haben und diese in Zusammenhang mit den gedruckten Stern-Reportagen stellen, arbeiten sie den Fotografen Robert Lebeck als eigenständigen Bildautoren heraus.

Auch für Wolfsburg-Liebhaber ist die Ausstellung erhellend, ganz im Gegensatz zu der damals gegenüber der jungen Stadt zuweilen herablassende Berichterstattung, hält Lebeck das angenehme Leben fest: das Badevergnügen im zu dieser Zeit fortschrittlichen VW-Bad, die moderne Architektur der damaligen Neubausiedlung Detmerode, die Proteste junger Leute gegen das militärische Rahmenprogramm des 30-jährigen Stadtfestes. Laut Kurator Kraus haben die Proteste „der Aufarbeitungsgeschichte der NS-Zeit in Wolfsburg den entscheidenden Anstoß gegeben“. Das aktuelle Auftauchen eines dieser Lebeck-Fotos war übrigens der Auslöser für die derzeitige Ausstellung. Die nicht nur für Wolfsburger empfehlenswert ist.

KONTAKT

KOMMEN SIE VORBEI!

Die Ausstellung „Robert Lebeck. 1968“ können Sie noch bis zum 22. Juli im Kunstmuseum Wolfsburg, Hollerplatz 1, 38440 Wolfsburg besichtigen. Weitere Informationen bekommen Sie telefonisch unter **05361-2669-0** oder im Internet unter **www.kunstmuseum-wolfsburg.de**

BALD WIRD'S SMART

Die LSW Netz ist Ihr grundzuständiger Messstellen- und Netzbetreiber. Das Messstellenbetriebsgesetz schreibt vor, dass wir unsere Kunden schrittweise mit einer modernen Messeinrichtung ausstatten.

Der Gesetzgeber will mit der Einführung moderner Messeinrichtungen die Ziele der Energiewende erreichen. Ein wichtiges Ziel der Energiewende ist die Verbesserung der Energieeffizienz. Dank moderner Messeinrichtungen erhalten Sie einen besseren Überblick über Ihren Stromverbrauch. Sie sollen so angeregt werden, mit Energie bewusster umzugehen und Ihre Energieversorgung effizienter zu machen.

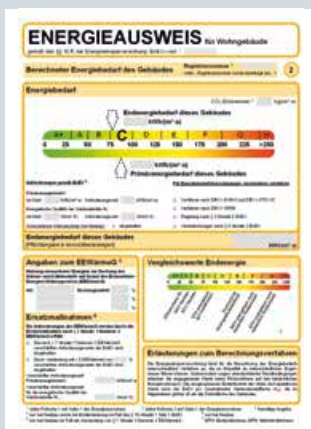
Moderne Messeinrichtungen sind digitale Stromzähler. Mit ihrer momentanen Leistungsanzeige wird der Energieverbrauch eindeutiger dargestellt, die tatsächliche Leistungsaufnahme einzelner Stromverbraucher kann bestimmt werden. Moderne Messeinrichtungen werden grundsätzlich bei allen Stromkunden mit einem Stromverbrauch von bis zu 6.000 Kilowattstunden pro Jahr und Einspeisern mit einer installierten Leistung bis 7 Kilowatt eingebaut und ersetzen die bisherigen



Mehr Informationen zum Thema finden Sie unter www.lsw-netz.de/strom/smart-meter/

Zähler. Als Ihr Messstellenbetreiber setzen wir uns rechtzeitig mit Ihnen in Verbindung und stimmen den Zählerwechsel ab. Der Messgerätewechsel selbst ist für Sie kostenlos. Wir haben bereits mit dem Einbau moderner Messeinrichtungen begonnen. Die komplette Umstellung der Messeinrichtungen auf die neue Technik muss bis Ende des Jahres 2032 abgeschlossen sein.

Das Entgelt für den Messstellenbetrieb moderner Messeinrichtungen beläuft sich zurzeit auf 20 Euro (inklusive Mehrwertsteuer) pro Jahr, der Gesetzgeber hat diese Preisobergrenze festgelegt. Zum Vergleich beläuft sich das Entgelt für Messstellenbetrieb für einen „alten“ Zähler für 2018 auf 12,80 Euro (inklusive Mehrwertsteuer) pro Jahr. In der Regel haben Sie mit Ihrem Stromlieferanten einen Vertrag abgeschlossen, der diese Preise bereits berücksichtigt. Erfahrungsgemäß ändert sich somit nichts für Sie, es entstehen Ihnen keine weiteren Kosten.



