

SYNERGIE

DAS SERVICE-JOURNAL DER STADTWERKE FELLBACH

Miträtseln
und ein
Stabmixer-Set
gewinnen!



Live im Park

Musik vom Feinsten präsentieren Bands
wie VincentVarus – bei freiem Eintritt

Stadtwerke-Fellbach-Stiftung

So engagieren sich die Stadtwerke
in der Kinder- und Jugendarbeit



SWF

STADTWERKE
FELLBACH

Ringstraße 5
70736 Fellbach
Tel. Zentrale 0711 575 43 0
Telefax 0711 575 43 88
info@stadtwerke-fellbach.de
www.stadtwerke-fellbach.de

SERVICE

Kundenservice
0711 575 43 210
Kundenservice Gewerbe
0711 575 43 2110

Stromstörungen
0711 575 43 70

Gas- und Wasserstörungen
0711 578 11 11

ÖFFNUNGSZEITEN UND TELEFONISCHE BERATUNG

Mo – Mi 8:00 – 16:30 Uhr
Do 8:00 – 17:30 Uhr
Fr 8:00 – 13:00 Uhr
Fr Zahlungen am Kassensautomat ab 7:30 Uhr

WIR SIND FÜR SIE DA

Gerhard Ammon, Geschäftsführer
0711 575 43 24

Stephan Rost, Kaufmännischer Betriebsleiter
0711 575 43 33

Timo Schlotz, Technischer Betriebsleiter
0711 575 43 52

Jan Durchdewald, Kundenberater
0711 575 43 7553

Sabine Sorg, Kommunikation und Marketing
0711 575 43 19

Manuel Matzen, externer Energieberater
Energieberatungs-Sprechstunde
Di bei den SWF 13:00 bis 16:00 Uhr
Do im Rathaus 15:00 bis 18:00 Uhr

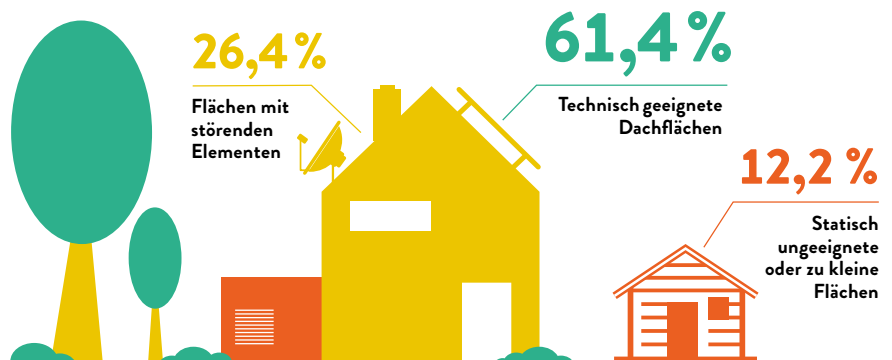
Bitte vorab einen Termin vereinbaren:
0711 575 43 69,
energieberatung@stadtwerke-fellbach.de

Impressum

Verantwortl.: Gerhard Ammon,
Geschäftsführung, Verlag: trurnit
GmbH, Curiestraße 5, 70563
Stuttgart, Redaktion: Sabine Sorg
(SWF), Beate Härter, Johanna
Trommer (trurnit), Titelbild: Fabio
Jock, Druck: Bonifatius GmbH,
Paderborn



So viele Dachflächen eignen sich für Photovoltaik



Quelle: Agora Energiewende, basierend auf greenventory (2023)

Deutschlands Dachflächen sind mit rund 6700 Quadratkilometern etwa 2,5-mal so groß wie das Saarland. Rund 61 Prozent dieser Fläche eignen sich für die Montage von Photovoltaikanlagen. Bei gut einem Viertel der Flächen sind Störelemente wie Schornsteine oder Satellitenschüsseln im Weg. Nur circa zwölf Prozent sind statisch ungeeignet oder zu klein.

Energieverbrauch auf Rekordtief

DER ENERGIEVERBRAUCH in Deutschland ist 2023 auf einen Tiefstand gefallen. Er sank im Vergleich zum Vorjahr um knapp acht Prozent und lag um mehr als ein Viertel unter dem bisherigen Höchststand von 1990. Das hat die Arbeitsgemeinschaft (AG) Energiebilanzen errechnet. Grund dafür sei vor allem die geschrumpfte Wirtschaftsleistung gewesen. Besonders die energieintensiven Industriezweige verzeichneten Produktionsrückgänge, was sich spürbar auf den Energieverbrauch ausgewirkt habe. Durch die wärmere Witterung sei zudem der Bedarf an Raumwärme gesunken, erklärten die Analysten.

Recht auf Reparatur

EU-BÜRGER erhalten künftig bei defekten Produkten ein „Recht auf Reparatur“. Das hat das EU-Parlament beschlossen. Verkäufer beziehungsweise Hersteller werden verpflichtet, innerhalb der Garantiezeit eine kostenlose Reparatur anzubieten – es sei denn, diese ist teurer als ein Austausch oder faktisch unmöglich. Nach der Reparatur verlängert sich die Garantie um ein Jahr. Die Regelung gilt für schwere Haushaltsgeräte wie Kühlschränke und Geschirrspüler, aber auch für Smartphones, Tablets oder Fahrräder. Bis zum Anfang vom Ende der Wegwerfgesellschaft wird es allerdings noch mindestens bis zum zweiten Halbjahr 2025 dauern: EU-Parlament und Ministerrat müssen sich zunächst auf einen gemeinsamen Gesetzesentwurf einigen. Danach haben die nationalen Regierungen 18 Monate Zeit, diesen umzusetzen.



