



Was tun bei Frühjahrs Müdigkeit?

©AkiinaWinner - istockphoto.com

Ausgabe 2/2023:

Editorial/News	S. 2
News/Gewinnspiel	S. 3
Reportage: Frühjahrs müdigkeit	S. 4
Stadtwerke aktuell: Energiepreisbremse	S. 6

Stadtwerke aktuell: TSM Zertifikat	S. 7
Stadtwerke aktuell: Energiespartipps	S. 8
Stadtwerke aktuell: Nicole Müller, Ironman Hawaii	S. 9
Schramberger auswärts: Klaus Haas, CEO Maloja	S. 10

Stadtwerke aktuell: Jugend forscht, Kläranlage	S. 12
Stadtwerke aktuell: TOP Lokal- versorger Strom + Erdgas	S. 13
Kinderseite	S. 14
Historisches: 150 Jahre Schwarzwälder Postillon	S. 15



Liebe Leserinnen, liebe Leser, das Frühjahr ist da – und wir können erleichtert auf den hinter uns liegenden Winter zurückblicken. Im Herbst vergangenen Jahres war die Sorge groß, dass es zu Engpässen bei der Erdgas-Versorgung kommen könnte. Gemeinsam ist es gelungen, dieses Szenario abzuwenden – dazu haben auch Sie, unsere Kunden, einen wichtigen Beitrag geleistet. Unter anderem durch den geringeren Verbrauch von Energie sind wir gut durch den Winter gekommen.

Damit haben wir eine Etappe geschafft, sind aber noch nicht am Ziel. Denn der nächste Winter wird kommen, und wie sich die Weltlage bis dahin entwickelt, wissen wir nicht. Wir können nur hoffen, dass dieser grausame Krieg in der Ukraine bald in einen Frieden mündet und sich auch die Situation an den Energiemärkten wieder entspannt.

Zur Entlastung der Bürgerinnen und Bürger hat die Bundesregierung verschiedene Maßnahmen umgesetzt. Seit 1. März ist die Energiepreisbremse in Kraft, die sozusagen die Arbeitspreise für Strom und Erdgas deckelt – also nach oben begrenzt. Verbraucher müssen für einen Teil ihrer benötigten Energie nur maximal einen bestimmten Preis bezahlen. Die Differenz vom Marktpreis zum gedeckelten Preis bei Erdgas, Strom und Fernwärme übernimmt der Staat.

Sie als Kunden der Stadtwerke müssen nichts unternehmen, die Abwicklung übernehmen wir für Sie. Zudem sind viele unserer Kunden von der Energiepreisbremse insofern gar nicht betroffen, weil ihre Arbeitspreise unterhalb der staatlichen Preisobergrenze liegen. Hier profitieren unsere langjährigen Kunden von der vorausschauenden, nachhaltigen Einkaufspolitik der Stadtwerke, die auf Kontinuität und faire Preise setzen und nicht auf kurzfristige Billigangebote.

Bestätigt wird unser Handlungsprinzip auch durch die Auszeichnung „TOP-Lokalversorger 2023“, die wir aktuell vom Energieverbraucherportal erhalten haben und über die wir uns sehr freuen. Das Gütesiegel ist einerseits die Bestätigung für ein gutes Preis-Leistungsverhältnis, würdigt darüber hinaus aber auch unseren Kundenservice, unser Eintreten für den Klimaschutz und unser soziales und gesellschaftliches Engagement in der Region. Beispielsweise unterstützen wir als Sponsor die Schramberger Triathletin Nicole Müller, die im Herbst beim Ironman auf Hawaii antreten wird. Ihre Geschichte, und viele weitere interessante Beiträge, lesen Sie in diesem Magazin.

Ich wünsche Ihnen nun viel Freude mit dem neuen „stadtwerker“.

Ihr

Peter Kälble
 Peter Kälble
 Geschäftsführer

News

Stadtwerke stellen ihre Ausbildungsberufe vor

Die Stadtwerke sind ein attraktiver, krisensicherer Arbeitgeber und ein hervorragender Ausbildungsbetrieb. Um junge Menschen für eine Ausbildung zu begeistern, beteiligten sich die Stadtwerke Mitte Februar am Berufsinformationstag der Erhard-Junghans-Schule. 35 Betriebe sowie Polizei, Bundeswehr und Deutsches Rotes Kreuz präsentierten ihre Ausbildungsangebote, mit rund 400 Teilnehmern war die Veranstaltung ein großer Erfolg.

Die Schülerinnen und Schüler konnten sich über unterschiedlichste Berufe oder über Praktikumsmöglichkeiten informieren. Mitarbeiter und Auszubildende der Stadtwerke stellten beim Berufsinformationstag die verschiedenen Ausbildungsberufe Industriekaufmann/frau, Anlagenmechaniker Fachrichtung Versorgungstechnik, Fachkraft für Abwassertechnik sowie Fachkraft für Bäderwesen vor.



Unser Bild zeigt (von links): Sebastian Saier (Mitarbeiter Kläranlage Schramberg), Sarah Schullian (Auszubildende Industriekauffrau Stadtwerke), Marc Haberer (Ausbilder Stadtwerke), Valentina Detta (Auszubildende Industriekauffrau Stadtwerke), Martin Finkbeiner (Fachkraft für Bäderwesen) und Alexander Kage (Auszubildender zum Anlagenmechaniker).

Deutlicher Zuwachs bei den E-Ladesäulen

Der Ausbau der öffentlichen Ladesäulen in Deutschland kommt gut voran, das zeigen aktuelle Zahlen der Bundesnetzagentur. Insgesamt 80.541 öffentliche Ladepunkte waren am 1. Januar 2023 gemeldet, ein Zuwachs von 35 Prozent innerhalb eines Jahres. Insbesondere ist die installierte Ladeleistung gegenüber 2021 massiv angestiegen von 1,74 GW auf 2,47 GW, ein Zuwachs von über 40 Prozent. Grund dafür ist die hohe Zuwachsrate bei Ultra-Schnellladepunkten mit Ladeleistungen ab 150 kW. Hier hat sich die Zahl von 3.851 auf 7.037

News · News · News

um mehr als 80 Prozent gesteigert. Nach aktuellem Ansatz der EU-Kommission lassen sich mit dem vorhandenen Ladeangebot heute schon rund 2,5 Millionen voll-elektrische Pkw versorgen. Aktuell sind rund eine Million E-Pkw zugelassen.

„Die Zahlen zeigen deutlich, dass es einen enormen technologischen Sprung bei der Ladeleistung gegeben hat“, erklärt die aus Schramberg stammende Vorsitzende der Hauptgeschäftsführung des Bundesverbandes der Energie- und Wasserwirtschaft (BDEW), Kerstin Andreae.

3,5 Milliarden Euro in die Trinkwasserversorgung

Die deutschen Trinkwasserversorger haben im Jahr 2022 rund 3,5 Milliarden Euro in den Bau und die Instandhaltung ihrer Anlagen und in die Ausweitung und Erneuerung ihrer Infrastruktur investiert. Dies zeigen erste Prognosen des BDEW. Im Vergleich zum Vorjahr sind die Investitionen der Trinkwasserversorger damit um rund 4,5 Prozent angestiegen. 62 Prozent der Investitionen flossen in die Rohrnetze. Das liegt vor allem an einer Zunahme der Investitionen in Sanierung und Erneuerung von Trinkwasserrohrnetzen.

Herzlichen Glückwunsch

In der letzten Ausgabe des „stadtwerkers“ haben wir gefragt: Welche Landesflagge hisste der Norweger Roald Amundsen am 14. Dezember 1911 in der Antarktis? Die richtige Antwort lautete: Norwegische Flagge. Unter allen richtigen Einsendungen haben wir drei Essensgutscheine im Wert von jeweils 50 Euro für das Gasthaus „Hutneck“ in Sulgen verlost. Gewonnen haben Horst Götzke aus Dunningen, Rosi Hettich aus Sulgen und Albert Bantle aus Waldmössingen. Herzlichen Glückwunsch.

Gewinnen Sie Wertkarten für das Freibad

Auch diesmal können Sie wieder schöne Preise gewinnen. Unter allen richtigen Einsendungen verlosen wir drei Wertkarten über je 50 Euro für das Freibad Tennenbronn. Wer gewinnen möchte, muss nur die folgende Frage richtig beantworten: Worunter leiden viele Menschen im Frühjahr?

A: Frühjahrsmüdigkeit **B:** Herbstzeitlose **C:** Winterblues

Die Lösung ist – wie immer – in diesem Magazin zu finden. Teilnehmen ist ganz einfach: Machen Sie ein Kreuz vor der Ihrer Meinung nach richtigen Antwort, schnei-

den Sie den unteren Abschnitt aus und faxen ihn an die Nummer: 07422 9534-131. Oder kleben Sie den Abschnitt auf eine ausreichend frankierte Postkarte und schicken diese an: Stadtwerke Schramberg, Gustav-Maier-Straße 11, 78713 Schramberg. Teilnehmen können Sie auch im Internet unter www.stadtwerke-schramberg.de oder per E-Mail unter vertrieb@stadtwerke-schramberg.de, Stichwort „Gewinnspiel“. Teilnahme-schluss ist der 30. April 2023.