Brauchen Sie einen neuen Energieausweis? Unsere Experten helfen Ihnen weiter.

AUSWEIS VORZEIGEN

Energieausweise sind ein wichtiges Instrument bei Vermietung, Neubau oder Verkauf einer Wohnung oder eines Hauses. Energieausweise wurden in der Vergangenheit entweder auf Basis des Bedarfs oder auf Basis des Verbrauchs einer Immobilie ausgestellt. Die Energieausweise haben eine Laufzeit von zehn Jahren, einige laufen also in diesem Jahr ab. Immobilienbesitzer, die sich 2008 für den kostengünstigen Verbrauchsausweis entschieden haben müssen jetzt genau schauen, ob ihre Immobilie noch die Bedingungen für

den Verbrauchsausweis erfüllen. Dies gilt zum Beispiel für Gebäude, mit weniger als fünf Wohnungen, die nicht der Wärmeschutzverordnung von 1977 entsprechen. Um auf der sicheren Seite zu sein, sollten sich Interessenten an die Energieberater vom Technischen Kundenservice der LSW wenden. Sie können Ihnen genau sagen, welcher Energieausweis für Sie in Frage kommt und gegebenenfalls einen neuen Energieausweis für Sie erarbeiten. Mehr Informationen finden Sie unter

www.lsw.de/energieberatung

DAS HAT ES IN SICH

Das meiste Wasser verbrauchen wir, ohne es je zu sehen. Denn den Wasserfußabdruck, den die Produkte unseres Alltags verursachen, haben wir oft nicht im Blick.

Rund 120 Liter Leitungswasser verbrauchen wir Deutschen jeden Tag fürs Wäschewaschen, Duschen, Trinken oder Geschirrspülen. 1990 waren es noch 150 Liter. Da haben wir schon einiges erreicht. Allerdings vergessen wir gern, dass auch jede Menge Wasser in den Produkten unseres Alltags steckt. Virtuelles Was-

ser nennt man die Ressource, die für Herstellung und Transport von Waren benötigt wird, die oft aus Regionen kommen, in denen sauberes Wasser ohnehin knapp ist. Gut 4000 Liter des versteckten Nass verbraucht jeder Deutsche täglich. Allein beim Frühstück können leicht 700 Liter und mehr zusammenkommen.



SINNVOLL WASSER SPAREN

Tipps, wie Sie Ihren Wasserfußabdruck verkleinern, finden Sie hier www.energie-tipp.de/wasserbilanz