Foto: stock.adobe.com – karrastock



Foto: stock.adobe.com – snaphofreddy

Solarenergie boomt wieder

BEIM AUSBAU DER PHOTOVOLTAIK kommt Deutschland schneller voran als geplant und hat 2023 das von der Bundesregierung gesteckte Ziel von neun Gigawatt übertroffen. Bis Ende des Jahres gingen rund eine Million neue Solaranlagen mit etwa 13 Gigawatt Leistung in Betrieb. Rund drei Viertel der Leistung entfielen auf Dachanlagen, ein Viertel auf Freiflächenanlagen wie Solarparks. Mit dem Ausbaurekord 2023 erlebt der Solarsektor eine erstaunliche Wiederbelebung. Der bisherige Höchstwert stammt aus dem Jahr 2012. In den Folgejahren brach der Zubau ein, da die Fördermittel gekürzt wurden. Ein Grund für den Solaraufschwung sind die gesunkenen Preise, zum Beispiel für Balkon-Solaranlagen. In den kommenden Jahren soll das Ausbautempo weiter erhöht werden. Das Erneuerbare-Energien-Gesetz schreibt vor, dass der Ertrag aus Sonnenenergie schrittweise steigt: 13 Gigawatt sollen bundesweit 2024 hinzukommen, 18 Gigawatt in 2025 und 22 Gigawatt in 2026. Ziel ist es, die Leistung bis 2030 auf 215 Gigawatt zu erhöhen.



Foto: stock.adobe.com – Niklaus Häfner, Nik

Energetische Sanierung steuerlich geltend machen

SPAREN BEIM SANIEREN: Wer seine Immobilie 2023 energetisch saniert hat, kann die Kosten bei der Steuererklärung für das Jahr geltend machen. Insgesamt lassen sich 20 Prozent der Kosten, verteilt über drei Jahre, von der Steuerschuld abziehen – bis zu einem Höchstbetrag von 40 000 Euro. Die Steuerermäßigung gibt es für den Einbau von Wärmedämmungen oder die Erneuerung von Fenstern, Außentüren und Heizungen. Die Immobilie muss mindestens zehn Jahre alt sein und die Eigentümer müssen selbst darin wohnen. Außerdem darf die Sanierungsmaßnahme nicht gleichzeitig staatlich gefördert und steuerlich begünstigt werden.

Wir haben bei Kundinnen und Kunden nachgefragt, mit welchen Verkehrsmitteln sie in den Urlaub fahren.



ISABELLA SAUER, FELLBACH

„Ich fliege im Sommer nach Cariati, einer Stadt in Kalabrien. Für das Flugzeug habe ich mich entschieden, weil ich möglichst viel Zeit direkt vor Ort verbringen möchte. Und für die Strecke von circa 1 600 Kilometern bräuchte ich mit dem Auto mindestens 17 Stunden.“



WILLI KOLLROSS, FELLBACH

„Das Wohnmobil ist meine erste Wahl. Sobald ich in das Fahrzeug einsteige, beginnt für mich der Urlaub. Zudem bin ich unabhängig und kann dabei die Natur genießen. Auch macht die detaillierte Planung eines Roadtrips im Vorfeld viel Spaß und steigert die Urlaubsfreude.“



CONSTANZE BOLLINGER, FELLBACH

„Wir sind zu zweit und mit einem Hund an die Nordsee gefahren und haben dort viel Seeluft getankt. Das Auto hat sich angeboten, weil wir so mit dem Hund flexibler waren. Im Sommer bleibe ich zu Hause, weil es hier auch schön ist und es viel zu erleben gibt, etwa Live im Park.“

Satte SOUNDS ...

... und beste Beats gibt's in diesem Sommer wieder bei **LIVE IM PARK** mit zehn Konzerten exquisiter Bands.

Ja, sie sind Stromversorger, aber sie können auch anders: Vom 4. Juli bis 5. September zeigen die SWF immer wieder donnerstags ab 18.30 Uhr bis 21.30 Uhr im Park vor der Schwabenlandhalle, wie sie die Stadt auch durch Live-Musik und

Partystimmung elektrisieren können. Es ist bereits die vierte Runde für das Fellbacher Open-Air-Festival „Live im Park“, das 2019 zur Remstal-Gartenschau Premiere feierte. Natürlich gilt auch diesmal: Freier Eintritt für alle! ■



Brozzo



Brothers in Arms



WER WANN DIE BÜHNE ROCKT:

4. Juli: La Diri

Fünf Köpfe für ein – Halleluja? Wer weiß! Die Jungs von La Diri glänzen durch ihre Vielseitigkeit und verstehen es, die Massen zu begeistern, mit einem Repertoire, das von Stevie Wonder über Marteria bis hin zu Santana und Kings of Leon reicht.

11. Juli: The Bang Bags

Achtung: Glockenröcke an, Schmalz in die Haare und die Sonnenbrille nicht vergessen. Mit ihrer Rock'n'Roll-Live-Show entführen die Vollblutmusiker von The Bang Bags mit Klavier, Saxophon, Gitarre, Kontrabass und Schlagzeug in die wilden Fünfziger.

18. Juli: Brozzo

Und jetzt noch mal auf Schwäbisch: Brozzo heizt garantiert allen ein und lässt als Schwabenrock-Band vor allem die hiesigen Herzen höher schlagen. Da kommt der „King of em Feldweg“ vorbei und trifft auf „Mir Schwoba“. Des wird schee!

25. Juli: Time Warp

Die Cover-Band holt heiße Hits der Rock- und Popgeschichte auf die Bühne und lässt sie wieder aufleben – alles echt, alles handgemacht! Von den Achtzigern bis heute reicht der Flug durch die Zeiten, natürlich non-stop und garantiert mit Turbulenzen.

1. August: The Boss Brothers

Bock auf Bruce Springsteen? Na, dann: Die Tribute-Band The Boss Brothers huldigt mit ihrem Programm der amerikanischen Rockikone und bringt den Springsteen-Sound auf mitreißende Weise rüber.

8. August: Hiss

Sie wissen, was sie tun, und sie tun es mit Leidenschaft und Menschlichkeit. Nach 2798 Konzerten wissen die Jungs von Hiss, wie sie ihre Gäste auf Touren bringen. Sei gefasst auf eine kühne Mischung aus Walzer und Blues, Folk und Ska, Polka und Roll.

15. August: Too Late

Wer's Vollgas mag, ist hier richtig. Nichts für schwache Nerven. Die Band Too Late spielt neben Rockstandards auch eigene Coverversionen, darunter Songs von Bands wie Greenday, Blur und Foo Fighters. Ihr Motto: Rock'n'Roll und fertig.

22. August: Tune Circus

Das wird ein großer Zirkus: Die vier Musiker von Tune Circus lassen mit einer Mischung aus Alternative, Pop, Indie und elektronischen Klängen kaum Wünsche offen. Manege frei ab 20 Uhr! Als Vorband ab 18.30 Uhr: Das Trio Atomic Lobster.

