

# HIERBLEIBER

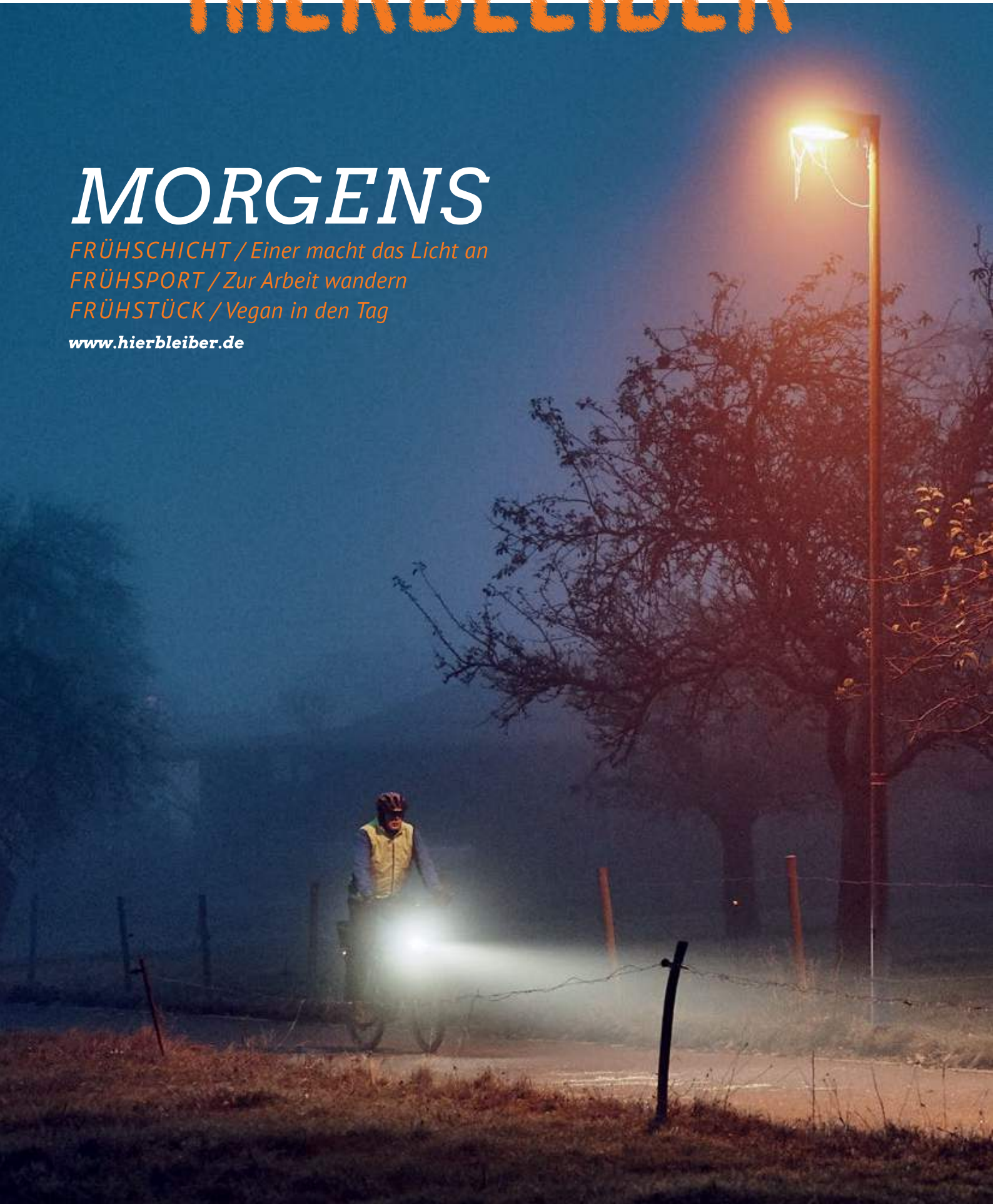
## MORGENS

*FRÜHSCHICHT / Einer macht das Licht an*

*FRÜHSPORT / Zur Arbeit wandern*

*FRÜHSTÜCK / Vegan in den Tag*

[www.hierbleiber.de](http://www.hierbleiber.de)

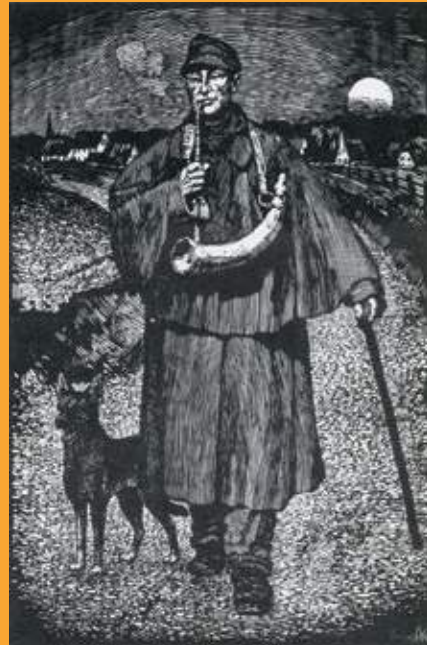






## LIEBE LESERIN, LIEBER LESER,

der Morgen ist eine ausgesprochen spannende Tageszeit. Es beginnt mit dem Aufwachen. Viele Jahrhunderte endete die Nachtruhe mit der aufgehenden Sonne oder dem Krähen der Hähne. In den Städten übernahmen darüber hinaus Nachtwächter und die Glocken großer Kirchen Weckfunktionen. Der Siegeszug des Weckers begann mit der Industrialisierung.