Datenschutzhinweis:

Mit der Teilnahme willigen Sie ein, dass Ihre angegebenen personenbezogenen Daten für die Durchführung des Gewinnspiels ver-

arbeitet werden. Ihre Daten werden nicht für Werbezwecke genutzt. Eine Weitergabe an „Dritte“ erfolgt nicht. Im Falle des Gewinns erfolgt eine Veröffentlichung im nächsten „Stadtwerker“ mit Namen und Wohnort. Eine Löschung der Teilnehmerdaten erfolgt nach Abwicklung des Gewinnspiels.

Der Teilnehmer kann seine Einwilligung jederzeit widerrufen. Der Widerruf ist schriftlich an die Stadtwerke Schramberg GmbH & Co. KG, Gustav-Maier-Straße 11, 78713 Schramberg zu richten. Nach dem Widerruf werden die verarbeiteten personenbezogenen Daten des Teilnehmers umgehend gelöscht.

WAS TUN BEI GASGERUCH?

Erdgas ist ein praktischer, sparsamer, sicherer und umweltschonender Energieträger.

Erdgas ist sicher! Sämtliche Einrichtungen werden regelmäßig von Fachleuten überprüft. Kunden sollten niemals selbst versuchen, Gasgeräte zu reparieren oder zu verändern – dafür ist immer der Fachmann zuständig. Erdgas ist geruchlos. Zur Wahrnehmung wird es mit einem Geruchsstoff versehen, der mit dem **Geruch von faulenden Eiern** vergleichbar ist.

Vorsichtsmaßnahmen:

Folgende Maßnahmen müssen Sie zu Ihrer Sicherheit sofort ergreifen, wenn Sie Gasgeruch wahrnehmen:

- Gasgeruch innen: Sofort alle Fenster öffnen
- Gasgeruch außen: Sofort alle Fenster schließen
- Nicht Rauchen
- Keine elektrischen Schalter, Stecker, Klingeln betätigen
- Rufen Sie sofort unseren 24-Stunden Bereitschaftsdienst an. Rufnummer: 07422 9534-33.
- **ACHTUNG:** Telefonieren Sie nicht in Räumen mit Gasgeruch. Gehen Sie zum Nachbarn. Auch mit dem Handy nur im Freien telefonieren.
- Alle Absperrreinrichtungen der Gasleitung schließen! Dabei dürfen keine Funken entstehen
- Der Stör- bzw. Schadensort muss zugänglich gehalten werden
- Warten Sie das Eintreffen des Entstör- bzw. Bereitschaftsdienstes an einem sicheren Ort ab
- Alle Personen durch Klopfen oder Rufen zum Verlassen des Gebäudes auffordern. Achtung: Keine Klingel benutzen und vor allem keine Panik verursachen
- Zu Ihrer Sicherheit sollten Sie auch dann eine Meldung machen, wenn der Gasgeruch nur schwach wahrnehmbar ist, oder wenn Sie auf der Straße Gasgeruch wahrnehmen

Teilnahme-Coupon zum Gewinnspiel des Stadtwerkers 2/23

Gewinnfrage: Worunter leiden viele Menschen im Frühjahr?

A: Frühjahrsmüdigkeit **B:** Herbstzeitlose **C:** Winterblues

Teilnehmer:

Name/Vorname: _____

Straße/Ort: _____

Telefon-Nummer: _____

Teilnahmeschluss ist der 30. April 2023

Mitarbeiter der Stadtwerke Schramberg und deren Angehörige dürfen nicht teilnehmen. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Die nächste Ausgabe des „stadtwerkers“ erscheint am Samstag, 08. Juli 2023

Frühjahrsmüdigkeit – mehr als ein Mythos

Wenn die Hormone Achterbahn fahren

Frühjahrs­müdigkeit kommt durch die Umstellung des Körpers vom dunklen Winter auf die hellen Jahreszeiten

Im Winter steigt die Konzentration des Schlaf-Hormons Melatonin und die Produktion des Gute-Laune-Hormons Serotonin sinkt

Wenn die Tage länger werden, muss sich der Körper erst wieder an so viel Helligkeit gewöhnen

Die Wechselwirkung der beiden Hormone ist für den Menschen anstrengend und eine Ursache für Frühjahrs­müdigkeit

„Wissen Sie, Frau Großmutter, bei mir ist das so: Appetit gut, aber immer müde, müde.“ So spricht der ausgewiesene Experte für Frühjahrs- und andere Müdigkeitszustände, Franz Gans, Knecht auf dem Bauernhof von Oma Duck aus den Disney-Comics. Frühjahrs­müdigkeit? Gibt's die überhaupt? Ist die nicht eine Ausrede für alle, die gerade mal nur mal einfach chillen wollen?

Jedenfalls ist jetzt die Zeit dafür. Frühling. Meteorologischer Beginn am 1. März, kalendarischer am 23. März. Die Tage werden länger: An Lichtmess, am 2. Februar, war der Tag genau eine Stunde länger als am 21. Dezember, dem Wintertiefpunkt. Zum Stichtag 23. März sind Tag und Nacht sogar gleich lang. Und damit sind wir dann auch bei der Frühjahrs­müdigkeit. Die gibt's tatsächlich. Nicht als Krankheit. Aber als Zustand, als Umstellung des Körpers vom dunklen Winter auf die hellen Jahreszeiten. Auch wenn es paradox klingt, gibt es sie, wenn gleichzeitig die Natur erwacht und geradezu durchstartet, wenn die Vögel aus voller Brust singen, die Bienen losfliegen und sich die Pflanzen ums Blühen bemühen. Wir Menschen sind da anders. Wir hängen da gerne ein bisschen ab, nicht alle, aber viele.

Mehr Melatonin im Blut

Eigentlich starten wir auch durch, nach dem langen Winter. In dem haben wir unseren Stoffwechsel heruntergeschraubt, ein Relikt unserer Vergangenheit als Steinzeitmenschen, dessen gesamte Existenz, ja, dessen



Im Frühjahr muss der Körper erst wieder in Schwung kommen.

Überleben, davon abhing, wie er mit der Natur umgeht. Im Winter – und seinerzeit gab's noch richtige Winter – steigt nach wie vor die Konzentration des Schlaf-Hormons Melatonin im Blut. Sie ist dann besonders hoch, da die Produktion des Gute-Laune-Hormons Serotonin durch das im Winter reduzierte Tageslicht sinkt. In grauer Vorzeit gab es halt weniger Nahrung, und wegen der Kälte musste man sich ruhiger halten, um Kräfte zu sparen.

Wenn die Tage im Frühling wieder länger werden, muss sich der Körper erst wieder an so viel Helligkeit gewöhnen. Die Wechselwirkung der beiden Hormone ist für den

Menschen anstrengend und eine Ursache für Frühjahrs­müdigkeit. Nicht bei jedem, aber eben bei einigen. Jetzt ausgeschüttete Hormone wie das Endorphin führen zu einer erhöhten Aktivität, aber eben auch zu einer intensiveren Erschöpfung. Wissenschaftlich gibt es dazu aber bisher kaum Untersuchungen – die Frühjahrs­müdigkeit tatsächlich zu messen, ist gar nicht möglich.

Kein gesundheitlicher Schaden

Und doch gehen Mediziner davon aus, dass ein über Millionen von Jahren genetisch verankertes System in uns Menschen ganz einfach auf Licht reagiert, weil der Wechsel von Tag und Nacht den stabilsten und vor-





©Ondrej Images - iStockphoto.com

Aktivitäten in der freien Natur sind ein gutes Mittel gegen Frühjahrmüdigkeit.

hersehbarsten Impuls an den Körper gibt. Zudem sorgen die steigenden Temperaturen dafür, dass sich die Blutgefäße weiten und gleichzeitig der Blutdruck sinkt. Mit der Folge: Man fühlt sich müde und schlapp. Wohlgermerkt: All diese geschilderten Symptome sind nicht Ausdruck einer Krankheit, sondern kommen ganz natürlich vor und richten keine weiteren gesundheitlichen Schäden an. Und sie hängen von vielen weiteren Faktoren ab.

Wer sowieso nicht so aktiv ist, hält sein Mittagsschläfchen jetzt etwas länger; wer auf der Arbeit viel zu tun hat, überspielt eventuelle Müdigkeit, weil er oder sie es müssen. Und geht eben abends ein wenig früher zu Bett. Vorerkrankungen können ihre Einflüsse ausüben, die Ernährung spielt eine wichtige Rolle, das Alter hat etwas damit zu tun, Alltag und Privatleben – ist es harmonisch oder stressig? Kurios ist, dass das Phänomen Frühjahrmüdigkeit auch den entgegengesetzten Nebeneffekt nächtlicher Schlafstörungen haben, nachdem man am Tag noch schläfrig war. Kreislaufprobleme, Gereiztheit oder Kopfschmerzen, auch depressive Verstimmungen können auftreten. Wer tatsächlich durchhängt, kann dagegen etwas tun.

Vier Tipps, die gegen Frühjahrmüdigkeit helfen können

1. Ganz wichtig: Raus aus dem Haus. Viel Bewegung an der frischen Luft tut Ihnen jetzt besonders gut. Das regt den Hormonhaushalt an und sorgt für gute Stimmung. Außerdem hilft regelmäßige Bewegung sowieso und immer, aktiv und gesund zu bleiben. Also auch und gerade jetzt.
2. Tägliche Wechselduschen am Morgen regen den Kreislauf an. Gesunde Ernährung mit viel frischem Obst und Gemüse aktiviert den Stoffwechsel und versorgt den Organismus mit wichtigen Vitaminen und Mineralien.
3. Sonne tanken! Frühes Aufstehen am Morgen und pünktliches Zubettgehen helfen dabei, dass der Körper mehr Serotonin ausstößt und das Schlaf-Hormon Melatonin unterdrückt wird. Zusätzlich unterstützt das Sonnenlicht den Körper beim Aufbau von Vitamin D.
4. Reichlich trinken! Eine tägliche Flüssigkeitszufuhr von etwa 1,5 bis 2 Liter kann bei Müdigkeit helfen und unterstützt den Körper und den Stoffwechsel.