29. August: Brothers in Arms

Wer hat, der kann: Mit über zwanzig Jahren Erfahrung und mehr als eintausend Live-Shows sind die Brothers in Arms alte Hasen mit scharfer Munition. Ihre Tribute-Shows reißen mit, auf der ganzen Welt.

5. September: Vincent Varus

Mit seiner fünfköpfigen Live-Band begeistert Vincent Varus seit 2022 das Publikum Süddeutschlands, mit einem gefühlvollen Mix aus englischem Pop und Funk-Einflüssen. So geht der Sommer unter die Haut.

MEHR ZU

Live im Park

WWW.STADTWERKE-
FELLBACH.DE

WÄRMEPUMPE

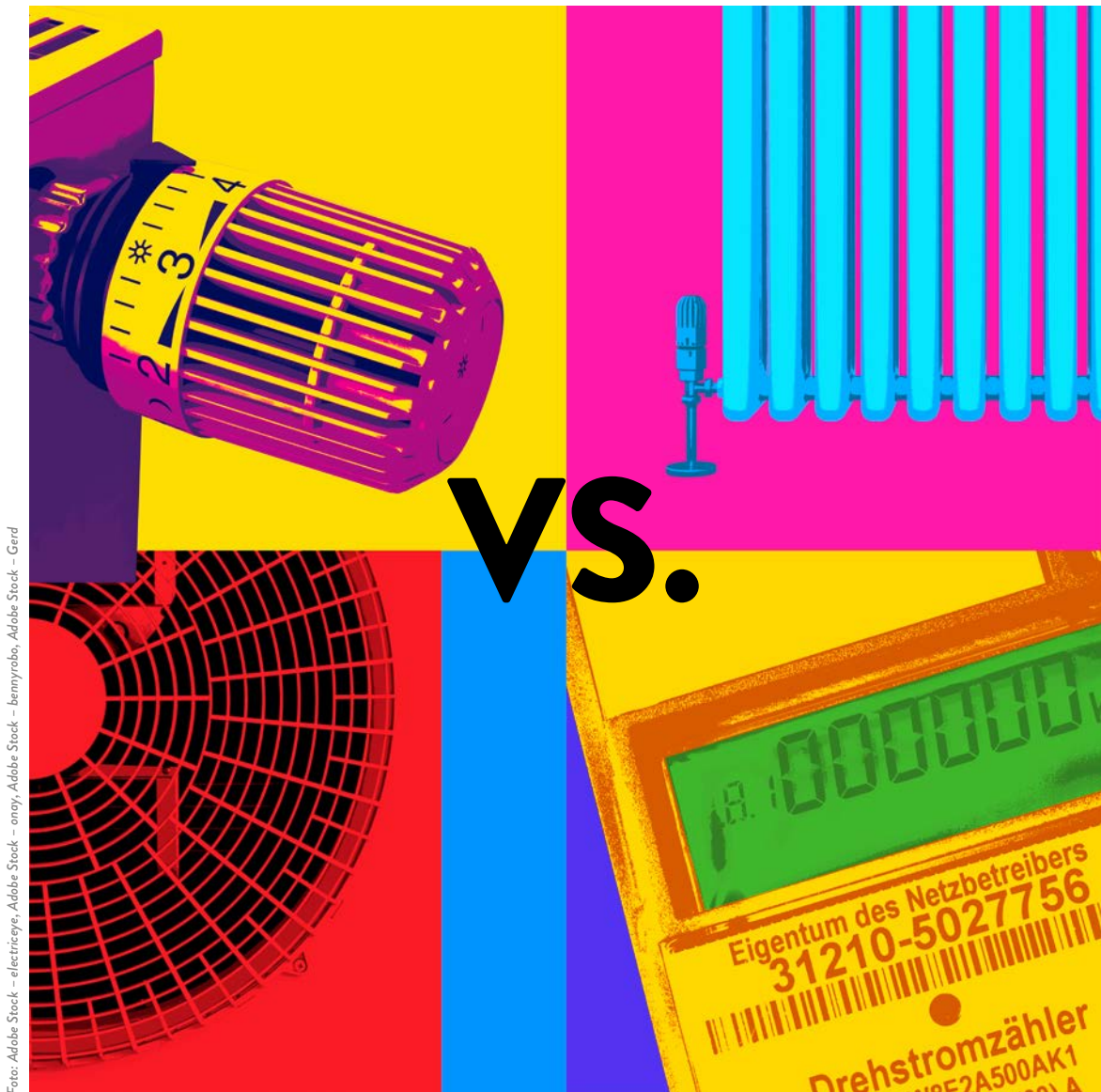


Foto: Adobe Stock - electriceye, Adobe Stock - onny, Adobe Stock - bemyrobo, Adobe Stock - Gerd

GASHEIZUNG

Viele Hauseigentümer fragen sich, was langfristig wirtschaftlicher ist: der Einbau einer neuen Wärmepumpe oder einer Gasheizung?

Ein Kostenvergleich.



MEHR INFOS ZUM THEMA

Mit dem überarbeiteten Gebäudeenergiegesetz gelten seit 1. Januar 2024 strengere Regeln für den Heizungsaustausch. Was bedeutet das konkret für Haus- und Wohnungseigentümer? Welche Optionen haben sie? Und wie werden diese gefördert? Weitere Infos dazu finden Sie unter energiewechsel.de/geg

Was ist bei der Anschaffung günstiger: Erdgasheizung oder Wärmepumpe?

Vergleicht man nur die reinen Anschaffungskosten, ist die Erdgasheizung deutlich preiswerter. Für ein aktuelles Erdgas-Brennwertsystem rechnet die gemeinnützige Beratungsgesellschaft co2online mit Durchschnittskosten von 6000 bis 9000 Euro. Für eine Wärmepumpe werden dagegen 12000 bis 33000 Euro fällig. Die Kosten variieren stark je nach örtlichen Bedingungen und der Art der Wärmepumpe. Allerdings wird die Wärmepumpe vom Staat großzügig bezuschusst, die Gasheizung nicht.

Wie viel Zuschuss gibt es für die Wärmepumpe?