ORANGENSAFT

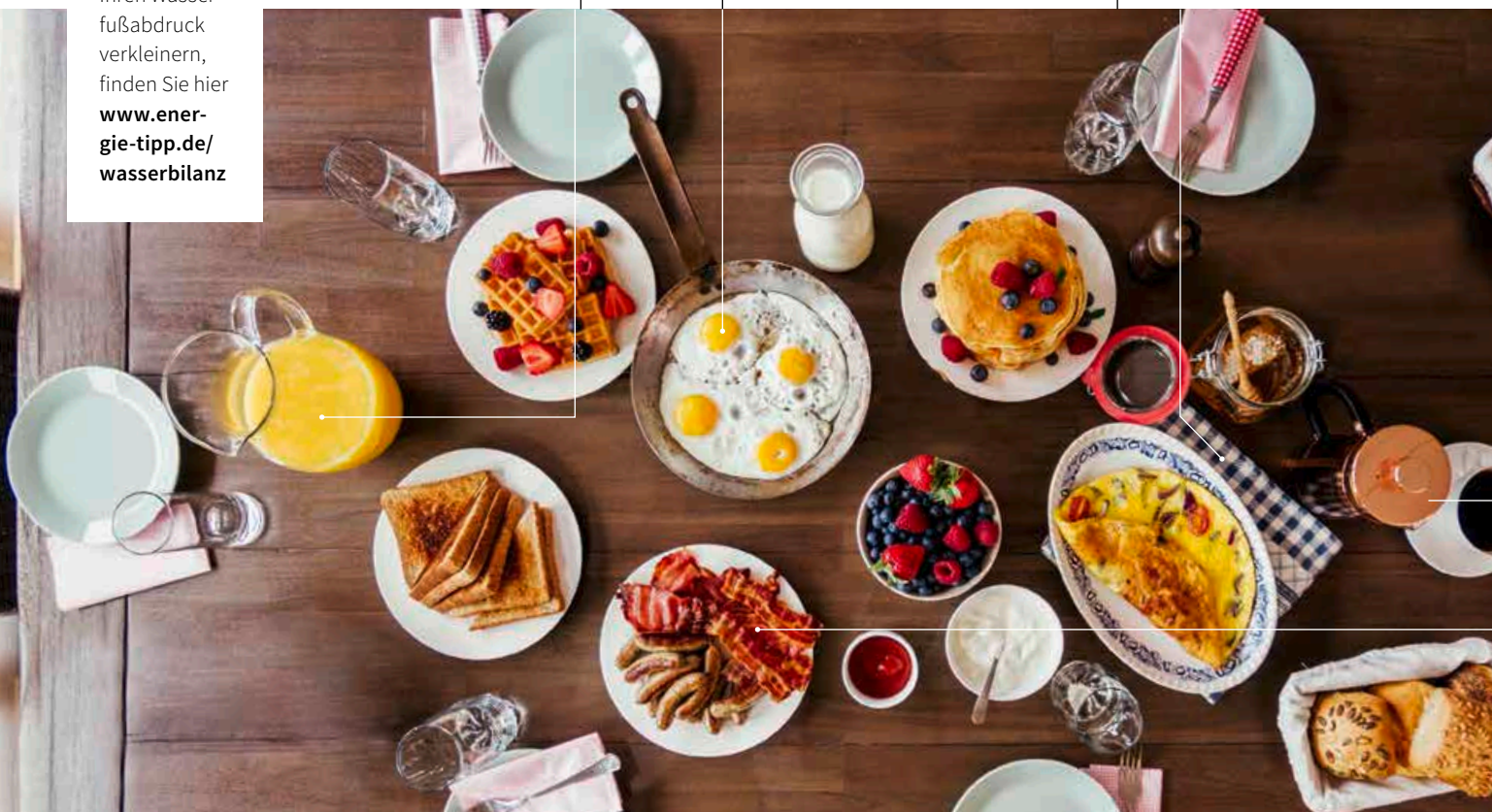
Ein Glas O-Saft enthält durchschnittlich rund 220 Liter virtuelles Wasser. Seinen Wasserfußabdruck verkleinert, wer Saft aus italienischen Orangen trinkt. Auf afrikanische Ware besser verzichten, dort ist noch mehr Bewässerung nötig.

EIER

Nahrungsmittel aus tierischen Produkten haben einen besonders hohen Wasserbedarf. So sind in einem Frühstücksei etwa 200 Liter Wasser versteckt. Der größte Teil davon geht auf die Haltung und Fütterung der Hühner zurück.

BAUMWOLLE

Baumwolle ist sehr empfindlich und im Anbau extrem wasserintensiv. Bei einer Stoffserviette (150 Gramm) beziffert sich allein die Stoffproduktion auf 1650 Liter. Das sind zwölf volle Badewannen!



KAFFEE

Bis der Wachmacher in der Tasse landet, ist einiges an Aufwand nötig. Die Kaffeepflanzen müssen bewässert, die Produktionsmaschinen gereinigt und die Bohnen verarbeitet werden. Das macht ca. 130 Liter virtuelles Wasser pro Tasse.

SPECK

170 Liter Wasser hat es gekostet, bis eine Scheibe Speck (35 Gramm) auf dem Frühstückstisch landet. Diese Zahl setzt sich zusammen aus dem Wasser für den Anbau des Schweinefutters, das Schlachten und die Weiterverarbeitung.



Fotos: Getty Images - GMWozd / istock - Imgorthand



Sinkt der Wasseranteil im Körper um
0,5%
signalisiert das Gehirn Durst.

BESSER GEHTS NICHT

Unser Trinkwasser ist erstklassig. Wasserhahn auf, Glas drunterhalten und trinken – das ist hierzulande bedenkenlos möglich.