Es liegt was in der Luft

Die Frühjahrmüdigkeit ist also kein Mythos. Doch die erwachende Natur bringt ja auch noch etwas anderes mit: Frühlingsgefühle! Auch sie haben spiegelbildlich mit der sinkenden Melatonin- und steigenden Serotonin-Produktion zu tun; nicht umsonst wird Serotonin ja auch Glückshormon genannt. Es steht für jene helle Stimmung des Aufbruchs, der Aktivität, ja, für die Liebe, die auf einmal sprichwörtlich in der Luft liegt, wenn ein blauer Himmel den wintergrauen ablöst.

Wie hat Eduard Mörike das so schön ausgedrückt? „Frühling lässt sein blaues Band / wieder flattern durch die Lüfte“. Flattern! Nicht nur träge wehen! Hier geht was!

Man kann es aber auch ganz, ganz anders sehen. Wie die Berliner Singer-Songwriterin Christiane Rösinger, die in ihrem Lied „Irgendwas ist immer“ (2019) getextet hat: „Ich kam vom Winterschlaf in die Frühjahrmüdigkeit / Von der Frühjahrmüdigkeit ins Sommerloch / Ich kam vom Sommerloch in die Herbsttraurigkeit / In den Winterschlaf / Und zwischendurch gab's Momente“, singt sie immerhin, „die waren gut.“

Die steigenden Temperaturen sorgen dafür, dass sich die Blutgefäße weiten und der Blutdruck sinkt. Man fühlt sich müde und schlapp.

Wer sowieso nicht so aktiv ist, hält nun sein Mittagsschläfchen etwas länger

Wer tatsächlich durchhängt, kann dagegen etwas tun: Raus aus dem Haus, tägliche Wechselduschen, Sonne tanken und reichlich trinken!



©AleksandraNakic - iStockphoto.com



©Owenll - iStockphoto.com

Nach dem dunklen Winter sehnt sich der Körper nach Sonne und Licht. Vitaminreiche Getränke sind auch zu empfehlen.

Die erwachende Natur bringt noch etwas anderes mit: Frühlingsgefühle

Seit März gilt die Energiepreisbremse Staat übernimmt einen Teil der Kosten

Zur Entlastung der Bürger hat die Bundesregierung eine Energiepreisbremse eingeführt

Für das ganze Jahr 2023 sind die Preise für Erdgas, Strom und Fernwärme gedeckelt

Die Entlastung erfolgt automatisch über die Stadtwerke

Langjährige Kunden profitieren von einer vorausschauenden Einkaufspolitik der Stadtwerke

STROMPREISBREMSE

80 %

Ihres Stromverbrauchs*
erhalten Sie zum gedeckelten Preis von

40 Cent

pro Kilowattstunde.

* Maßgeblich ist normalerweise die Verbrauchsmenge des Vorjahres

Die Energiepreisbremse trat zum 1. März 2023 in Kraft. Sie gilt rückwirkend zum 1. Januar 2023 und bis 31. Dezember 2023. Kunden der Stadtwerke müssen grundsätzlich nichts machen. Die Entlastung erfolgt automatisch über die Stadtwerke als Strom-, Erdgas- oder Wärmeversorger.

GASPREISBREMSE

80 %

Ihres Gasverbrauchs*
erhalten Sie zum gedeckelten Preis von

12 Cent

pro Kilowattstunde für Gas und

9,5 Cent

pro Kilowattstunde für Fernwärme

* Maßgeblich ist normalerweise die Verbrauchsmenge aus dem Jahr 2021

Die Auswirkungen des Krieges in der Ukraine auf die Energieversorgung und die Energiepreise sind gravierend. Zur Entlastung der Bürger hat die Bundesregierung Ende vergangenen Jahres eine Energiepreisbremse beschlossen. Dadurch sollen die Ausgaben für Erdgas, Strom und Fernwärme gedeckelt und die massiv gestiegene Energiepreisentwicklung zumindest teilweise abgefangen werden. Zum 1. März 2023 ist die Energiepreisbremse in Kraft getreten, sie gilt – rückwirkend auch für die Monate Januar und Februar – bis 31. Dezember 2023.

Konkret bedeutet die Energiepreisbremse, dass die Energiepreise gedeckelt werden und Verbraucher für einen Teil ihrer benötigten Energie nur maximal einen bestimmten, vom Bund festgelegten Preis, bezahlen müssen. Die Differenz vom Marktpreis zum gedeckelten Preis bei Erdgas, Strom und Fernwärme übernimmt der Staat.

80 Prozent Deckelung

Berechnet wird die Energiepreisbremse wie folgt: 80 Prozent des privaten Erdgasverbrauchs werden mit 12 Cent je Kilowattstunde gedeckelt, bei Fernwärme sind es 9,5 Cent je Kilowattstunde. Beim Strompreis liegt die Deckelung bei 40 Cent je Kilowattstunde und gilt ebenfalls für 80 Prozent des privaten Verbrauchs. Dieser Betrag beinhaltet Netzentgelte, Messstellenentgelte und staatlich veranlasste Preisbestandteile einschließlich der Umsatzsteuer. Der Preisdeckel

gilt nur für 80 Prozent des Vorjahresverbrauchs. Für den aktuellen, darüber hinausgehenden Verbrauch müssen Haushalte den jeweils gültigen Arbeitspreis bezahlen.

Beispielrechnung Gaspreisbremse

Als Berechnungsgrundlage für den Entlastungsbetrag beim Erdgaspreis wird der witterungsbereinigte Jahresverbrauch 2021 herangezogen. Hiervon werden 80 Prozent als Entlastungskontingent festgelegt. Das Entlastungskontingent wird mit der Differenz aus dem aktuellen Arbeitspreis und dem staatlich gedeckelten Referenzpreis von 12 Cent je Kilowattstunde multipliziert. Das Ergebnis ist der Entlastungsbetrag für das Jahr 2023 – dieser wird gleichmäßig auf 12 Monate verteilt und reduziert somit den monatlichen Abschlag. Der Verbrauch über dem Entlastungskontingent wird mit dem aktuell vertraglich vereinbarten Arbeitspreis (brutto) berechnet.

Und was müssen Kunden der Stadtwerke jetzt machen? Grundsätzlich gar nichts. Die Entlastung erfolgt automatisch über die Stadtwerke als Strom-, Erdgas- oder Wärmeversorger. Bei einer monatlichen Abschlags- oder Vorauszahlung sinken die monatlichen Abschläge oder Vorauszahlungsbeträge um den entsprechenden Entlastungsbetrag.

Zahlreiche Kunden der Stadtwerke Schramberg sind von der Energiepreisbremse insofern nicht betroffen, weil ihre Arbeitspreise

für Erdgas und Strom unterhalb der staatlich gedeckelten Preisobergrenze liegen. Langjährige Kunden profitieren hier von den Vorteilen einer vorausschauenden, fairen und verlässlichen Einkaufspolitik der Stadtwerke.

Sie haben Fragen zur Energiepreisbremse. Rufe Sie uns gerne an unter 07422 953455.

IMPRESSUM

Herausgeber:

Stadtwerke Schramberg GmbH & Co. KG, Gustav-Maier-Straße 11, 78713 Schramberg

Verantwortlich:

Geschäftsführer Peter Kälble, Myriam Werner

Redaktion:

Thomas Weilacher (Leitung), Myriam Werner, Peter Kälble, hitcom gmbh, Dunningen, Steffen Hemberger, Philipp Weidenauer, Dieter Kleibauer, Carsten Kohlmann, Martin Himmelheber

Fotos:

Steffen Hemberger, Myriam Werner, Stefan Link, Rainer Langenbacher 48GradNordPhotoGraphics, Nicole Müller, Michael King, Klaus Haas, Marion Winterhalter, Stadtarchiv Schramberg, stock.adobe.com, istockphoto.com

Layout:

Linkdesign, Schramberg

Druck:

Werner Esslinger oHG Offsetdruck, Villingen-Schwenningen

Hervorragendes Sicherheitsmanagement Zertifikat für Erdgas- und Wasserversorgung

Bereits zum vierten Mal wurden die Sparten Erdgas und Wasser für ihr hohes Sicherheitsbewusstsein mit dem TSM-Zertifikat ausgezeichnet. Nach 2005, 2012 und 2017 haben sich die Stadtwerke im vergangenen Jahr zum vierten Mal in den Bereichen Erdgas und Wasser der strengen Prüfung unterzogen.

„Jetzt haben wir es schwarz auf weiß, dass unsere Sicherheitsanforderungen die hohen Vorgaben des DVGW erfüllen“, betonte Christoph Huber, Technischer Leiter der Stadtwerke, bei der Übergabe des Zertifikats. Bestätigt wird damit eine sichere, wirtschaftliche und umweltfreundliche Versorgung der Kunden. „Besonders für ein Unternehmen wie die Stadtwerke Schramberg, die zahlreiche Menschen mit Erdgas und Wasser versorgen, sind Sicherheitsvorkehrungen unverzichtbar“, sagte Stadtwerke-Geschäftsführer Peter Kälble.