Wer seine alte, fossile Heizung gegen eine Wärmepumpe austauscht, erhält eine Grundförderung von 30 Prozent der Investitionskosten. Haus- und Wohnungseigentümer mit zu versteuerndem Bruttoeinkommen von bis zu 40000 Euro pro Jahr, die ihre Immobilie selbst nutzen, können mit weiteren 30 Prozent Zuschuss rechnen. Wer seine Heizung bis 2028 erneuert, bekommt zudem einen Geschwindigkeitsbonus von 20 Prozent. Danach sinkt der Bonus alle zwei Jahre um drei Prozent, zunächst also auf 17 Prozent ab 1. Januar 2029. Fünf Prozent Extraförderung gibt es beim Einbau einer Wärmepumpe mit klimafreundlichem Kältemittel oder einer Erdwärmepumpe. Die Förderungen lassen sich addieren – aber nur bis zu einer Höchstgrenze von 70 Prozent. Zudem werden nur Kosten bis maximal 30000 Euro für die erste Wohneinheit bezuschusst. Für den Heizungsaustausch in einem Einfamilienhaus oder der ersten Wohneinheit im Mehrparteienhaus sind also höchstens 21000 Euro Förderung drin. Für weitere Wohneinheiten fällt der Förderbetrag niedriger aus. Statt der Zuschüsse können viele Haus- und Wohnungseigentümer auch einen zinsvergünstigten Kredit bei der KfW-Bankengruppe beantragen.

Stichwort Betriebskosten: Ist die Gasheizung hier rentabler oder die Wärmepumpe?

Mindestens ebenso wichtig wie der Kaufpreis sind die laufenden Kosten der Heizung. Dieser Faktor wird bei der Anschaffung oft unterschätzt. Zuletzt schnitten hier Anlagen mit erneuerbaren Energien besser ab als Öl und Gas: Laut dem Heizspiegel, für den co2online bundesweit mehr als 250000 Heizkostenabrechnungen ausgewertet hat, lagen die durchschnittlichen Heizkosten für ein 110 Quadratmeter großes Einfamilienhaus 2022 für eine Gas-Brennwertheizung bei 2850 Euro pro Jahr, für eine Ölheizung bei 2360 Euro und für eine Wärmepumpe bei 2160 Euro. Allerdings ist dieser Wert nur ein grober Anhaltspunkt. Die individuellen Kosten hängen von vielen unterschiedlichen Faktoren ab, wie etwa der Effizienz der Wärmepumpe und der Höhe des jeweils aktuellen Strom- beziehungsweise Gas- oder Ölpreises.

Lässt sich absehen, wie sich die Kosten für die verschiedenen Heizungsarten langfristig entwickeln?

Genauere Aussagen zu Heizungskosten über Zeiträume von mehr als zehn Jahren sind schwer zu treffen. Das liegt nicht zuletzt an den schwankenden Kosten für Heizöl, Erdgas und Strom (für den Betrieb der Wärmepumpe). Sicher ist: Gas und Öl werden in den nächsten Jahren immer stärker mit der CO₂-Abgabe auf fossile Energie belastet. Das bedeutet aber nicht automatisch, dass auch ihr Preis steigt, da die Börsenpreise von vielen Faktoren abhängen. Auch beim Strompreis gibt es Unsicherheiten. Trotzdem sprechen sich viele Experten auch aus Kostengründen für den Einbau einer Wärmepumpe aus, wenn Gebäude und Grundstück es ermöglichen. Das Risiko starker Preisschwankungen sinke beim Strom durch den steigenden Anteil erneuerbarer Energien, sagt etwa Jens Schuberth vom Fachgebiet Energieeffizienz des Umweltbundesamtes.

Kann man trotz schwankender Energiepreise abschätzen, welches der beiden Heizsysteme sich langfristig eher rechnet?

Das Beratungsunternehmen Prognos hat im Auftrag der Umweltschutzstiftung WWF eine Modellrechnung Gasheizung versus Wärmepumpe durchgeführt. Diese geht von den Energiepreisen vom Mai 2023 aus. Je nachdem, wie sich die Energiepreise entwickeln, kann der Vergleich in Zukunft anders ausfallen. Trotzdem hilft die Prognos-Rechnung bei einer ersten Einschätzung. Demnach amortisieren sich die Mehrkosten bei der Anschaffung einer Wärmepumpe im Vergleich zu einem neuen Gaskessel bereits nach wenigen Jahren, insbesondere wenn sie mit einer Photovoltaikanlage gekoppelt wird. Das gilt laut der Studie sogar schon bei einer Minimalförderung von 30 Prozent. Den Berechnungen lag kein aufwendig gedämmtes Gebäude zugrunde, sondern ein älteres, teilsaniertes Einfamilienhaus der Effizienzklasse F. Selbst hier lohne sich der Einbau einer Wärmepumpe. Weitere Infos dazu gibt's unter mehr.fyi/rechnung

Aber lassen sich Wärmepumpen in Bestandsgebäuden überhaupt wirtschaftlich betreiben?

Ja. Allerdings arbeiten Wärmepumpen am effizientesten, wenn das Haus gut gedämmt ist und über großflächige Heizkörper verfügt. Denn so lässt es sich auch mit einer niedrigen Vorlauftemperatur unter 50 Grad Celsius warm bekommen, und die Wärmepumpe zieht weniger Strom. Der Altbau sollte daher ein Mindestmaß an Effizienz aufweisen – optimal gedämmt sein muss er aber nicht. Auch eine Fußbodenheizung ist kein Muss, sagt Energieexperte Hans Weinreuter von der Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz: „Meist reichen schon kleinere Maßnahmen, wie etwa der Einbau einzelner größerer Heizkörper, für den effizienten Betrieb aus.“

ZWEI WINDRIESEN AM START

Die beiden **WINDENERGIEANLAGEN** der SWF am Hochsträß auf der Schwäbischen Alb werden aktuell Stück für Stück zusammengesetzt. Ab Ende Juni werden sie grünen Strom liefern.