↑ Albert König (1881-1944): Nachtwächter

elle Massenware gefertigt. Heute lassen sich viele Menschen von ihrem Smartphone wecken. Dieser Mini-PC ist handlich, zuverlässig und wird oft vor dem Einschlafen sowieso neben dem Bett abgelegt.

Auch die morgendliche Nahrungsaufnahme verfügt über eine bewegte Geschichte. „Frühstück“ hat seinen Ursprung im 15. Jahrhundert und meint das Stück Brot am frühen Morgen. Der Begriff löste das bis dahin übliche mittelhochdeutsche „Morgenbrot“ ab. Die Realität im Mittelalter sah meist anders aus: Breite Bevölkerungsschichten mussten sich nach dem Aufstehen mit Suppe oder Brei begnügen.

Je nach Kulturkreis und Land variieren Inhalt und Gestaltung der ersten Mahlzeit des Tages. Analog zum Wecker ist das moderne deutsche Kaffee-Brot-Frühstück ein Produkt der Industrialisierung. Um den harten Arbeitsalltag zu bewältigen, setzte die Arbeiterschaft im 19. Jahrhundert auf reichlich Kohlenhydrate.



← Johannes Martini (1866-1935): Frühstück in der Lokomotiven-Werkstätte (1891)

Da ein pünktlicher Arbeitsbeginn die Voraussetzung für die Produktionsabläufe in einer Fabrik bildete, mussten sich die Arbeiter mit Wecker ausstatten. Aus diesem Grund wurden die mechanischen Wachmacher nach kurzer Zeit schon als industri-

Auf welche vielfältige Art und Weise Menschen ihren Tag beginnen, zeigt das vorliegende Magazin. Insbesondere Kolleginnen und Kollegen der ENRW erweisen sich in diesem Zusammenhang als „Stehaufmännchen“ im wahrsten Sinne des Wortes.

↑ Cover: Vermessungsingenieur Hans-Christian Kurz vom ENRW Eigenbetrieb Stadtentwässerung auf dem Weg zur Arbeit.

Apropos ENRW. Wenn Sie Kunde sind und sich für unser Unternehmen interessieren, wäre vielleicht eine Mitgliedschaft im ENRW-Kundenbeirat etwas für Sie! Das Gremium bringt Anregungen, Wünsche und Kritik ein und fungiert als Bindeglied zwischen uns und unseren Kunden. Die Mitglieder informieren die ENRW-Mitarbeiter über das Kundenerleben von Image und Qualität der Produkte, Serviceleistungen und ähnliche Aspekte.

Vorschläge zu kundenrelevanten Leistungen und Abläufen sind ausdrücklich erwünscht. Pro Jahr finden in der Regel zwei bis drei Sitzungen statt. Vor jedem Termin gibt es einen interessanten Blick hinter die Kulissen eines regionalen Energieversorgers. Nicht zuletzt erhalten Kundenbeiräte eine kleine Aufwandsentschädigung. Kontaktieren Sie uns! Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung bis spätestens 30. April 2020 unter [hierbleiber@enrw.de](mailto:hierbleiber@enrw.de). Mehr Infos dazu erhalten Sie auf Seite 22 in diesem Heft.



↑ Der noch bis April amtierende ENRW-Kundenbeirat.

Nun wünsche ich Ihnen eine anregende (Morgen-)Lektüre

**Ihr Jochen Schicht**

Leiter Unternehmenskommunikation  
**ENRW** Energieversorgung Rottweil

P.S.: Interesse an einem kostenlosen Abo? Einfach melden: [hierbleiber@enrw.de](mailto:hierbleiber@enrw.de) oder 0741/472-107

## Schwerpunktthema **MORGENS**

INHALT:

|                                  |    |
|----------------------------------|----|
| 03:00 UHR                        | 4  |
| 05:45 UHR                        | 6  |
| 05:59 UHR                        | 7  |
| 06:00 UHR                        | 8  |
| 06:35 UHR                        | 10 |
| 06:41 UHR                        | 11 |
| 06:57 UHR                        | 12 |
| 07:05 UHR                        | 14 |
| 07:07 UHR                        | 16 |
| 07:25 UHR                        | 17 |
| 08:02 UHR                        | 18 |
| ENRW AKTUELL                     | 21 |
| Erdgas – besser heute als morgen |    |
| ENRW KUNDENBEIRAT                | 22 |
| Neue Kundenbeiräte gesucht!      |    |
| VERANSTALTUNGSTIPPS              | 23 |
| GEWINNSPIEL                      | 24 |

### Impressum

Verantwortlich: Dr. Jochen Schicht,  
Unternehmenskommunikation (V.i.S.d.P.)  
Kontakt zur Redaktion: ENRW Energieversorgung Rottweil GmbH & Co. KG  
Abteilung PR  
In der Au 5 78628 Rottweil Tel. 0741/472-104  
[hierbleiber@enrw.de](mailto:hierbleiber@enrw.de)  
Erscheinungsweise: 4 x jährlich  
Abonnement: Abonnement unter [www.hierbleiber.de](http://www.hierbleiber.de)  
Texte: Dr. Jochen Schicht, Melissa Schenk (S. 18-20, 23, 24)