Im Rahmen des Audits durch den DVGW wurde die gesamte Aufbau- und Ablauforganisation der Stadtwerke auf den Prüfstand gestellt. Insbesondere der Bereitschaftsdienst, die Dokumentation der Ab-

läufe sowie die fachliche Kompetenz der Mitarbeiter standen dabei im Fokus.

„Die Stadtwerke sind technisch hervorragend aufgestellt und beachten alle Qualitätssicherungsmaßnahmen“, mit diesen

Worten fasste Thomas Anders, Geschäftsführer des Landesverbandes Baden-Württemberg vom Deutschen Verein des Gas- und Wasserfaches, das Ergebnis der Zertifizierung zusammen, als er die Urkunde an die Vertreter der Stadtwerke übergab.



Thomas Anders vom DVGW übergibt das TSM-Zertifikat an Christoph Huber (2. v. r.) stellvertretend für das gesamte Projektteam.

Sparten Erdgas und Wasser für hohes Sicherheitsbewusstsein ausgezeichnet

TSM-Zertifikat bestätigt hervorragendes Sicherheitsmanagement

Kläranlage erstmals TSM-zertifiziert

Zum ersten Mal haben im vergangenen Jahr die Mitarbeiter der Kläranlage für ihre Abteilung am Audit Technisches Sicherheitsmanagement der Deutschen Vereinigung für Wasserwirtschaft, Abwasser und Abfall (DWA) teilgenommen. „Die Anzahl von Gesetzen, Verordnungen und Richtlinien für

den Betrieb von Abwasseranlagen ist groß. Da ist es nicht immer leicht, den Überblick zu behalten“, sagt der stellvertretende Betriebsleiter Sebastian Saier. Er hat, zusammen mit seinem Kollegen Roman Haberstroh, alle Fragen für das Audit beantwortet. Das jetzt verliehene TSM-Zertifikat bestä-

tigt, dass auf der Schramberger Kläranlage alle sicherheitstechnischen und organisatorischen Anforderungen uneingeschränkt eingehalten werden.

In der Überprüfung ging es beispielsweise um Fragen wie: Entsprechen Betriebsaufbau und Betriebsabläufe den allgemein anerkannten Regeln der Technik? Ist die Aufgabenverteilung klar? Funktioniert die Zusammenarbeit verschiedener Organisationseinheiten? Neben der Dokumentation über den Ist-Zustand gibt die TSM-Prüfung – falls nötig – auch Empfehlungen für Verbesserungen.

Sechs Monate lang hatten die Mitarbeiter der Kläranlage Zeit, eventuelle Verbesserungen vorzunehmen. Schließlich wurden dann bei einem Vorort-Prüfungstermin Anlagen und Abläufe von den Experten in Augenschein genommen. „TSM-geprüfte Betriebe wissen, dass alles getan wurde, um Bevölkerung, Umwelt und Belegschaft zu schützen und damit zugleich Unfälle und Haftungsrisiken zu vermeiden“, so Richard Esser von der DWA bei der Übergabe des Zertifikats.



Das verliehene TSM-Zertifikat bestätigt, dass auf der Schramberger Kläranlage alle sicherheitstechnischen und organisatorischen Anforderungen uneingeschränkt eingehalten werden. Die Mitarbeiter hatten zum ersten Mal am Audit Technisches Sicherheitsmanagement für ihre Abteilung teilgenommen.

Kläranlage in diesem Jahr zum ersten Mal TSM-zertifiziert

Mitarbeiter des Projektteams investieren viel Zeit in das Audit

Waschmaschine und Geschirrspüler

So sparen Sie Wasser und Energie

Durch die korrekte Bedienung der Geräte kann man Wasser und Strom sparen

Waschmaschine und Geschirrspüler sind als unverzichtbare Helfer aus dem Haushalt nicht mehr wegzudenken. Angesichts der Energiepreisentwicklung lohnt es sich, auf die korrekte Bedienung der Geräte zu achten – so kann man Wasser und Strom sparen.

Nicht zu heiß waschen

Grundsätzlich gilt: Moderne Waschmaschinen sind wesentlich energiesparender als ältere Modelle. Aber auch bei neuen Geräten lässt sich mit ein paar Tricks der Verbrauch reduzieren. Damit die Wäsche sauber wird, ist in den meisten Fällen eine Temperatur von 30 bis 40 Grad ausreichend. Wer mit 60 oder sogar 95 Grad wäscht, verbraucht wesentlich mehr Energie. Eine Trommel 60-Grad-Wäsche benötigt so viel Strom wie zwei Trommeln bei 40 Grad oder drei Trommeln bei 30 Grad. Die normale Wäsche wird dank moderner Waschmittel auch bei 30 bis 40 Grad sauber.

Die sogenannte Kochwäsche muss auch nicht wirklich kochen, hier genügen ebenfalls 40 oder 60 Grad. Nur bei ansteckenden Keimen in der Wäsche sind 60 Grad und ein bleichmittelhaltiges Waschmittel zu empfehlen. In seltenen Fällen, meist auf ärztlichen Rat, sind 90 Grad nötig.

Das Waschprogramm „Eco 40-60“ ist meist die beste Wahl. Damit lässt sich normal verschmutzte Baumwollwäsche, die man bei 40 Grad oder 60 Grad waschen kann, zusammen reinigen. Die richtige Programmdauer je nach Beladung der Trommel ist hier automatisch eingestellt – für acht Kilogramm beispielsweise etwa 3 Stunden und 40 Minuten.



Um Energie zu sparen, sollte die Spülmaschine voll beladen sein.

Um Keime und Bakterien abzutöten, sollte die Maschine einmal im Monat mit pulverförmigem Vollwaschmittel bei mindestens 60 Grad laufen. Ein Gerät mit Zeitvorwahl kann abends beladen und über Nacht eingeschaltet werden. Dann spielt die Dauer des Waschvorgangs keine Rolle – und morgens ist die Wäsche fertig.

Grundsätzlich ist es sinnvoll, die Maschine immer möglichst voll zu beladen. Dazu sollte man aber auf das Material und die entsprechenden Programmhinweise achten. Ein gefülltes Gerät wäscht effizienter und reduziert den Stromverbrauch ohne Einbußen bei der Sauberkeit.

Spülmaschine voll beladen

Vielfach verbreitet ist die Meinung, dass Geschirrspülen von Hand weniger Energie

und Wasser verbraucht als ein Geschirrspüler. Das stimmt so nicht. Am meisten kann man sparen, wenn die Spülmaschine so voll wie möglich beladen wird. Essensreste sollten grob, etwa mit einer Gabel, entfernt werden. Es ist nicht nötig, das Geschirr mit der Hand vorzuspülen.

Entscheidend ist, dass das Geschirr sauber wird. Im normalen Gebrauch genügt das Eco-Programm, um Teller, Töpfe und Gläser zu reinigen. Zwar läuft die Maschine bei dieser Einstellung länger, benötigt dafür aber weniger warmes Wasser. Einmal im Monat sollte das Intensivprogramm aktiviert werden – mit der höheren Temperatur lösen sich Fettablagerungen, die sich im Laufe der Zeit in den Leitungen ansammeln können.

Sofern warmes Wasser aus der Zentralheizung in der Küche zur Verfügung steht, sollte der Geschirrspüler an das Warmwassernetz angeschlossen werden. Das spart Strom, den das Gerät benötigt, um das Wasser über den eingebauten Heizstab zu erwärmen. Die Kosten für den Verbrauch aus der zentralen Warmwasserversorgung sind niedriger als die Stromkosten für den Heizstab.

Damit Wäsche sauber wird, ist meistens eine Temperatur von 30 bis 40 Grad ausreichend

Am meisten kann man sparen, wenn die Spülmaschine so voll wie möglich beladen wird

Im Eco-Programm läuft die Maschine länger, benötigt dafür aber weniger warmes Wasser



Moderne Waschmaschinen sind energiesparender als ältere Modelle. Aber auch bei neuen Geräten lässt sich mit ein paar Tricks der Verbrauch reduzieren.

Weitere nützliche Tipps zum Energiesparen finden Sie auf der Homepage der Stadtwerke unter: www.stadtwerke-schramberg.de/Privatkunden/Erdgas/Versorgungslage/Erdgas/Energiespartipps



Nicole Müller startet beim Ironman Hawaii

Stadtwerke unterstützen die Sportlerin

Nicht auf dem Rad, nicht im Schwimmbad oder auf der Straße, sondern am Schreibtisch begrüßt Nicole Müller Anfang Februar ihren Gast. „Ich schreibe gerade an meiner Bachelor-Arbeit“, erzählt sie in ihrer Wohnung in Sulgen. Sie schreibt über die Behandlung von chronischen Rückenschmerzen. Die Vorbereitung auf den Ironman auf Hawaii, den wohl berühmtesten Triathlon-Wettbewerb der Welt, stellt man sich irgendwie anders vor.

Doch die 25-Jährige hat zwei Gründe für die Schreibtischarbeit: Die Physiotherapeutin absolviert neben ihrer Arbeit in einer großen Physiotherapiepraxis in Schramberg ein Aufbaustudium in „Interprofessionelle Gesundheitsversorgung“. Und im März hatte sie mündliche Prüfung. Was ihren Trainingsfleiß aber noch gravierender bremste, war ein Unfall mit dem Fahrrad Anfang Dezember – nicht beim Training, sondern einfach so beim Nachhause radeln. „Der Unfall hat mich ausgebremst“, sagt sie.