Der Turmbau zu Babel endete im Chaos. Nicht so der Turmbau zu Gerstetten-Gussenstadt: Alles läuft rund, keine Spur von Verständigungsschwierigkeiten oder Durcheinander, und der Zeitplan ist im grünen Bereich. Freilich bilden die Stadtwerke mit ihrem Re-powering-Projekt auf der Schwäbischen Alb nicht die Grundlage für eine Bibelgeschichte – dafür schreiben sie ihre eigene Erfolgsgeschichte beim Ausbau erneuerbarer Energien weiter. Wo aktuell die Türme zweier großer Windkraftanlagen errichtet werden, drehten sich einst wesentlich kleinere Rotoren. Das aus heutiger Sicht niedliche Wind-

energie-Quartett der SWF wurde als erster kommerziell betriebener Windpark auf der Schwäbischen Alb 2001 in Betrieb genommen. Damit gelten die Stadtwerke als Vorreiter in der Branche. Immerhin erzeugten die vier Windräder rund drei Millionen Kilowattstunden jährlich. Die beiden Anlagen, die das Quartett nun ersetzen und Ende Juni bereits in den Probebetrieb gehen sollen, schaffen ungefähr das Siebenfache und können damit etwa 8000 Haushalte mit Strom versorgen.

Glatter Bauablauf

„Wir haben dieses Großprojekt allein mit der SWF-Power gestemmt, von der

Planung bis zur Durchführung“, so der Projektleiter des Windparks, Robert Bajić. „Das ist ein Alleinstellungsmerkmal für ein Stadtwerk unserer Größe.“ Im August vergangenen Jahres begannen die Bauarbeiten – nachdem für das Genehmigungsverfahren zweieinhalb Jahre ins Land gegangen waren. Dann ging es Schlag auf Schlag: Erdarbeiten, Baugrundverbesserung, Fundamentarbeiten und ab April schließlich der Turmbau: Innerhalb weniger Wochen standen jeweils die unteren 90 Meter, gefertigt aus Betonteilen. Mithilfe eines Riesenkrans und mächtigen Stahlteilen wachsen die Türme aktuell um weitere 80 Meter in die Höhe, Maschinenhaus und Rotorblätter folgen zum Schluss. „Wir befinden uns auf der Zielgeraden des nicht alltäglichen Projekts“, sagt Timo Schlotz, in dessen Verantwortungsbereich als technischer Betriebsleiter das gesamte Projekt bearbeitet wird. „Und wir sind stolz darauf, dass durch die akribische Vorarbeit nun alles so glatt läuft.“ ■

Die beiden neuen Windenergieanlagen werden bis zur Rotorblattspitze 244 Meter messen.



Nach dem Fundamentbau konnte die Errichtung der Beton-Turmteile erfolgen.

STROMTANKSTELLE ZUM 100-JÄHRIGEN

Von den Stadtwerken erhielt das **NATURFREUNDE-
HAUS** zu seinem großen Jubiläum ein echtes Power-Präsent.
Besonders Radler mit E-Bike können sich darüber freuen.

Keine Blumen, keine Torte, kein Ständchen, sondern eine Ladesäule für Elektro-Fahrräder – das schenkten die SWF den Naturfreunden Fellbach zum einhundertjährigen Bestehen. „Wir freuen uns, den Radlerinnen und Radlern auf dem Kappelberg damit eine komfortable Lade-Möglichkeit für ihre E-Bikes zur Verfügung zu stellen“, äußert sich Stadtwerke-Geschäftsführer Gerhard Ammon, der die Übergabe vor Ort im April persönlich vorgenommen hat. Wochenendausflügler können jetzt Charme, Aussicht und

Vesper am Naturfreundehaus genießen, während ihr Fahrrad frische Energie tankt. Die Ladesäule besitzt Anschlüsse für die gängigsten Akkumodelle, zusätzlich einen Steckplatz für Radler, die ihr eigenes Ladekabel im Gepäck haben.

Die Stromtankstelle ist immer während der Einkehr im Naturfreundehaus zugänglich: Samstag von 14 bis 19 Uhr, Sonntag von 10 bis 17 Uhr, an Feiertagen in der Regel von 11 bis 17 Uhr.

Mehr Infos: www.naturfreunde-fellbach.de



SWF-Chef Gerhard Ammon übergab die neue Ladesäule im April an Doro Frey und Bärbel Erb von den Naturfreunden Fellbach (v. r. n. l.).

FELLBACHKENNER AUFGEPASST!

Im rechten Bild vom **MARKT AM RATHAUS FELLBACH** haben sich **DREI FEHLER** eingeschlichen. Finden Sie diese und gewinnen Sie mit etwas Glück einen von drei Stromschecks im Wert von je **100 KILOWATTSTUNDEN** Strom.



Foto: Peter D. Hartung

Senden Sie die Beschreibung der drei Fehler bis **8. Juli 2024** an: Stadtwerke Fellbach GmbH, Stichwort „Fellbachkenner“, Ringstraße 5, 70736 Fellbach. Oder schicken Sie eine E-Mail mit denselben Angaben an: fellbachkenner@stadtwerke-fellbach.de. Auf beiden Wegen: Name, Anschrift und Telefonnummer bitte nicht vergessen! Hinweise zur Teilnahme und zum Datenschutz siehe Seite 16.



Mit Tieren, Bus und Steckpferden

Seit 2011 engagieren sich die SWF durch die **STIFTUNG EBERSBERGER SÄGEMÜHLE** für Kinder- und Jugendarbeit. Jetzt heißt diese gemäß ihrer Gründerin: Stadtwerke-Fellbach-Stiftung.

Da galoppieren Stephan, Günter und Johannes durch den Hindernisparkour ... alle drei zeigen, was sie können, und legen ein fantastisches Rennen hin, sie befinden sich dicht an dicht. Doch Stephan kann das Tempo nicht halten und fällt leicht zurück, schwächelt ... Günther zündet derweil seine Kraftreserven ... und macht das Rennen! Der Parkour ist eigentlich für Hunde und gehört zur Ebersberger Sägemühle. Stephan, Günter und Johannes sind drei Steckpferde – benannt nach

den Stiftungsvorständen Stephan Rost (SWF), Johannes Berner (Erster Bürgermeister) und Günter Geyer (ehemals Erster Bürgermeister). Wer die Gäule freudig übers Feld jagt, sind natürlich die Kinder, die ihre Zeit an der Mühle verbringen.

Neue Satzung, neuer Name

Die Stiftung Ebersberger Sägemühle haben die Stadtwerke Fellbach vor rund zwölf Jahren für die Sanierung und Instandhaltung der Mühle, die eine Außenstelle des

◀ Tiere spielen in der Ebersberger Sägemühle eine wichtige Rolle bei der sozialen Arbeit mit Kindern.