Layout & Illustrationen: hugger\_gestaltung GmbH  
Agentur für einzigartige Werbung  
[www.hugger-gestaltung.de](http://www.hugger-gestaltung.de)  
Druck: jetoprint GmbH, 78048 VS-Villingen  
Papier: gedruckt auf 100% Recycling-Papier  
Auflage: 40.000 Exemplare  
Foto-Nachweise: Bildrechte alle bei der ENRW oder direkt an den Fotos vermerkt. Fotograf ENRW-Fotos: Nico Pudimat ([www.nicopudimat.de](http://www.nicopudimat.de))  
S. 20: Hintergrund: Olga – stock.adobe.com



03:00

**M**anchmal verliert Silke die Orientierung. Obwohl ihr Wecker nicht klingelt, steht sie um 2.30 Uhr auf und zieht sich an. Erst an der Wohnungstür realisiert die 50-Jährige, dass Sonntag ist. Silkes Biorhythmus ist unbestechlich. 19 Jahre Zeitungen auszutragen prägt. Jede zweite Kalenderwoche von montags bis samstags steht sie um 3 Uhr an ihrer Ausgabestelle in Rottweil. Läuft alles normal, liefert der Fahrer den Schwarzwälder Boten und die BW-Post zum Verteilen. Nach Fußballspielen oder anderen wichtigen Ereignissen kann es auch schon mal 3.30 Uhr werden, da die Druckmaschinen später anlaufen. Abhängig von ihrem Schichtplan kommt Silke ins Schwitzen: „Wenn ich an solchen Tagen Frühschicht habe, muss ich mich richtig sputen. Um 6 Uhr beginnt mein Hauptjob. Und ich habe noch eine knappe halbe Stunde Anfahrt.“

Sie packt Zeitungen, Pakete und Briefe in ihr Auto. Im ersten von zwei Bezirken parkt sie und sortiert unter dem Licht einer Straßenlaterne die Post. Anschließend startet die Verteilung. Abhängig von Witterung sowie Postaufkommen benötigt Silke zwischen zwei und zweieinhalb Stunden. Zuhause putzt sie sich schnell die Zähne. Mit der Vespertasche geht es wieder ins Auto. Die dreifache Mutter, deren Söhne schon alle erwachsen sind, arbeitet bei einem Hersteller für Leiterplatten in der Abteilung „Qualitätssicherung“. Jede zweite Woche ist sie in der Spätschicht eingeteilt und kommt erst gegen 23.30 Uhr nach Hause. Um 2.30 Uhr wieder aufzustehen, ist da beim besten Willen nicht drin: „Die Zeitungen verteile ich dann erst ab 4 Uhr.“ Silkes Wochentage beginnen somit entweder um 2.30 Uhr oder eine Stunde später. Dementsprechend ist gegen 20 Uhr „der Akku leer“, und sie geht schlafen.

Zu dem frühmorgendlichen Nebenjob kommt die gelernte Gaststättenfachgehilfin im Jahr 2000 über eine Freundin. „Es hat mir auf Anhieb gefallen. Morgens um diese Zeit ist es so schön ruhig. Es sind immer die gleichen wenigen Menschen, die um diese Zeit zur Arbeit gehen. Und immer die gleichen wenigen Häuser, in denen schon Licht brennt. Man kann die Gedanken schweifen lassen, hat Bewegung und ist an der frischen Luft. Im Sommer fangen ab 3.30 Uhr die Vögel an zu zwitschern. Das liebe ich.“ Natürlich kann sie den Nebenverdienst auch gut gebrauchen, kommt sie doch mit ihrem normalen Lohn „gerade so hin“. Außerplanmäßige Ausgaben sind kaum abgedeckt.

Wie in jedem Job gibt es auch beim Zeitungsaustragen kleine Durststrecken zu überwinden. Nicht immer scheint die Sonne und ganz selten bleibt bei aller Umsicht am Ende der Tour noch die eine Zeitung übrig: „Man geht dann gedanklich den ganzen Weg nochmals durch.“ Kleine Denksportaufgaben hält die Urlaubszeit bereit: „Man muss schon genau aufpassen, wer wann die Zeitung während des Urlaubs abbestellt.“

Silke möchte noch lange austragen: „So lange ich laufen kann, mache ich das – und solange es noch Zeitungen in Papierform gibt.“ Die 50-Jährige bekommt hautnah mit, dass viele junge Menschen auf eine gedruckte Zeitung verzichten: „Früher hatte fast jedes Haus ein Abo, das ist heute bei weitem nicht mehr der Fall.“ Es scheint aber auch gegenläufige Trends zu geben: „Mein 24-Jähriger Sohn beispielsweise studiert jeden Abend die Zeitung Seite für Seite.“ Allerdings gibt es diese bei Silke von Berufswegen kostenlos.





**K**irsten ist 59 und steht unter der Woche um 4.15 Uhr auf. Ihre innere Uhr sorgt dafür, dass sie eigentlich keinen Wecker mehr braucht: „Bin immer vor ihm wach.“ Kurz ins Bad, dann geht es mit Hund Aiko raus in den frühen Morgen. Bei jedem Wetter. Der Tag ist noch jung, wenn Kirsten und Aiko ihre Runde drehen. In der dunklen Jahreszeit ist bis auf den Zeitungsausträger so gut wie niemand unterwegs. Ganz selten brennt schon Licht hinter einem Fenster. Die Kleinstadt schläft noch.