Im Nachhinein betrachtet, sei der Zeitpunkt des Unfalls eigentlich perfekt gewesen: In der Zeit, in der sie noch nicht wirklich auf den Ironman hinarbeiten wollte. Und für sie als Physiotherapeutin war es auch „eine coole Erfahrung, das ganze mal aus der Perspektive der Patientin zu erleben“.

Die Zeitverzögerung hat sogar einen Vorteil: Nicole Müller will zum Saisonhöhepunkt, eben dem Ironman im Oktober, ihren Leistungshöhepunkt erreichen. Üblicherweise endet die Saison mit den großen Wettkämpfen im Triathlon Mitte, spätestens Ende September. „Es ist also nicht tragisch, wenn sich alles um einen Monat verschoben hat.“



Nicole Müller arbeitet an ihrer Bachelor-Arbeit über die Behandlung von chronischen Rückenschmerzen.

Trainingslager auf Mallorca

Im März ist die Sportlerin auch wieder voll in ihr Training eingestiegen. Am Tag nach der Bachelor-Prüfung eine Woche Trainingslager auf Mallorca mit dem Ziel, die Grundlagen für längere Strecken zu schaffen – die Insel ist ein Radfahrerparadies. „Die Grundlagen für einen Triathlon schaffst Du am besten auf dem Rad, da geht der Puls nicht so hoch.“ Beim Ironman geht es bekanntlich um 3,8 Kilometer Schwimmen, 180 Kilometer Radfahren und anschließend noch einen Marathonlauf von gut 42 Kilometern.

Nach ihrem Erfolg bei den Italienischen Meisterschaften – Nicole Müller belegte im September 2022 in Cervia den ersten Platz in ihrer Altersklasse – hatte sie sich für den Ironman auf Hawaii qualifiziert. Aber die Kosten für die Teilnahme sind erheblich.

„Sportler brauchen Energie – und mit dem Thema Energie kennen sich die Stadtwerke Schramberg bestens aus. Deshalb unterstützen wir als Sponsor die Schramberger Triathletin Nicole Müller und drücken ihr die Daumen für den Ironman auf Hawaii.“

Peter Kälble, Geschäftsführer

Flug und Hotel muss sie selbst bezahlen, ebenso die Verpflegung und den Transport des Rads. „Am Ende werden es sicher 9.500 Euro werden“, schätzt die zierliche Ausdauersportlerin. Im Herbst hatte sie ein „Crowd-Funding“ gestartet, das sehr gut gelaufen ist. Aber auch die Vorbereitung kostet Geld. Nach Mallorca will sie noch ein zweites Trainingslager einbauen. „Ich bin sehr froh, dass mich die Stadtwerke Schramberg als Sponsor finanziell unterstützen.“

Für Hawaii sind zweieinhalb Wochen eingeplant. Wenn genügend Sponsoring-Gelder zusammenkommen, hätte sie gerne ihre Eltern dabei. Die können sich dann um das Drumrum kümmern, Nicole Müller sich vor dem Wettkampf entspannen.

Entspannt ist die 25-Jährige auch mit dem Blick auf ihre möglichen Konkurrentinnen: „Ich mache lieber meinen eigenen Wettkampf.“ Auf Hawaii startet sie in einer höheren Altersgruppe, da ist sie dann die jüngste. Auch deshalb rechnet sie sich keine allzu großen Erfolgchancen aus. Aber: „Ein Triathlon geht zehn Stunden. Da kann so viel passieren...“.

Die Physiotherapeutin absolviert neben ihrer Arbeit ein Aufbaustudium in „Interprofessionelle Gesundheitsversorgung“

Nicole Müller will zum Ironman im Oktober ihren Leistungshöhepunkt erreichen

Nach ihrem Erfolg bei den Italienischen Meisterschaften 2022 hatte sie sich für den Ironman auf Hawaii qualifiziert

Die Kosten für die Teilnahme sind erheblich. Im Herbst startete sie ein „Crowd-Funding“, das sehr gut lief



Erfolgreiches Jahr 2022 – unter anderem belegte Nicole Müller in ihrer Altersklasse den ersten Platz bei den Italienischen Meisterschaften in Cervia.

Erfolgreich mit eigener Sportmode

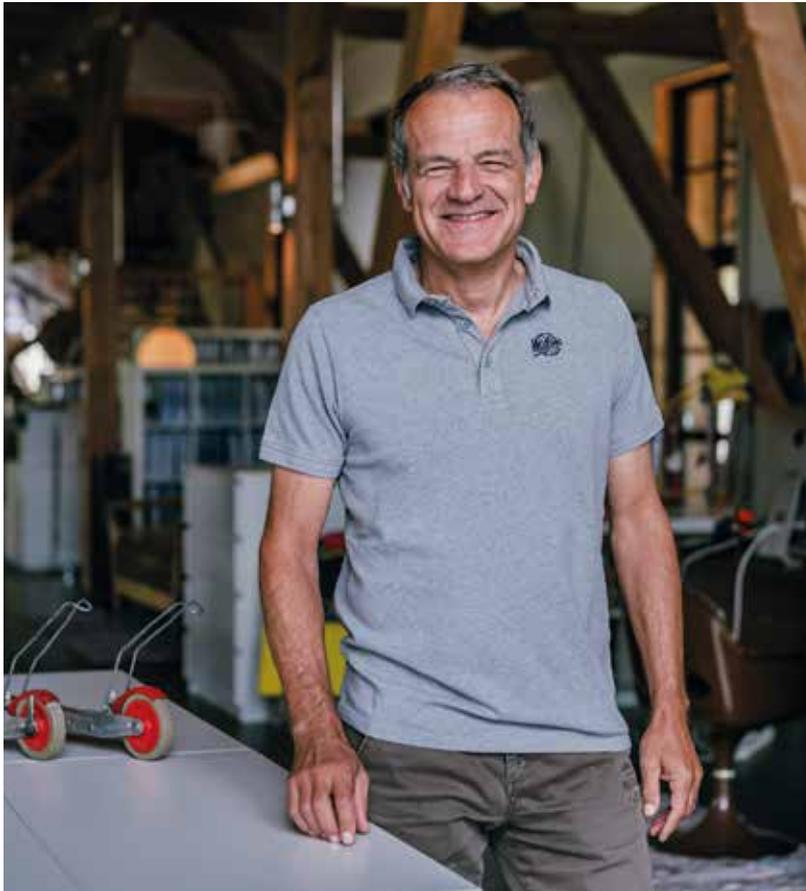
Klaus Haas ist der Chef von „Maloja“

Klaus Haas hat im Jahr 2004 die Outdoor-Marke „Maloja“ mitgegründet

Die soziale Ader und das Wissen um gesellschaftliche Verantwortung haben ihre Wurzeln in der Erziehung

Als freier Mitarbeiter der Schwäbischen Zeitung verdient er sein erstes Geld

Erste unternehmerische Tätigkeit ist die Gründung einer Surfstation in der Karibik



Klaus Haas hat die Sportmode-Marke „Maloja“ im Jahr 2004 mitgegründet.

„Tut mir leid, dass ich zu spät bin“, entschuldigt sich Klaus Haas am Telefon. Er hat einen guten Grund: „Es ging gerade um eine sehr strategische Frage. Wir arbeiten daran, eine Produktion für Textilstoffe auf Basis von Hanf wieder in Europa aufzubauen.“

Wir, das ist die Outdoor-Marke Maloja aus Rimsting am Chiemsee. Und Klaus Haas ist einer der beiden Gründer dieses eher ungewöhnlichen Sportmodelabels. Haas sitzt in seinem Büro in der Firmenzentrale. Das befindet sich aber nicht in einem modernen Betonklotz mit großer Glasfront, sondern in einem alten umgebauten Bauernhof.

Aufgewachsen ist Klaus Haas in Schramberg auf der Hutneck. Sein Vater Hubert Haas war lange Jahre Stadtrat, aktiver Arbeitnehmervertreter, hat bis zu seiner Pensionierung als Abteilungsleiter im Personalwesen bei Kern-Liebers gearbeitet und ist bis heute in der katholischen Kirche engagiert. „Ich glaube schon, dass mein Vater mich wesentlich geprägt hat.“ Die soziale Ader, das Gespür für Mitarbeiter, aber auch das Wissen um die gesellschaftliche Verantwortung des Unternehmers, „das kommt sicher aus meiner Kinderstube“.

Mitarbeiter bei der Zeitung

Mit 16 begann eine erste „Karriere“: Klaus Haas schrieb als freier Mitarbeiter für die Schwäbische Zeitung. Da habe er viel Zeit am Schreibtisch verbracht. „Ich habe als Schüler ganze Seiten vollgeschrieben und mir so ein bisschen was dazu verdient“, erzählt Haas. In der Grundschule hatte er große Schwierigkeiten mit der Rechtschreibung. Doch dank der Zeitungsschreiberei wurde aus der ursprünglichen 5 in Deutsch ab Klasse zehn eine 1.

Weil ihm Mathe leichtfiel, wählte Haas Mathe als Leistungskurs. Das Abi schafft er



Der kleine Klaus zusammen mit seiner Schwester und Vater Hubert Haas.



Mit 16 begann Klaus Haas als freier Mitarbeiter bei der Schwäbischen Zeitung.

ordentlich, aber nicht überragend mit einem Schnitt von 2,4. Den Ehrgeiz, eine eins vor dem Komma zu erreichen, habe er erst im Studium entwickelt.