Von der Stadtwerke-Fellbach-Stiftung für die Mobile Jugendarbeit Fellbach: Stephan Rost übergibt den Mercedes Vito an Mariam Kassem, Silke Glamser, Kathrin Novak und Markus Klemisch (v. l. n. r.).



Ein Muli bildet das neueste „Familienmitglied“ in der Ebersberger Sägemühle.

Jugendhauses bildet, gegründet. Umfassende Sanierungsarbeiten und ein Neubau konnten in den Jahren 2012 bis 2014 mithilfe eines großzügigen Zuschusses der SWF finanziert und realisiert werden. Bis heute folgten zahlreiche weitere Förderprojekte, um die Kinder- und Jugendarbeit in Fellbach zu unterstützen, darunter etwa das alle zwei Jahre stattfindende Rebstockfestival, die Instandhaltung des Abenteuerspielplatzes Fellbach sowie eine Kinder-Ausstellung im Stadtmuseum. Im März dieses Jahres erfuhr die gemeinnützige Einrichtung eine Namensänderung. Die frisch getaufte „Stadtwerke-Fellbach-Stiftung“ verfolgt laut aktualisierter Satzung die Förderung der Jugendhilfe und Erziehung, Volks- und Berufsbildung sowie der Kunst, der Kultur und des Umweltschutzes. „Wir freuen uns, dass die Satzungsänderung und der neue Name genehmigt wurden“, erklärt Stiftungsvorstand Stephan Rost, der seit 2004 bei den Stadtwerken arbeitet und seit 2019 als kaufmännischer Betriebsleiter und Prokurist tätig ist. „Damit wollen wir unsere Präsenz in Fellbach als auch unser Engagement verstärken.“

E-Fahrzeuge für die Jugend

Der neueste Coup der SWF-Stiftung: Ein E-Vito-Bus für die Mobile Jugendarbeit Fellbach. Das strombetriebene Neunsitzer-Fahrzeug mit drehbaren Sitzen ist für die Jugendlichen und die betreuenden Sozialarbeiter Ausflugsbus, fahrbares Büro, Wohnmobil und multifunktionaler Transporter zugleich. Für das Spielmobil des

Jugendhauses gab es Fahrzeuge und für die Ebersberger Sägemühle zwei E-Bikes mit Anhänger fürs umweltbewusste Einkaufen. Die Mühle durfte sich in diesem Jahr dank der Stiftung auch über Zuwachs im Stall freuen: Das neu angeschaffte Muli beziehungsweise Maultier – eine Kreuzung aus Pferd und Esel – genießt die Zuwendung der Kinder, von denen es gestreichelt, gestriegelt, gepflegt und auf der eigenen Reitbahn geritten werden darf. Neben dem Muli sind viele weitere glückliche Tiere, darunter Hasen, Ponys und Hühner, in der Ebersberger Mühle zu Hause. Für die anfallenden Arbeiten, Besorgungen und Transporte bekommt die Einrichtung dieses Jahr über die Stiftung ein neues E-Auto als Ersatz für den ausgedienten Opel Astra. Eine Wallbox gibt's gleich noch dazu. ■

„Die Förderung von Kindern und Jugendlichen in Fellbach liegt uns sehr am Herzen.“

Stephan Rost,
Kaufmännischer Betriebsleiter
bei den SWF



Tagsüber Rad fahren, nachts unterm Sternenhimmel schlafen: **BIKEPACKING** liegt im Trend. Worauf Sie vor Ihrer ersten Tour achten sollten, damit es richtig Laune macht.

Was ist Bikepacking eigentlich?

Bikepacking ist eine Kombination aus Biking, also Radfahren, und Backpacking, dem Reisen mit dem Rucksack. Während die klassische Radreise oft abends im Hotel endet, beginnt bei vielen Bikepackern dann der Campingspaß. Bikepacker fahren oft abseits befestigter Wege. Seinen Ursprung hat der Trend bei den „Self-supported Races“ – mehrtägigen Mountainbike-Langstreckenrennen, bei denen die Teilnehmer ganz auf sich allein gestellt sind. Ihr gesamtes Gepäck – Zelt, Schlafsack, Proviant, Kleidung – müssen sie auf dem Rad mitnehmen. Die Kunst des Bikepackings liegt also darin, nur das Nötigste einzupacken, um möglichst wenig Ballast mitzuschleppen.

Welches Rad eignet sich am besten?

Das hängt vom Budget und von den Plänen ab. Das klassische Mountainbike rollt gut über Asphalt, meistert aber auch Wurzeln, Stufen und Steine. Es gibt zwei Varianten: Fully oder Hardtail. Das Fully ist vorn wie hinten gefedert, was Komfort und Fahrspaß erhöht. Andererseits müssen Sie beim Packen darauf achten, dass die Tasche nicht den Federweg blockiert. Das Hardtail – mit oder ohne gefederte Vorderradgabel – bietet aufgrund seiner Rahmenform vielseitige Möglichkeiten, Taschen anzubringen. Wer in verschiedenen Terrains unterwegs ist, fährt auch mit einem Gravelbike gut: Es vereint die Vorzüge von Rennrad und Mountainbike und überzeugt sowohl auf glatten Straßen als auch auf Pfaden mit losem Untergrund.

Brettern Sie über matschiges oder verschneites Gelände, ist möglicherweise ein Fatbike eine Option. Es ist aufgrund seiner breiten Reifen und ausgeprägten Federung selbst im Herbst oder Winter noch einsatzfähig. Bei längeren Strecken über Asphalt sind Fatbikes durch ihren hohen Rollwiderstand allerdings eher hinderlich.

Welche Ausrüstung braucht es?

Packen Sie für einen mehrtägigen Trip einen Schlafsack für die Nacht, geeignete Kleidung und ausreichend Proviant ein. Ein Zelt ist optional, empfiehlt sich auch im Sommer, da es abends oft stark abkühlt.