Statt voller Elan in den Frühling zu starten, fühlen Sie sich ausgelaugt und schlapp? Manchmal hilft schon ein ganz simpler Trick gegen die Frühjahrsmüdigkeit: ausreichend trinken. Etwa zwei Liter Flüssigkeit sollte ein erwachsener Mensch über den Tag verteilt zu sich nehmen. Bei körperlicher Aktivität, Hitze oder bei Krankheit kann der tatsächliche Bedarf auch höher ausfallen.

Das Getränk der Wahl ist für viele Wasser – und das darf hierzulande gerne direkt aus der Leitung kommen. Denn Trinkwasser ist das in Deutschland wohl meistkontrollierte Lebensmittel.

Strenge Richtwerte

Die Qualitätsvorgaben hat der Gesetzgeber, genauer das Bundesministerium für Gesundheit, in der Trinkwasserverordnung definiert. Klar, farblos, geruchlos, geschmacklich einwandfrei und ohne jegliche gesundheitsschädigende Eigenschaften muss der Durstlöcher aus dem Hahn sein. Den hohen Anforderungen wird Trinkwasser aus Deutschland mehr als gerecht. Das bestätigt der Trinkwasserbericht des Bundesministeriums für Gesundheit und des Umweltbundesamts jedes Jahr aufs Neue.

Ob die Trinkwasserverordnung eingehalten wird, überprüfen die Gesundheitsämter. Chemische und bakteriologische Untersuchungen garantieren beste Wasserqualität. Wird ein Grenzwert überschritten, schlägt das zuständige Amt Alarm und ordnet Maßnahmen an. Der Wasserversorger bereitet das Trinkwasser dann gründlich auf, bis es rein ist.

Beste Qualität

Auch die Hausbesitzer tragen Verantwortung für die Qualität. Sie müssen dafür sorgen, dass das vom Versorger angelieferte Trinkwasser nicht durch veraltete oder beschädigte Rohre beeinträchtigt wird. Zudem sind sie verpflichtet, das Wasser in vermieteten Mehrfamilienhäusern mindestens alle drei Jahre auf Legionellen untersuchen zu lassen.

All diese Maßnahmen stellen sicher, dass man sich in Deutschland das Schleppen von schweren Wasserkisten sparen kann. Denn direkt aus dem Hahn kommt Wasser von bester Qualität.

FRÜHLINGS LUST

Gesund, lecker und vielfältig – frische Kräuter peppen jedes Gericht auf. In den Rezepten von Foodbloggerin Nina werden die grünen Alleskönner zu Hauptdarstellern.

ROTE-BETE-RISOTTO MIT BRUNNENKRESSE UND SCHOLLE

Und so wird's gemacht:

- 1** Für das Risotto die Zwiebel schälen und fein hacken. Die Rote Bete schälen und in sehr kleine Würfel schneiden. Öl erhitzen und beides darin anschwitzen.
- 2** Den Reis unterrühren. Brühe angießen, bis der Reis bedeckt ist. Ist die Flüssigkeit eingekocht, nach und nach Brühe zugeben, bis der Reis in 30 bis 40 Minuten gar ist. In den letzten 10 Minuten immer wieder umrühren.
- 3** Öl in einem kleinen Topf erhitzen, Kresse darin leicht erwärmen. Wein zugeben und etwas einkochen lassen. Beiseite stellen.
- 4** Die Fischfilets waschen, abtupfen, mit Zitronensaft beträufeln und 5 Minuten ziehen lassen. Erneut abtupfen. Beidseitig salzen, pfeffern und in Mehl wenden.
- 5** In der Pfanne Butterschmalz zerlassen. Filets von beiden Seiten jeweils etwa 4 Minuten braten.
- 6** Parmesan und Kresse unter das Risotto rühren. Alles anrichten.