Doch zuvor kamen die Ausbildung zum Bankkaufmann und die Bundeswehr. Nach dem Wehrdienst geht der Bayernfan nach Augsburg an die Uni, studiert BWL und heuert anschließend bei einem internationalen Beratungsunternehmen an. Als junger Hochschulabsolvent habe er sich „ziemlich überfordert“ gefühlt. Irgendwann habe ihm das Beraten dann doch Spaß gemacht, aber eben nicht in einer großen Organisation. Haas macht sich selbstständig und berät kleinere und mittlere Unternehmen. „Da hatte ich die Chance, mit den Menschen zu arbeiten und nicht gegen sie.“

Hotel in der Karibik

In dieser Zeit startet Haas eigene unternehmerische Aktivitäten. Mit einem Freund baut er in der Dominikanischen Republik eine Surfstation auf, errichtet ein Hotel und betreibt einen Shop für Bademoden. So kommt er mit der Marke Chiemsee und Peter Räuber, dem damaligen Vertriebsmitarbeiter, in Kontakt. Räuber habe ihn eines Tages angerufen und gesagt: „Du, ich habe da so eine Idee, willst Du mir nicht als Berater helfen?“ Sie setzen sich zusammen, reden einen Abend lang und am Schluss ist klar: „Als Berater bin ich nicht dabei, aber als gleichberechtigter Partner.“

Kurz darauf, im Jahr 2004, ging Maloja an den Start. Peter Räuber war der Fachmann für Mode und das operative Geschäft, Klaus Haas kümmerte sich um den kaufmännischen Part. „Anfangs noch nicht Vollzeit“, wie er erzählt. Da habe er weiter als Berater gearbeitet, „um ein bisschen Geld in die Kasse zu kriegen“. Ab 2009 war dann auch Haas vollständig bei Maloja. Die beiden wollen etwas Besonderes auf den Markt bringen, eine Marke aufbauen, die nachhaltig arbeitet, etwas schaffen, was bleibt. Als sie Maloja starten, sind beide schon um



Bild links: In Bayern angekommen: Klaus Haas mit Ehefrau Sabine Vogel, die ebenfalls aus Schramberg stammt.

Bild oben: Im Showroom Chiemsee zusammen mit Maloja-Mitgründer Peter Räuber.

die 40, haben Erfahrung im Geschäft. „Uns war klar, wir müssen das Baby langsam groß werden lassen.“ Wenn man zu schnell kommerzialisiert, kann man eine Marke auch rasch zugrunde richten. Sie arbeiten nur mit eigenem Kapital, ohne einen Investor im Nacken.

In den ersten Jahren konzentrieren sich die beiden auf Fahrradbekleidung. Erst später kommen Winterprodukte für beispielsweise Langlauf oder Skitourengänger hinzu. Die Bike-Bekleidung war 2004 bei den potenziellen Wettbewerbern noch überwiegend schwarz oder dunkelblau. Maloja bringt ganz andere Farben auf den Markt – und das kommt an. Damals im ersten Jahr habe gerade mal „eine halbe Designerin“ für sie gearbeitet. „Heute haben wir 20 Mitarbeiter in der Entwicklung.“

Klaus Haas lebt seit vielen Jahren ganz in der Nähe des Rimstinger Maloja Hauptquar-

tiers. Seit 2014 ist er mit seiner früheren Jugendliebe Sabine Vogel, die ebenfalls aus Schramberg stammt, verheiratet. Zuvor hat er in erster Ehe zwei Kinder großgezogen, und auch seine heutige Frau hat einen Sohn mitgebracht. Seit einiger Zeit denkt er an den Ruhestand, will sich aus dem operativen Geschäft zurückziehen. Segeln, reisen, das sind seine Pläne. Ein kleines Büro im Bauernhof behalten, aber eben nur noch ein oder zwei Tage in der Woche auftauchen, hat sich Haas vorgenommen.

Nachfolger Bernd Eisenbichler

Ein Nachfolger für Peter Räuber und ihn stehen schon bereit: Der frühere Chef der deutschen Biathleten, Bernd Eisenbichler, wird nach einjähriger Einarbeitungszeit im Sommer das Ruder übernehmen. Als Gesellschafter wollen die beiden Gründer aber weiter in strategischen Fragen mitreden. „Wir schauen schon, dass sich unser Baby weiterentwickelt.“

Behutsam wie in der Vergangenheit. Nach und nach hatten die beiden ihr Unternehmen nach der Gründung professionalisiert. Viele spannende Geschichten wurden in dem gerade im Europaverlag erschienen Buch „Eigene Wege gehen“ niedergeschrieben. Denn das Geschäft mit Bekleidung ist höchst anspruchsvoll. In Rimsting entstehen 800 Styles pro Jahr, das mal vier Farben und dann noch die verschiedenen Größen, macht etwa 16.000 verschiedene Teile pro Jahr. Ein eigenes Werk in Bulgarien mit 280 Mitarbeitern fertigt für Maloja einen Großteil der Kollektion. Hinzu kommen Partnerwerke in Portugal und Italien. Aber auch in China lässt Maloja produzieren. Etwa 30 Prozent der Teile stammen aus Fernost. Das hänge in erster Linie damit zusammen, „dass dort für bestimmte Produktbereiche derzeit das beste Know-how vorhanden ist“. Haas kommt auf sein Meeting zurück. „Die besten Textilfasern aus Hanf kommen aus China.“ Das ist auch den Amerikanern nicht entgangen, und so hat der Gouverneur von Colorado dem chinesischen Partner von Maloja gerade 3.000 Hektar kostenfrei zur Verfügung gestellt mit der einzigen Auflage, dort Hanf für die Textilverarbeitung anzubauen. Hanf hat viele Vorzüge: „Er ist nachhaltiger als beispielsweise Baumwolle, weil die Pflanze keine Pestizide benötigt und mit deutlich weniger Wasser auskommt.“

Haas schwebt vor, dass sein Unternehmen selbst in den Hanfanbau und der Verarbeitung zur Textilfaser einsteigt. Der Maloja-Produktionsstandort in Bulgarien wäre sehr gut geeignet. „Wir brauchen aber zusätzliches Know-how und Partner“, so Haas. „Aber die Chancen stehen im Moment besser denn je, dieses interessante Projekt in den nächsten Jahren zu realisieren“, schwärmt er. Das mit dem Ruhestand wird Klaus Haas wohl noch mal verschieben.



In Freiburg hat das Sportmode-Label Maloja im Jahr 2019 einen neuen Shop eröffnet, der von Claudia und Matthias Pfeil betrieben wird.

In den ersten Jahren fokussiert sich die Marke Maloja auf Bekleidung für Fahrradfahrer

Das neue Modelabel bringt endlich Farbe ins Spiel

Seit 2014 ist Klaus Haas mit seiner einstigen Jugendliebe Sabine Vogel verheiratet

Bernd Eisenbichler, früherer Chef der deutschen Biathleten, wird die Geschäftsführung des Unternehmens übernehmen

Zwei Schülerinnen entwickeln Schichtfilter Erfolgreiche Versuche auf der Kläranlage

Aileen Müller und Lena Lauble haben einen Schichtfilter entwickelt, mit dem es möglich ist, Mikroplastik aus dem Wasser zu filtern

Die beiden wurden mit einem zweiten Platz bei „Jugend forscht“ belohnt und dem Sonderpreis der Deutschen Umwelthilfe

Sie haben in der Kläranlage Schramberg Messungen des gefilterten Wassers durchgeführt

Viele, insbesondere kleinere, Kläranlagen wie in Schramberg können Mikroplastik nicht aus dem Abwasser entfernen

Großer Erfolg für zwei Schülerinnen des Gymnasiums Schramberg bei „Jugend forscht“: Aileen Müller und Lena Lauble haben einen Schichtfilter entwickelt, mit dem es möglich ist, Mikroplastik aus dem Wasser zu filtern. Unterstützt wurden die beiden Schülerinnen von den Stadtwerken. Auf der Kläranlage konnten sie ihre Erfindung testen, verschiedene Untersuchungen vornehmen und Erfahrungen mit den Mitarbeitern austauschen. Die Ergebnisse waren positiv und die beiden können sich vorstellen, dass der Filter zukünftig als weitere Klärstufe in Kläranlagen eingebaut wird. Darüber hinaus erhielten die Schülerinnen interessante Einblicke in die Abläufe und Reinigungsstufen der Kläranlage, die für ihr Projekt nützlich waren.

Zweiter Platz bei „Jugend forscht“

Beim Regionalwettbewerb von „Jugend forscht“ in Freiburg hatten die beiden Neuntklässlerinnen Mitte Februar die Möglichkeit, ihre Entwicklung „Saubere Sache 2 – Schichtfilter im Einsatz“ öffentlich zu präsentieren. Die Jury war beeindruckt von dem Projekt und belohnte das Engagement der beiden Mädchen mit einem zweiten Platz in der Endwertung. Darüber hinaus wurden Aileen Müller und Lena Lauble mit dem Sonder-

preis der Deutschen Umwelthilfe ausgezeichnet. Ein großartiger Erfolg bei 136 Teilnehmern mit insgesamt 74 Projekten.

Bereits zum vierten Mal haben die Gymnasiastinnen bei „Jugend forscht“ teilgenommen, ihr neuestes Projekt: Mikroplastik aus dem Wasser filtern. „Wir haben verschiedene Filterarten getestet und festgestellt, dass der Schichtfilter die besten Ergebnisse liefert. Daraufhin haben wir den Schichtfilter ausführlicher getestet und entwickelt“, schreiben Aileen Müller und Lena Lauble in ihrem Projektbericht. Weil Mikroplastik in Gewässern ein zunehmendes Problem darstellt, haben sie sich hauptsächlich auf Versuche mit diesen winzig kleinen Partikeln fokussiert.