Die Hamburgerin lebt seit 1989 in Rottweil. Ihr 2015 verstorbener Mann Manfred war der Grund für den Umzug in den Süden. Manfred, Kirsten und Aiko gingen früher oft jagen, zeitweise im gepachteten Revier. Heute ist der Bayrische Gebirgsschweißhund ein älterer Herr, der viel Schlaf benötigt. „Manchmal wacht er nicht mal auf, wenn ich nachmittags von der Arbeit komme“, sagt Kirsten. Dann muss sie ihn vorsichtig wecken, sonst erschrickt er.

Jeden Morgen sind die beiden rund eine Stunde unterwegs. Gegen 5.45 Uhr treffen sie wieder zuhause ein. Für Aiko gibt es Futter, für Kirsten die erste Tasse Kaffee. „Ich bin seit Kindesbeinen an ein Morgenmensch“, sagt sie, „aber gleichzeitig auch ein kleiner Morgenmuffel.“ Zum Durchschnaufen gönnt sich die 59-Jährige noch ein halbes Stündchen vor dem Fernseher. Bei „Hawaii Five-O“, „Criminal Minds“,

„Rosenheim Cops“ oder „SOKO Kitzbühel“ – jeweils am Vorabend aufgenommen – rückt der Arbeitsbeginn um 7 Uhr zumindest ein wenig näher.

Bereits eine halbe Stunde vorher sitzt die gelernte Bürokauffrau an ihrem Schreibtisch bei der ENRW. Sie kocht Kaffee und zwar nicht nur für sich. Fast täglich treffen sich vier bis fünf Kollegen bei Kirsten, um sich vor Dienstantritt nochmals kurz zu stärken.

Am Wochenende ändert sich nicht viel an diesem Prozedere. Gestartet wird gerade mal ein Stündchen später, gegen 5.45 Uhr. Einziger Unterschied zur Arbeitswoche: Vereinzelt kommen den beiden Nachtschwärmer aus der Stadt entgegen.

### ENRW VON INNEN

Kirsten Polleichtner kümmert sich bei der ENRW um den firmeneigenen Fuhrpark inklusive Wartung und Instandhaltung. Die 59-Jährige organisiert außerdem Fortbildungen, plant Neubeschaffungen und unterstützt als Sachbearbeiterin die technischen Abteilungen. Zudem bearbeitet sie Anträge von Firmen oder Bauherren, die für ihre Baustellen Strom benötigen und organisiert die Isolierung von Stromfreileitungen auf Hausdächern, wenn beispielsweise Handwerker aufs Dach müssen.



**H**ans-Christian zählt regelmäßig Autos. Allerdings ausschließlich auf der Landstraße zwischen Beffendorf und Bösing. Nicht aus beruflichen Gründen. Reines Privatvergnügen. Auch wenn sich der Spaßfaktor in Grenzen hält. Denn es sind viele Autos, die ihn während der zwei Kilometer überholen. Neulich hat er über 30 Fahrzeuge gezählt. Nicht ungefährlich für einen Radfahrer am frühen Morgen, aber unumgänglich, denn es gibt keinen Radweg auf dieser Strecke. „Wenn ein Bus hinter mir klebt und nicht überholen kann, bekomme ich fast ein schlechtes Gewissen“, sagt Hans-Christian.

Rückblick: Vor zwei Jahren hat sich der 51-Jährige Vermessungsingenieur dazu entschieden, einmal pro Woche mit dem neuen E-Bike zur Arbeit zu fahren. Das E-Bike least sein Arbeitgeber, die ENRW Energieversorgung Rottweil. Das Unternehmen nutzt das Angebot der Firma JobRad. Nutzen kann Hans-Christian das Rad wann immer er es will: auf dem Weg zur Arbeit, im Alltag, in den Ferien oder beim Sport. Die monatlichen Raten werden automatisch von seinem Gehalt einbehalten. Dank zusätzlicher steuerlicher Förderung spart der zweifache Familienvater so bis zu 40 Prozent gegenüber einem klassischen Kauf. Wenn er möchte, kann er nach drei Jahren das Rad zum Restpreis erwerben oder das Leasing mit einem neuen Rad fortführen.

Nun verhält es sich so, dass Hans-Christian in Dorhan lebt. Somit beträgt sein Arbeitsweg nach Rottweil satte 30 Kilometer. Was mit dem Auto eine knappe halbe Stunde dauert, bewältigt ein E-Bike-Pilot mit einer durchschnittlichen Geschwindigkeit von 25 Stundenkilometern in rund 70 Minuten. In der Regel macht sich Hans-Christian kurz vor 6 Uhr auf den Weg, nachdem er um 5 Uhr sein Bett verlassen hat. Dazwischen liegen die Zubereitung des Frühstücks

für die Familie, die Vorbereitung des Schulverspers seiner beiden Kinder sowie vor allem während der kalten und dunklen Jahreszeit ein aufwendiges Ankleiden: „Skiunterwäsche, drei bis vier Lagen warme Klamotten, Sturmhaube und Warnweste müssen es bei Temperaturen unter null Grad auf jeden Fall sein.“ Ab Herbst kontrolliert er vor Abfahrt auch noch die Beleuchtung am Rad.

Hans-Christian genießt es sehr, einmal pro Woche mit dem E-Bike zur Arbeit zu fahren. Der 51-Jährige schätzt das unmittelbare Naturerlebnis und die sportliche Betätigung: „Ich merke sofort, wenn ich länger ausgesetzt habe.“ Von grandiosen Sonnenaufgängen im Sommer bis hin zum schneebedingten Schieben im Winter reicht die Bandbreite seiner frühmorgendlichen Tour, deren exakte Datierung er Woche für Woche von der Witterung abhängig macht. Von Stürzen blieb Hans-Christian bislang verschont, wenngleich es einmal knapp war: „Ausgerechnet auf einem nassen Kanaldeckel ist das Hinterrad weggerutscht.“ Mit Kanaldeckeln kennt er sich nämlich bestens aus, zählt doch die Vermessung und Erfassung von Abwasserkanälen zu seinen dienstlichen Pflichten.