Das brauchen Sie (für 4 Personen):

- | | |
|-------------------------------------|---------------------------------|
| 1 Zwiebel | Salz, Pfeffer |
| 2 Knollen Rote Bete | 50 g frisch geriebener Parmesan |
| 2 EL Olivenöl | 8 Schollenfilets |
| 250 g Risottoreis | Saft von ½ Zitrone |
| 750–950 ml Gemüsebrühe | etwas Mehl |
| 50 g gehackte frische Brunnenkresse | Butterschmalz |
| 100 ml Weißwein | |

Das brauchen Sie (für 4 Personen):

750 g mehlig kochende Kartoffeln	Salz
180 g doppelgriffiges Mehl (Dunst)	150 g Ziegenfrischkäse
45 g Hartweizengrieß	70 g Bergkäse, gerieben
1 Ei, 1 Eigelb	frisch gemahlener Pfeffer
Muskatnuss	3–4 EL frischer Estragon
	1 Zwiebel
	600 g Champignons
	Olivenöl
	60 g Butter
	etwas frisch gehobelter Parmesan
	Petersilie zum Bestreuen

KÖSTLICHE REZEPTE

von Foodbloggerin Nina
gibt es auf www.chocoman.de.wordpress.com

MIT ZIEGENFRISCHKÄSE UND ESTRAGON GEFÜLLTE GNOCCHI

Und so wird's gemacht:

- 1 Kartoffeln waschen, schälen und in Salzwasser in rund 20 Minuten gar kochen.
- 2 Den Ziegenfrischkäse zerdrücken, etwas Wasser zugeben und das Ganze cremig rühren. Geriebenen Bergkäse, Pfeffer und Estragon untermischen. Aus der Masse etwa 1 cm große Kügelchen formen und kühl stellen.
- 3 Kartoffeln abgießen und durch eine Kartoffelpresse in eine Schüssel drücken. Kartoffelmasse mit Mehl, Grieß, Ei, 1 TL Salz und Muskat zu einem glatten Teig verkneten.
- 4 Den Teig zu einer Rolle mit einem Durchmesser von etwa 3 cm formen und davon 3 cm lange Stücke abschneiden. Diese leicht flach drücken, je eine Käsekugel darauf legen und mit dem Teig umhüllen.
- 5 Zwiebel schälen und fein würfeln. Champignons mit einem Küchentuch abreiben, den Stielansatz abschneiden. Je nach Größe halbieren oder vierteln.
- 6 Olivenöl in einer Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen, Zwiebeln kurz anschwitzen, Champignons dazugeben und von allen Seiten anbraten.
- 7 In einem Topf gut zwei Liter Wasser zum Kochen bringen und salzen. Die Gnocchi hineingeben und so lange ziehen lassen, bis sie vom Topfboden nach oben steigen.
- 8 Butter in einem Stieltopf langsam zerlassen und leicht bräunen.
- 9 Gnocchi mit einer Schaumkelle aus dem Topf holen, abtropfen lassen und auf Tellern anrichten. Mit der gebräunten Butter übergießen und mit Parmesan bestreuen. Dazu gebratene Champignons reichen und mit frischer Petersilie bestreuen.

WM RUSSIA 2018 GEWINNSPIEL

**Sind Sie ein Fußball-Fan?
Kennен Sie sich aus? Dann
sind unsere drei Fragen zur
Fußball-Weltmeisterschaft
ja ganz einfach!**

1

Wie heißt das offizielle WM-Maskottchen?

2

Wie lautet der Name des Stadions, in dem am 15. Juli in Moskau das Endspiel der WM stattfinden wird?

3

Wie viele Mannschaften haben sich für die WM qualifiziert?

GRILL ZU GEWINNEN

Finden Sie die richtigen Antworten. Wir verlosen drei elektrische Kompaktgrills Optigrill plus von Tefal. Schicken Sie uns eine Postkarte oder faxen bzw. mailen Sie uns die Lösungen:



LSW – Stichwort Rätsel
38432 Wolfsburg
Fax: 05361 189-3709
E-Mail: kommunikation@lsw.de

Die LSW ermittelt die Gewinner durch Losentscheid. Eine Barauszahlung der Gewinne ist nicht möglich. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Ebenfalls ausgeschlossen sind Sammeleinsendungen sowie die Teilnahme über Gewinnspielvereine und automatisierte Dienste.

Einsendeschluss ist der 20. April 2018

Die Lösung des letzten Gewinnspiels: 18



TOP LOKALVERSORGER 2018



WIR SIND DIE ENERGIE!

LSW