Plastikmischung selbst zusammengestellt

Weiter schreiben die beiden Mädchen in ihrem Projektbericht: In einem Vorversuch haben wir eine Mischung aus verschiedenen Plastiksorten hergestellt. Danach haben wir unterschiedliche Variationen des Schichtfilters geprüft, welcher aus nachhaltigen und günstigen Materialien hergestellt werden kann. Außerdem haben wir die Kläranlage Schramberg besucht und dort Messungen des gefilterten Wassers unternommen, was

zu erfreulichen Ergebnissen führte. Unter dem Mikroskop konnten wir sehen, dass das Wasser nach der Filtration deutlich sauberer war. Sowohl natürliche Partikel als auch Mikroplastik entfernte unser Filter größtenteils.

Viele, insbesondere kleinere, Kläranlagen wie in Schramberg können Mikroplastik nicht aus dem Abwasser entfernen, weil sie nicht über die entsprechende vierte Klärstufe verfügen. Der von den Schülerinnen entwickelte Schichtfilter kann dieses Problem lösen, das haben die Versuche mit einer selbst hergestellten Plastikmischung aus Schalamid, Polypropylen, Ultraform, Delrin, Polyamid6.6 GF30 und Cycloy gezeigt. Der Prototyp des Filters bestand aus drei Schichten in einem Glasröhrchen: 0,5 Gramm Stoff (dafür wurde ein handelsüblicher Spüllappen verwendet), 15 Gramm Sand und 36 Gramm Kies. In dem anschließenden Versuch wurden 200 Milliliter Wasser mit 0,5 Gramm der selbst hergestellten Plastikmischung in den Filter geschüttet und in einem Becherglas wieder aufgefangen.

Fazit der beiden Schülerinnen: Diesen Filter würden wir in der Kläranlage einbauen und er könnte eine mögliche Alternative zur vierten Klärstufe sein.



Aileen Müller und Lena Lauble haben einen Schichtfilter entwickelt, mit dem man Mikroplastik aus dem Wasser filtern kann. Damit belegten sie den zweiten Platz bei „Jugend forscht“ und erhielten den Sonderpreis der Deutschen Umwelthilfe.

Auszeichnung in schwierigen Zeiten Stadtwerke sind TOP-Lokalversorger



Die Stadtwerke Schramberg sind „TOP-Lokalversorger 2023“ bei Strom und Erdgas und haben damit zum elften Mal in Folge das Gütesiegel des Energieverbraucherportals erhalten. Diese Auszeichnung bestätigt neben dem guten Preis-Leistungsverhältnis auch die besondere Kundenorientierung. Auch in Krisenzeiten setzen sich Energie- und Wasserversorger über ihren Lieferauftrag hinaus für ihr regionales Umfeld ein, bilanziert das Energieverbraucherportal am Ende des aktuellen Wettbewerbs. Sie investieren in Kundenservices, Klimaschutz und zeigen soziales Engagement.

Insgesamt 255 Unternehmen mit lokalem sowie Grundversorgungsgebiet in Deutschland erhalten das Prädikat. Im Landkreis Rottweil wurden die Stadtwerke Schramberg als einziges Energieversorgungsunternehmen ausgezeichnet. Im Vergleich zum Vorjahr ist die Zahl der erfolgreichen Teilnehmer weitgehend stabil, der Preis wurde nach detaillierter Prüfung in den Kategorien Strom, Gas, Wasser und Wärme verliehen. Die TOP-Lokalversorger stehen, so die Ver-

gabeinstitution, für eine hohe Produktqualität zu fairen Preisen, für zeitgemäße Services, ausgeprägte Kundenfreundlichkeit sowie für technologische Innovationen – und dies alles trotz oder gerade wegen der all-gemein tiefgreifenden Krisen.

Mehr als Daseinsvorsorge

„Der Krieg in der Ukraine, die Energieverknappung und Inflation sowie der stetig voranschreitende Klimawandel machen nicht nur den Verbraucherinnen und Verbrauchern das Leben schwer, auch die Versorgungsunternehmen stehen vor einer Herkulesaufgabe der Neuorientierung“, sagt Dr. Uwe Pöhls, Repräsentant des Energieverbraucherportals. Umso erstaunlicher und beachtenswerter sei es, dass die mit dem Gütesiegel TOP-Lokalversorger ausgezeichneten Stadtwerke neben ihrer eigentlichen Aufgabe der Daseinsvorsorge mit Energie, Wasser und Wärme auch die Unterstützung ihres lokalen Umfelds im Blick behalten.



Der Prüfkatalog für das TOP-Lokalversorger-Siegel ist vielfältig und fragt neben Liefer-spektralen, Preisen und Zertifikaten auch zum Beispiel die Quali-tät der Kommunikation so-wie soziale Engagements im regio-nalen Umfeld der Stadtwerke ab.

Neu hinzugekommen sind die Kriterien „Energiewende“ und „Digitalisierung“. Unter dem Stichwort Energiewende haben die Stadtwerke Auskunft gegeben über ihre Nachhaltigkeitskonzepte sowie über die re-generativen Energien, die sie in direkter Verantwortung anbieten: Photovoltaik, Blockheizkraftwerke, Wind- und Wasser-kraft oder auch Biogas. Außerdem spielte für die Bewertung eine Rolle, wie die Stadt-werke bei digitalen Technologien wie Smart Meter oder intelligenten Messsystemen so-wie Weiterbildungsangebote in diesem Be-reich aufgestellt sind.

Engagierte Mitarbeiter

Die TOP-Lokalversorger beschäftigen sich transparent, kontrolliert und intensiv damit, wie die Versorgung der Bevölkerung, des Gewerbes, der Industrie und Landwirt-schaft sichergestellt werden kann – klima-gerecht und verantwortungsbewusst. Dar-über hinaus unterstützen sie die örtliche Wirtschaft, die Kunst, Kultur, Bildungsein-richtungen und den Sport. Dies alles erfor-dert erhebliche Aufwendungen von einem Team aus motivierten und kompetenten Mitarbeitern, mit dem Gütesiegel „TOP-Lokalversorger“ soll auch dieses Engagement gewürdigt werden.



Die Auszeichnung „TOP-Lokalversorger“ bestätigt neben dem guten Preis-Leistungsverhältnis auch die besondere Kundenorientierung.

Zum elften Mal in Folge wurden die Stadtwerke als TOP-Lokalversorger ausgezeichnet

Der Preis würdigt auch Kundenservice sowie soziales Engagement und Klimaschutz

TOP-Lokalversorger für Strom und Erdgas bieten ihren Kunden hohe Produktqualität zu fairen Preisen

Die Leistungen gehen weit über die reine Energieversorgung hinaus

Kinderclub PINGUINE - NICHT NUR IN DER ANTARKTIS FASZINIEREND



Was blüht wann?



Schneeglöckchen:
ungefähr von
Februar bis April



**Krokusse und Oster-
glocken:** ab März



Tulpen: im April

Hallo liebe Kinder,
endlich Frühling! Es wird wärmer
und die ersten Blumen blühen.
Letztes Mal habe ich euch vom Kaiser-
pinguin erzählt, ein richtiger Überle-
benskünstler in Eis und Kälte.
Heute gehen wir in wärmere Gebiete
und ich erzähle euch von Pinguinen, die
dort leben.

Viel Spaß beim Lesen, Euer Eddi

Der Galápagos-Pinguin

Er lebt von allen Pinguinen am nördlichsten.
Ihn gibt es nur auf den Galápagos-Inseln
westlich von Südamerika, die zu Equador
gehören. Er ist endemisch. Das nennt man
so, wenn Tiere oder Pflanzen nur an einem
bestimmten Ort vorkommen. Die Pinguine
ernähren sich hauptsächlich von kleinen Fi-
schen. In Gruppen treiben sie die Fisch-
schwärme zusammen.



*Der Galápagos-Pinguin gehört zu den
seltensten Pinguinarten und wurde auf
der Roten Liste der IUCN 2020 als gefähr-
det eingestuft.*

Der Galápagos-Pinguin gehört zu den Brillenpinguinen und ist von dieser Gattung der kleinste. Weitere Brillenpinguinarten: Brillenpinguin, Humboldt-Pinguin und Magellan-Pinguin.

Auf den Galápagos-Inseln wird es den Tieren eher zu heiß als zu kalt. Die federlosen, weißen oder rosa Hautflecken am Schnabelansatz dienen dem Wärmeaustausch und verhindern ein Überhitzen.



*Der Brillenpinguin ist an der Westküste
Afrikas zu Hause. Der Name kommt von
den Hautflecken, die er um die Augen
hat. Es sieht aus, als ob er eine Brille trägt.*

Da die erste Zeit immer ein Elternteil am Nest ist, kann nur ein Tier Futter besorgen. Bei Nahrungsmangel wird nur das stärkere Küken gefüttert und das schwächere stirbt. Später versorgen wieder beide Elternteile ihren Nachwuchs für ungefähr acht Wochen. Danach sind die Küken selbständig.