### ENRW VON INNEN

Hans-Christian Kurz arbeitet als Vermessungsingenieur beim ENRW Eigenbetrieb Stadtentwässerung. Er vermisst in Rottweil samt Ortsteilen neue sowie zu ersetzende Abwasserkanäle, erfasst Neubauten für die Berechnung der gesplitteten Abwassergebühr und ist für die Pflege der Kanaldatenbank zuständig. Sie gibt detailliert Auskunft über das örtliche Kanalnetz, welches eine Gesamtlänge von rund 200 Kilometer aufweist. Jedes Jahr werden in einem rollierenden System Kanäle geprüft und – falls nötig – saniert.





06:00

Um 6 Uhr macht Ralf das Licht an. Er hat Frühschicht und ist der Erste in der Netzleitstelle der ENRW und der Erste auf dem Betriebsgelände. Das unscheinbare Großraumbüro ist sehr wichtig für alle Bewohner der HIERBLEIBER-Region. Es hat etwas von Schaltzentrale, wo alle Informationen zusammenlaufen. ENRW-Mitarbeiter sind im Schichtdienst 24 Stunden, sieben Tage pro Woche für rund 40.000 Menschen im Einsatz. Menschen, die Strom, Erdgas, Wärme und Trinkwasser zum Leben benötigen. Menschen, deren Abwasser fachgerecht entsorgt werden muss. „Überwachung aller Versorgungsnetze“ heißt die Aufgabe.

Ralf kümmert sich zunächst um die Warnmeldungen der vergangenen Nacht, die bis zum nächsten Tag warten konnten. Er prüft die Meldungen der Systeme und entscheidet, welche Info die Kollegen vom Technischen Service benötigen, um im Laufe des Tages an den Versorgungsnetzen Reparaturen durchzuführen. Noch ein Blick auf die Auslaufwerte des Trinkwassers – es sind keine Hinweise auf Leckagen in den Leitungen draußen in der Region ersichtlich. Der 37-Jährige schnappt sich einen Handstrahler und beginnt seinen Rundgang. Hoftore aufschließen, Fenster und Türen der Betriebsgebäude kontrollieren. Auch der Wasserkraftanlage am Neckar stattet er einen kurzen Besuch ab. Das Bedientableau zeigt nichts Auffälliges.

Keine Frage, der Job in der Netzleitstelle ist verantwortungsvoll und herausfordernd. Allein die Überwachung des Stromnetzes umfasst zwei Umspannwerke, 367 Trafostationen und 292 Kilometer Mittelspannungsleitungen. Neben der reinen Überwachung steuern und regeln die Mitarbeiter der Netzleitstelle Strom- und Gasnetze, Blockheizkraftwerke und die Wasserkraftanlage am

Neckar. Sie prüfen regelmäßig alle von der ENRW eingesetzten elektrischen Geräte und technischen Anlagen. Darüber hinaus müssen neue Anlagen, wie beispielsweise fernschaltbare Stromstationen, in das Leitsystem des Netzes eingepflegt werden.

Die ENRW verfügt über äußerst stabile Versorgungsnetze. Dies belegen die Zahlen. Bei Stromnetzen beträgt in Deutschland die durchschnittliche Versorgungsunterbrechung je angeschlossenen Letztverbraucher innerhalb eines Kalenderjahres 13,91 Minuten. Die ENRW kann für ihre Netze einen jährlichen Durchschnittswert von 4,89 Minuten vorweisen. Ähnlich verhält es sich bei den Erdgasnetzen. Hier sind es bundesweit 0,48 Minuten pro Jahr, bei den ENRW-Netzen gerade einmal 0,086 Minuten.

Kommt es doch einmal zu größeren Störungen, erscheinen diese sofort auf den PCs der Netzleitstelle – untermalt von einem akustischen Signal und schon mit dem dazu gehörenden Schaubild. Im günstigsten Fall ist sofort ersichtlich, wo der Fehler liegt. Dieser kann umgehend dem zuständigen Monteur mitgeteilt werden. Um die Menschen zeitnah zu informieren, veröffentlichen die Mitarbeiter der Leitstelle größere Störungen auf der ENRW-Service-App sowie dem Online-Störungs-Portal auf [www.enrw.de](http://www.enrw.de) und auch auf Twitter.

Durchschnittlich 20 Minuten dauert die Fehlersuche. Die meisten Störmeldungen erreichen die Leitstelle aber immer noch per Telefon. Menschen im ENRW-Netzgebiet zwischen Alb und Schwarzwaldrand melden, wenn bei ihnen zuhause etwas mit der Strom-, Wasser-, Gas- oder Wärmeversorgung nicht richtig funktioniert. Die Nummer ist 24 Stunden erreichbar. „Nachts sehen wir zu Hause schon am Telefondisplay, ob sich

das Leitsystem selbst aufgrund einer Störung meldet, oder ein Mensch aus Fleisch und Blut“, sagt Ralf. In jedem Fall kann der diensthabende Mitarbeiter dank des technischen Fortschritts über einen Laptop von überall direkt Verbindung zum Leitsystem aufnehmen. In den meisten Fällen lässt sich die Störungsstelle lokalisieren. Falls nötig, kann der Ort der Störung umgehend angefahren werden.