Achten Sie bei der Auswahl der Ausrüstung auf Funktionalität, Gewicht und Packmaß. Wählen Sie leichte und kleine Gegenstände und verzichten Sie auf alles Nicht-Notwendige. Führen Sie immer ein kleines Notfallset mit sich – bestehend aus Erste-Hilfe-Set, Werkzeug und Taschenlampe. Passen Sie Ihre Wasser- und Nahrungsvorräte (zum Beispiel Energie- und Müsliriegel) an den Umfang Ihres Trips an, denn auf abgelegenen Strecken sind Einkaufsmöglichkeiten meist rar. Für die Körperpflege unverzichtbar sind Zahnbürste, Campingseife, Sonnencreme und ein Mikrofaserhandtuch. Achten Sie darauf, nicht nur Kleidung für die Fahrt dabeizuhaben. Packen Sie neben Radhose und -trikot, Regenjacke und Helm auch einen dicken Pulli und wärmende Socken für die Nächte ein.

Wie belade ich mein Rad optimal?

Das Gepäck verstauen Sie in verschiedenen Taschen, die Sie am Lenker, am Rahmen oder an der Sattelstütze Ihres Bikes befestigen. Da die Tour oft über unbefestigte Wege führt, kommen große Taschen an der Sattelstütze nicht infrage. Achten Sie darauf, das Gewicht gleichmäßig zu verteilen, da es sonst zu Balanceschwierigkeiten und damit zu Stürzen kommen kann.

Wie bereite ich mich als Anfänger auf die erste Tour vor?

Informieren Sie sich vorab genau über die Route und laden Sie sich die Tour auf einem Fahrradcomputer oder Smartphone herunter. So behalten Sie unterwegs die Orientierung, sollten Sie mal kein Netz haben. Ganz wichtig: Schätzen Sie das Weg-Zeit-Verhältnis realistisch ein. Achten Sie besonders auf das Höhenprofil der Strecke: Höhenmeter kosten deutlich mehr Zeit und Energie!

Bevor Sie Ihre Reise antreten, sollten Sie Ihr Fahrrad unbedingt auf Mängel überprüfen. Auch empfiehlt es sich, vorab mit dem Rad zu trainieren und es passend einzustellen. So beugen Sie Pannen und Verletzungen vor. Als Schnuppertour eignet sich der sogenannte Overnighter: Bei zwei Tagen Fahrt mit einer Übernachtung lernen Sie, sich selbst und Ihre Fitness einzuschätzen. Viel Spaß! ■



ZU HAUSE IST ES COOL

In vielen Häusern und Wohnungen wird es im Sommer unerträglich warm. Um die Hitze auszusperren, hilft ein effektiver **Sonnenschutz**. Aber welches System eignet sich am besten?

DAS HILFT AUCH:

- Türen und Fenster tagsüber schließen, die warme Luft nicht ins Haus lassen. Frühmorgens, abends oder nachts richtig durchlüften, wenn die Temperaturen kühler sind.
- Gut dämmen: Die Isolierung wirkt nicht nur im Winter wie ein dicker Mantel, sondern hält auch im Sommer Hitze ab. Fachleute sprechen hier vom sommerlichen Wärmeschutz.
- Pflanzen ins Haus holen. Sie befeuchten die Luft, indem sie einen Großteil ihres Gießwassers wieder an den Raum abgeben. Das hilft im Sommer gegen Hitze und im Winter gegen trockene Nasenschleimhäute.

Rollläden

Früher kamen meist innenliegende Rollläden zum Einsatz. Inzwischen wurden diese weitgehend von außenliegenden Systemen abgelöst, da sie zahlreiche Vorteile bieten: Sie verringern die Sonneneinstrahlung im Raum um bis 75 Prozent, schützen effektiver vor Lärm und erschweren Einbrechern das Handwerk. Moderne, dämmende Rollläden halten im Winter mehr Wärme im Gebäude. So lassen sich rund 30 Prozent Energie sparen.

Nachteil: Rollläden schränken die Sicht ein und müssen gewartet werden. Bei elektrisch betriebenen Modellen ist die Installation aufwendig.

Markisen

Sie halten UV-Licht ab, beschatten Fenster, Balkon oder Terrasse und verschönern darüber hinaus die Fassade. **Nachteil:** Markisen halten die Sonne nur von einem Teil des Hauses ab, zudem können sie windanfällig sein.

Raffstores oder Jalousien

Raffstores und Jalousien sind ähnlich aufgebaut und werden als bewegliche Systeme meist schienen- oder seilgeführt. Außenliegend halten sie Wärme ab. Über die Stellung der Lamellen lässt sich auch der Lichteinfall steuern und sie gewähren einen Blick nach außen. Über Wettersensoren gesteuerte Raffstores arbeiten besonders effizient. Optional gibt es Windwächter, die die Raffstores ab einer bestimmten Windgeschwindigkeit automatisch einfahren.

Nachteil: Raffstores oder Jalousien können windanfällig sein.

Sonnenschutzgläser

Sie können etwa 80 Prozent der Wärme draußen halten. Eine hauchdünne metallische Schicht filtert die Sonnenstrahlen so, dass nur ein kleiner Teil der energiereichen Infrarotstrahlung ins Haus gelangt. Moderne Gläser lassen fast so viel Licht durch wie normale Wärmedämmgläser.

Nachteil: Im Winter kann das Licht die Räume nicht wärmen, zudem bieten die Gläser keinen Blendschutz. Dieser muss extra angebracht werden.

Sonnenschutzfolien

Sind bauliche Veränderungen unerwünscht, lassen sich Sonnenschutzfolien von außen auf die Scheibe kleben: UV-Strahlen bleiben draußen und Blendungen werden abgemildert.

Nachteil: Die Räume bleiben auch in Monaten mit wenig Tageslicht verdunkelt.

Fensterläden und textiler Sonnenschutz

Traditionelle Klappläden aus Holz oder moderne, isolierte Fensterläden schützen Räume im geschlossenen Zustand ebenfalls gut vor der Wärme. Gedämmte Modelle halten im Winter zusätzlich die Wärme im Haus. Wer sich im Internet umsieht, findet außerdem Ideen und Montagevorschläge für temporär angebrachte Stoffe vor den Fenstern. Auch sie helfen zu verhindern, dass sich Räume im Sommer zu stark aufheizen. Aber Achtung: Ist die Wohnung oder das Haus kein Eigentum, ist es besser, vor dem Bohren, Montieren oder Installieren den Vermieter oder die Vermieterin zu fragen. ■





EINKAUFSZETTEL
QR-Code scannen und
Zutatenliste der Rezepte
aufs Smartphone laden

LEBEN & GENIESSEN



Zutaten für circa 8 Galettes:

FÜR DEN GALETTE-TEIG:

250 g Buchweizenmehl
2 TL Salz
1 Bio-Ei
350 ml frische Vollmilch (3,5%)
350 ml Wasser
50 g geschmolzene, lauwarmer Butter
Sonnenblumenöl

FÜR DIE FÜLLUNG:

300 g frischer Blattspinat
1 Zwiebel
1 bis 2 Zehen Knoblauch
2 TL Sonnenblumenöl
Salz & Pfeffer zum Würzen
100 g Ziegenkäse von der Rolle oder Camembert
4 TL Feigensenf
80 g Bresaola-Schinken
60 g Walnussbruch
Beeren, je nach Wahl und Saison
optional 4 TL Preiselbeeren aus dem Glas

Foto: Marko Godec / Petra Kargl / iantrim GmbH

Et voilà!