Der kleinste Pinguin der Welt

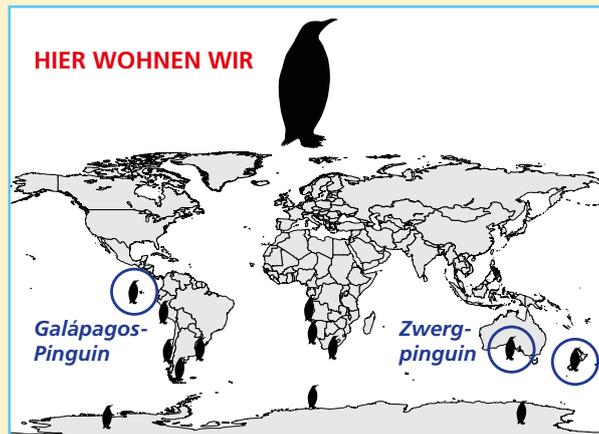
Mit 35 bis 40 cm ist der Zwergpinguin der kleinste Pinguin der Welt. Er ist hauptsächlich in Neuseeland verbreitet, es gibt ihn aber auch entlang der Südküste Australiens und auf Tasmanien. Es ist die einzige Pinguinart, die auf dem Festland Australiens brütet. Sie leben ganzjährig in großen Kolonien.



*Zwergpinguine jagen am Tag und füttern
ihre Jungen nachts. Die Tiere ernähren
sich von Fisch oder kleinen Krebstieren,
die sie bei Jagdzügen in der Nähe ihrer
Brutkolonien fangen. Sie tauchen bis zu
70 Meter tief.*

Zwergpinguine sind sehr flexibel, wenn es um den Nistplatz geht: Sie brüten in Felspalten, Erdlöchern, unter Baumwurzeln, manchmal auch unter Wohnhäusern. In Neuseeland wurden auch Nistkästen angebracht, in denen die Tiere brüten.

In der Brutzeit zwischen Mai bis März legen die Zwergpinguine zwei Eier und nach 33 bis 39 Tagen schlüpfen die Küken. Flügel werden sie nach ungefähr sechs Wochen. Es kann vorkommen, dass manche Paare ein zweites Gelege großziehen, nachdem die ersten Küken das Nest verlassen haben.



HIER WOHNEN WIR

Galápagos-
Pinguin

Zwerg-
pinguin

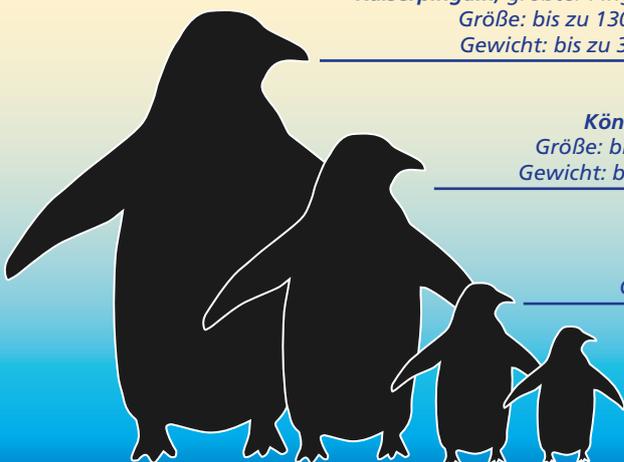
WER IST WIE GROSS?

Kaiserpinguin, größter Pinguin:
Größe: bis zu 130 cm,
Gewicht: bis zu 37 kg

Königspinguin
Größe: bis zu 95 cm
Gewicht: bis zu 16 kg

Galápagos-Pinguin:
Größe: 48 – 53 cm
Gewicht: 1,5 – 2,5 kg

Zwergpinguin, kleinster Pinguin:
Größe: 35 bis 40 cm, Gewicht: 1 kg



verschiedenen Zeiten. Sie nutzen immer wieder den gleichen Nistplatz. Gebrütet wird in Höhlen, die sie graben oder auch in Spalten im Vulkangestein, die sie mit Pflanzen oder Seegras schön auspolstern.

Die Pinguine legen zwei Eier. Beide Elternteile brüten. Nach etwa 40 Tagen schlüpfen die Jungen.

Der Schwarzwälder Postillon

150 Jahre Lokalpresse in Schramberg

Im Zeitalter der Digitalisierung gibt es in Schramberg so viele Medien wie nie zuvor. Die Stadtverwaltung, die Unternehmen und die Vereine bieten mit ihren Internetauftritten eine kaum überschaubare Fülle an Inhalten – dazu kommen noch die „sozialen Medien“, in denen auch viele Menschen aus der Bevölkerung über sich „berichten“. Der Wandel ist epochal und revolutionär – so normal er mittlerweile ist. Die Bedeutung der Lokalpresse geht dabei erkennbar zurück – vor allem in ihrer gedruckten Form. Als unabhängige Plattform zur Information und Diskussion von Stadtentwicklung und Kommunalpolitik ist sie aber weiterhin unverzichtbar. Das Jubiläum „150 Jahre Lokalpresse in Schramberg“ kann das neu bewusstmachen.

Die Geschichte der Lokalpresse in Schramberg beginnt 1873

Vor 150 Jahren begann mit der ersten Ausgabe des „Schwarzwälder Postillons“ am 1. März 1873 die Geschichte der Lokalpresse in Schramberg. Ihr Gründer war der Buchdruckermeister Heinrich Eller (1842 – 1913) aus Büdingen im Großherzogtum Hessen-Darmstadt, den es 1868 nach Rottweil gezogen hatte, wo er sich selbstständig machte. Im Zeitalter der Industrialisierung blühte auch die Druckindustrie auf – insbesondere durch die Gründung von Zeitungen und Zeitschriften, wie auch durch viele andere Produkte wie Bücher, Prospekte, Postkarten und Rechnungen.

Da es in Rottweil allerdings bereits die Druckerei der Familie Rothschild und die 1866 gegründete „Rottweiler Zeitung“ gab, zog Heinrich Eller 1872 nach Schramberg weiter. Dort konnte er die allgemeine Aufbruchstimmung zur Gründung einer eigenen Zeitung nutzen. 1867 war Schramberg vom Marktflerken und Pfarrdorf zur Stadt aufgestiegen – und befand sich mit der kurz zuvor erfolgten Einführung der Gewerbefreiheit im Königreich Württemberg und seinen zahlreichen Fabriken im Aufwind der „Gründerzeit“.

Gut gewählter Name

Was der aufstrebenden Stadt noch fehlte, war eine Zeitung – und Heinrich Eller gründete sie. Ihr Name war gut gewählt und mit einem Postreiter auch auf dem Kopf der Zeitung zu sehen. Der „Schwarzwälder Postillon“ brachte Nachrichten aus aller Welt nach Schramberg – und Nachrichten aus Schramberg in alle Welt. Die Gründung einer eigenen Zeitung war ein wichtiger Baustein in der Entwicklung zur modernen



Die älteste Ausgabe des „Schwarzwälder Postillons“ im Stadtarchiv Schramberg vom 12. November 1881. Foto: Stadtarchiv Schramberg.

Stadt. Bereits 1877 kehrte Heinrich Eller jedoch nach Rottweil zurück, als sich für ihn dort die Chance bot, den neu gegründeten „Schwarzwälder Volksfreund“ drucken zu können.

Den „Schwarzwälder Postillon“ verkaufte er an den Buchdrucker Heinrich Hammel (1851 – 1923) aus Künzelsau in Hohenlohe, der ihn kontinuierlich ausbaute und 1892 in „Schramberger Anzeiger“ umbenannte. 1908 kaufte eine Genossenschaft aus der katholischen Bürgerschaft die Zeitung auf, die seitdem unter dem neuen Namen „Schwarzwälder Tagblatt“ erschien. Der „Schwarzwälder Postillon“ blieb als Wochenendbeilage erhalten. Nach dem Verbot in der NS-Zeit im Jahr 1935 kam das „Schwarzwälder Tagblatt“ im Jahr 1950 in

enger Kooperation mit der „Schwäbischen Zeitung“ in Leutkirch neu heraus. 1970 wurde aus „Schwäbische Zeitung“ der Ober- und aus „Schwarzwälder Tagblatt“ der Untertitel. 2004 gab die „Schwäbische Zeitung“ jedoch ihre Lokalausgaben in Schramberg (und in Rottweil) auf – nach über 130 Jahren ein großer Verlust, der bis heute immer wieder beklagt wird.

Leider sind die ersten 15 Jahrgänge des „Schwarzwälder Postillons“ verschollen. Seit 1888 können aber im Stadtarchiv (fast) alle Ausgaben des „Schwarzwälder Postillons“, des „Schramberger Anzeigers“ und des „Schwarzwälder Tagblatts“ bis zur letzten Ausgabe der „Schwäbischen Zeitung“ eingesehen werden: eine einzigartige Fundgrube der Stadtgeschichte.

Vor 150 Jahren erschien in Schramberg die erste Ausgabe des „Schwarzwälder Postillon“

1867 war Schramberg vom Marktflerken und Pfarrdorf zur Stadt aufgestiegen

Die Gründung einer eigenen Zeitung war ein wichtiger Baustein in der Entwicklung zur modernen Stadt

Im Jahr 2004 endet die Ära mit der Einstellung der „Schwäbischen Zeitung“



Stellenangebote unter:
[www.stadtwerke-schramberg.de/
de/Unternehmen/Karriere](http://www.stadtwerke-schramberg.de/de/Unternehmen/Karriere)



Stadtwerke
Schramberg

EINFACH NÄHER DRAN!

WIR SUCHEN ENGAGIERTE, MOTIVIERTE
UND QUALIFIZIERTE MITARBEITER (M/W/D)
BEWIRB DICH JETZT!