Während früher im Durchschnitt rund 20 Mal pro Jahr Störungen an 20.000 Volt-Leitungen gemeldet wurden und in der Folge oft ganze Ortschaften keinen Strom mehr hatten, passiert es heute nur noch ganz selten: „Immer mehr Leitungen werden aus Sicherheitsgründen unterirdisch verlegt und sind dann vor Witterungseinflüssen geschützt.“ Aus den Folgen des Orkans Lothar am zweiten Weihnachtsfeiertag 1999 haben die Fachleute die entsprechenden Lehren gezogen, wie Ralf berichtet: „Hauptleitungen waren beschädigt. Zahlreiche Dörfer mussten zwei bis drei Tage auf Strom verzichten. Die Leute haben sich Notstromaggregate besorgt. Im Drei-Schicht-Betrieb wurde fieberhaft an der Ortung und Beseitigung der Schäden gearbeitet.“

Der Alltag sieht gottlob anders aus: „In der Regel erreichen uns in erster Linie Meldungen von kleineren Störungen: tropfende Wasserzähler oder andere Undichtigkeiten, lokaler Stromausfall, kein Wasser, kein Erdgas oder keine Wärmeleistung durch den ENRW-Fernwärmeanschluss. Ein Hausbrand beispielsweise, bei dem das Gebäude vom Stromnetz genommen werden muss, ist da schon die Ausnahme.“ Immerhin knapp 100 Anrufe jährlich gehen auf vermuteten Gasgeruch zurück: „Sehr selten bewahrheitet sich diese Annahme. Oft riecht das Katzenklo, Abflüsse oder Abläufe, aber hier gilt: Lieber einmal zu viel anrufen.“

Ein Stück weit bildet sich das Leben der Menschen da draußen im Netzgebiet der ENRW sehr direkt im unscheinbaren Großraumbüro ab. Wie massiv beispielsweise ein Länderspiel der deutschen Fußball-Nationalmannschaft während einer Weltmeisterschaft in die Versorgungssituation eingreift, erläutert Ralf Besuchern in der Netzleitstelle besonders gerne. Lächelnd zeigt er auf dem Großbildschirm die Verlaufskurve des Wasserverbrauchs während des WM-Endspiels 2014 zwischen Argentinien und Deutschland. Sofort wird deutlich, dass die Menschen in der Halbzeitpause alle dem gleichen Bedürfnis nachkamen. Für Ralf und seine Kollegen allemal besser als jede Art von Störung.

## FÜHRUNGEN IN DER ENRW-NETZLEITSTELLE

Die ENRW Energieversorgung Rottweil bietet für Schüler und Erwachsene eine kostenlose Führung an, die Besuche in der Netzleitstelle sowie auf der Wasserkraftanlage am Neckar beinhaltet. Die Führung dauert maximal 1,5 Stunden. Darüber hinaus sind kostenlose Führungen auf der ENRW-Biogasanlage in Rottweil-Hausen sowie auf der Rottweiler Kläranlage möglich.

**Kontakt:** 0741/472-107 oder [hierbleiber@enrw.de](mailto:hierbleiber@enrw.de)



06:35



**S**teffen ist süchtig. Seit 2014. Kein Rauschgift, kein Alkohol, nicht mal Zigaretten. Steffen ist süchtig nach Training an Fitness-Geräten: „Wenn ich nicht mindestens drei bis vier Mal pro Woche ins Studio kann, werde ich pissig. Diese Termine sind mir heilig.“ Vor seiner Sucht plagen ihn regelmäßige Kopfschmerzen, Schwindel und Rückenschmerzen. Typisch Büro-Job eben. 2014 rafft sich der zweifache Familienvater auf: „Sport musste sein. Ich wollte mich mit 35 Jahren nicht wie ein alter Mann fühlen.“ Das Ergebnis übertrifft seine Erwartungen. Schnell geht es ihm deutlich besser, und die Besuche im Fitnessstudio häufen sich: „Seither bin ich angefixt.“

Nach drei Jahren stört es ihn zunehmend, dass sich abends vor den Geräten lange Schlangen bilden. Steffen ändert seinen Tagesablauf radikal. Er steht drei bis vier Mal pro Woche um 5 Uhr auf. Nach Rasur und einer Tasse Kaffee geht es ganzjährig bei jeder Witterung aufs Fahrrad. Beileibe nicht auf direktem Weg zum Fitness-Studio, sondern bewusst über einen Umweg: „Zehn Kilometer Radeln ersetzt das Aufwärmen vorm Training.“ Bei der Fahrt durch Wald und Flur, entlang Feldern und Wiesen ist Steffen ganz bei sich und kann abschalten. Es sei denn... es sei denn, eine riesige Rote Wildschweine bricht durchs Gebüsch und quert den Weg: „Ich dachte, mein letztes Stündlein hat geschlagen.“ Zwischenfälle dieser Art kommen aber äußerst selten vor.