Sie kennen nur Crêpes aus Weizen? Dann sollten Sie **GALETTES** testen. Die herzhaften bretonischen Pfannkuchen aus Buchweizen lassen sich mit Käse, Schinken, Eiern oder Gemüse füllen. Vorsicht: Es besteht Suchtgefahr.

Vorbereitung Füllung:

- 1 Spinat waschen, Zwiebel und Knoblauch klein schneiden, Öl in einer Pfanne erhitzen. Zwiebeln darin 5 Minuten bei mittlerer Hitze glasig dünsten, Knoblauch dazugeben und ebenfalls kurz dünsten. Spinat dazugeben und zusammenfallen lassen. Die Mischung mit Salz und Pfeffer würzen, herausnehmen und beiseitestellen.
- 2 Camembert oder Ziegenkäse in Scheiben schneiden. Senf, Schinken, Nüsse und Beeren bereitstellen.

Zubereitung Teig:

- 1 Das Buchweizenmehl mit Salz, Ei, Milch und Wasser zu einem glatten Teig verkneten. Anschließend die geschmolzene Butter unterrühren.
- 2 Eine Stunde ruhen lassen.

Zubereitung Galette:

- 1 Öl in einer großen Pfanne sehr heiß werden lassen, von der Herdplatte nehmen, eine kleine Schöpfkelle Teig hineingeben, gleichmäßig verteilen und wieder auf die leicht abgekühlte Herdplatte stellen. Wenn die Ränder sich lösen, die Galette wenden und ebenfalls bräunen.
- 2 Galette aus der Pfanne auf einen Teller gleiten lassen und mit 1 TL Feigensenf bestreichen. Mittig mit Spinatmischung, Bresaola und Käse belegen. Alle vier Seiten zur Mitte hin einklappen und mit Walnüssen, Beeren und wahlweise Preiselbeeren garnieren. Et voilà!
- 3 Mit den übrigen Galettes genauso verfahren.

SWF

STADTWERKE
FELLBACH

DER WEG ZUM GEWINN

Schreiben Sie die Lösung des Kreuzworträtsels mit Ihrem Namen und Ihrer Adresse auf eine frankierte Postkarte und senden Sie diese an: Stadtwerke Fellbach GmbH, Ringstraße 5, 70736 Fellbach. Oder Sie schreiben uns eine E-Mail mit dem Lösungswort und Ihrer Adresse an: gewinnspiel@stadtwerke-fellbach.de.

Einsendeschluss: 8. Juli 2024

Lösungswort des Kreuzworträtsels in Heft 1/2024: PFUETZE. Mit Ihrer Teilnahme an Gewinnspielen der Kundenzeitschrift Synergie akzeptieren Sie die folgenden Teilnahmebedingungen: Jede Person darf nur einmal am Gewinnspiel teilnehmen. Die Teilnahme über automatisierte Massenteilnahmeverfahren Dritter ist unzulässig. Der Gewinn wird unter allen richtigen Lösungen verlost. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Der Gewinn wird nicht in bar ausbezahlt. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Die von Ihnen angegebenen personenbezogenen Daten werden zur Durchführung des Gewinnspiels verwendet. Die Teilnahme am Gewinnspiel erfolgt freiwillig, ohne Koppelung an sonstige Leistungen. Weitergehende Informationen zum Datenschutz können Sie unserer Datenschutzerklärung entnehmen, die unter www.stadtwerke-fellbach.de/datenschutz im Internet abrufbar ist oder die Sie bei uns postalisch anfordern können.



HERZLICHEN GLÜCKWUNSCH!

Die Gewinnerin unseres letzten Rätsels in der Synergie ist Ellen Urich aus Fellbach. Sie freute sich über einen Gusseisentopf. SWF-Geschäftsführer Gerhard Ammon übergab den Preis. Außerdem gratulieren wir den Gewinnern unseres Fellbachkennerrätsels der letzten Ausgabe. Sie bekommen von uns je einen Stromscheck im Wert von 100 Kilowattstunden geschenkt.

ägyptische Königin	frank und frei	Pflanzenwelt	Farbe		Bericht	Wundflüssigkeit	Transportbahre	Nachlass erhalten
	2							8
Reinfall		4			konfus	5		
Lichtbild			1		Karteikartenreiter			
Fürwort			Turnabteilung		7			
Nählinie	6				nordischer Hirsch	3		

Lösungswort:

MIX FIX

Lösen Sie unser Kreuzworträtsel und gewinnen Sie mit etwas Glück ein **STABMIXER-SET** von WMF zum raschen Mixen, Pürieren oder Verquirlen.



TÄGLICH NEUES PROBIEREN:

Auf Knopfdruck und in Sekundenschnelle verwandelt der Mixer WMF Kult X unterschiedliche Zutaten in köstliche Dips, Suppen, Smoothies, Pesto oder Guacamole. Und das Set kann noch mehr: Der Schneebesenaufsatz eignet sich ideal zum Aufschlagen von Sahne, Eiweiß und um leichte Teige zuzubereiten. Mit dem Püriererufsatz lassen sich cremige

Pürees zaubern. Abgerundet wird dieses Komplettpaket durch einen robusten

Mixbecher mit 700 Milliliter Fassungsvermögen. Der Stabmixer ist einfach zu bedienen und liegt dank des ergonomischen Griffs sicher und komfortabel in der Hand. Mit dem Stabmixer-Set und seiner Leistung von 600 Watt sind Ihrer kulinarischen Kreativität in Zukunft keine Grenzen mehr gesetzt. ■