Von 6 bis 7.15 Uhr verbringt der 40-Jährige etwas mehr als eine Stunde an den Geräten, duscht und fährt anschließend mit dem Rad zu seiner Arbeitsstelle bei der ENRW in der Au – buchstäblich voller Energie: „Wenn ich morgens Sport mache, bin ich bis abends völlig fit.“ Selbst bei Schnupfen bewirkt der Besuch im

Studio wahre Wunder: „Die Nase läuft vor dem Training und pünktlich beim Duschen nach dem Training, dazwischen komischerweise nicht.“

Ehefrau Sandra zeigt sich zunächst nicht begeistert von der Fitness-Leidenschaft ihres Gatten. Für Steffen nachvollziehbar: „Ich war an zwei bis drei Abenden pro Woche jeweils ab 19 Uhr für zweieinhalb Stunden weg.“ Nach der Umstellung auf den frühen Morgen wacht Sandra ganz im Gegensatz zu Steffen zwar schon vor dem Wecker um 5 Uhr auf. Doch mittlerweile ist auch sie vom „Fitness-Virus“ infiziert. Seit die beiden Kinder bereits um 7 Uhr aus dem Haus sind, fährt auch Sandra regelmäßig ins Fitness-Studio. Nicht selten kommt es zu einer kurzen Begegnung des Ehepaars: „Wenn sie kommt, gehe ich gerade.“ Keine Frage: Steffens Sucht greift um sich. Sonntags ist sogar die ganze Familie ab 9 Uhr im Fitness-Studio zu finden. Da die beiden Kinder noch zu klein für die Geräte sind, steht Gedächtnistraining auf dem Programm, oder anders ausgedrückt: im Foyer wird gepaukt.

### ENRW VON INNEN

Steffen Philippin leitet bei der ENRW die Abteilung „Handel und Vertrieb“. Die Abteilung ist für den Vertrieb von Strom, Erdgas, Wärme und Energiedienstleistungen verantwortlich. Als Abteilungsleiter kümmert er sich um die Entwicklung und Umsetzung von Beschaffungsstrategien für den Strom- und Erdgasbezug über Energiehandelsbörsen. Neben der Betreuung von Großkunden und der Gestaltung von Vertriebsprodukten gilt es, die gesetzlichen Entwicklungen am Energiemarkt ständig im Auge zu behalten.



**W**as ist eine „Schonhaltung“? Eine „Schonhaltung“ bezeichnet eine Stellung des Körpers, die Menschen bewusst oder unbewusst einnehmen, um Schmerzen zu umgehen. Kerstin ist 47 Jahre alt und kennt Schonhaltungen. Nicht unbedingt von sich selbst, sondern von ihrer Mama, die 2017 verstorben ist. Für sie steht fest: „So will ich nicht enden!“ 2019 ist in diesem Zusammenhang ein wichtiges Jahr für Kerstin. Geplagt von Rückenschmerzen, Verspannungen und nächtlichem Taubheitsgefühl im rechten Arm besucht sie vier Wochen eine Reha-Klinik in Bayreuth. Mit Erfolg. Zirkeltraining, Nordic Walking und weitere Anwendungen zeigen Wirkung. Zurück in Göllsdorf hat Kerstin keine Beschwerden mehr und einen guten Vorsatz: „Das soll so bleiben!“

Kerstin plant zweigleisig. Einerseits entschließt sich die 47-Jährige, mindestens einmal pro Woche von Göllsdorf zu ihrer Arbeitsstelle bei der ENRW zu laufen: mit Nordic Walking-Stöcken und Stirnlampe. Andererseits möchte sie drei Mal wöchentlich ins Fitness-Studio gehen. Auch hierfür eignet sich der frühe Morgen für die zweifache Mutter am besten. Schnell gewöhnt sich ihr Körper an den neuen Rhythmus. Dienstag und Donnerstag kurz nach 5 Uhr aufstehen, in Ruhe eine Tasse Tee trinken und dann ins Auto. Ab 6 Uhr im Studio zehn Minuten warm machen auf dem Laufband, dem Crosstrainer oder dem Fahrrad und anschließend an die Geräte zum Training. An einem anderen Wochentag um 6.30 Uhr aus dem Haus und per pedes rund 25 Minuten zur ENRW marschieren. Am Wochenende nochmals ins Fitness-Studio.

Ihr Plan geht auf. Die Menschen in ihrem Umfeld sind begeistert über die „neue“ Kerstin: „Meine Söhne und mein Mann nehmen mich als viel agiler wahr. Durch den Sport kann ich Stress deutlich besser abbauen.“ Auch die Arbeitskollegen staunen. „Tiefenentspannt“ sei Kerstin seit der Reha. Bis auf weiteres heißt es also „dran bleiben“ für die gelernte Industriekauffrau.

### ENRW VON INNEN

Kerstin Bühler und ihre Kollegin verwalten die Strom-, Gas-, Wärme- und Wasserzähler im Netzgebiet der ENRW. Für jeden Zähler existiert im Abrechnungssystem ein Datensatz mit Angaben zum Gebäude, zum Geräteplatz und zum Kunden. Neue Zähler müssen ebenso eingepflegt werden wie der Austausch von Zählern im Rahmen der Eichpflicht. Daneben kümmert sich Kerstin Bühler um die Verträge mit den Installationsbetrieben, welchen die ENRW erlaubt, neue Anlagen an das Strom-, Gas- oder Wassernetz anzuschließen.

06:41



06:57

07:05

07:10

07:12

07:20

07:23

07:26







Video ansehen!

[www.youtube.com/user/enrwhierbleiber](https://www.youtube.com/user/enrwhierbleiber)

07:05



**K**napp vier Stunden dauert eine Zugfahrt von Rottweil nach Köln. Knapp vier Stunden läuft der Historienfilm „Ben Hur“ aus dem Jahr 1959. Knapp vier Stunden pro Tag verbringen Jugendliche in Deutschland durchschnittlich im Internet. Knapp vier Stunden dauert die Grundreinigung im Rottweiler Sole- und Freizeitbad aquasol.

Von 6 bis ungefähr 10 Uhr sind acht bis zehn Frauen täglich damit beschäftigt, das Sole- und Freizeitbad aquasol penibel zu reinigen, bevor sich die Pforten für die Bade- und Saunagäste öffnen. „Wer hier putzen kann, kann überall putzen“, sagt Teamleiterin Marianne Filp. Die 57-Jährige muss es wissen. Seit 28 Jahren arbeitet sie für das 1986 eröffnete Bad. „Es ist eine schwere Arbeit bei hohen Temperaturen.“ Und obendrein eine genau durchdachte Arbeit, denn jede der Frauen weiß genau, was sie während der knapp vier Stunden zu tun hat. Jeder Handgriff sitzt. Sieben Tage pro Woche.

Schutzkleidung, rutschfeste Stiefel und Schutzbrillen sind nötig, wenn Schaumkanone und Hochdruckreiniger in den Duschen oder der Sauna zum Einsatz kommen. Daneben heißt es WCs einwaschen, Bodenfließen vornässen, schrubben, abspritzen und trocken mobben, Glasscheiben einsprühen und abziehen, Müll sammeln, Toiletten desinfizieren, Staub saugen und Schränke auswischen.

Nach Badöffnung um 10 Uhr bleiben einzelne Frauen bis kurz vor Badeschluss um 22 Uhr im Haus, um permanent die verschiedenen Bereiche sauber zu halten. Ab und an bedanken sich Badegäste bei der unermüdlichen Putzkolonne: „Sie putzen so schön!“ Das freut das Team um Marianne Filp. 20 Frauen und drei Aushilfen bilden derzeit die Mannschaft, ohne die weder im aquasol noch im Freibad ein geregelter Badebetrieb möglich wäre.





**Z**wischen Schwäbischer Alb und Schwarzwald lebt ein Mann, der regelmäßig zur Arbeit wandert und abends wieder zurück. Für die rund acht Kilometer zwischen seinem Wohnort Villingendorf und seiner Arbeitsstätte bei der ENRW benötigt Thomas ungefähr immer eine Stunde und 20 Minuten. Der 42-Jährige kommt durch Zufall auf diese Idee. Als Vorsitzender des Schwäbischen Albvereins Ortsgruppe Villingendorf ist er immer auf der Suche nach neuen Veranstaltungsformaten, um Menschen fürs Wandern zu begeistern. Vor vier Jahren stößt er auf eine 24-Stunden-Wanderung in der Gemeinde Straubenhardt. Der dreifache Familienvater meldet sich an und beginnt umgehend mit der Vorbereitung. Als Trainingsstrecke fungiert der Weg zur Arbeit.

„Ich laufe um 6 Uhr los. Das ist kein Problem für mich. Meine innere Uhr weckt mich zwischen 4.30 und 5 Uhr. Bin also eh wach“, sagt Thomas. In den ersten drei Wochen zeigt seine Frau Jessica wenig Verständnis. Statt zehn Minuten mit dem Auto, ist ihr Mann fast eineinhalb Stunden unterwegs und erst um 18 Uhr zuhause. Dann fällt ihr auf, dass er deutlich ausgeglichener und gelassener daheim ankommt. Jessica lässt Thomas laufen. „Ich kann auf der Strecke einfach komplett abschalten“, erklärt der ausgebildete Wanderführer.

Auch gesundheitlich lohnt sich der Verzicht aufs Auto. Die langjährigen Probleme mit den Stirnhöhlen verschwinden. Nur seine Mitmenschen können kaum glauben, dass da einer werktags freiwillig auf Schusters Rappen unterwegs ist. „Speziell wenn es stark regnet, halten viele aus dem Dorf an, um mich mitzunehmen. Denen muss ich erklären, dass ich einfach laufen möchte, sonst könnte ich ja auch mit dem Bus fahren.“

Die Leidenschaft fürs Wandern ist bei Thomas Liebe auf den zweiten Blick. Bis er 13 Jahre alt ist, geht der gelernte Elektroniker für Betriebstechnik immer mit, wenn sein Vater Karl, einst ebenfalls Vorsitzender des Schwäbischen Albvereins, den Rucksack schultert. Dann dominieren andere Interessen. Erst mit 20 packt ihn aus relativ pragmatischen Gründen die Begeisterung fürs Wandern wieder: „Ich wurde in den Ausschuss des Albvereins gewählt.“

Das 24-Stunden-Wandern in Straubenhardt im Jahr 2015, ein Rundkurs wahlweise mit 60, 70 oder 80 Kilometern, hat Thomas locker absolviert. Drei weitere erfolgreiche Teilnahmen folgen. Kein Wunder: an Trainingskilometern mangelt es nicht.

### ENRW VON INNEN

Thomas Pfister und ein Kollege sind bei der ENRW für das sogenannte „Energie-Datenmanagement“ verantwortlich. Als Betreiber von Strom- und Erdgasnetzen muss die ENRW diese Netze für Strom- und Erdgasanbieter zur Verfügung stellen. Diese sogenannten „Lieferanten“ beliefern Kunden im Netzgebiet der ENRW mit Energie. Thomas Pfister und Kollege sorgen dafür, dass die derzeit rund 160 Stromlieferanten und rund 130 Erdgaslieferanten die jeweiligen Verbrauchsdaten ihrer Kunden erhalten. Da auch die ENRW selbst Strom und Erdgas verkauft, bekommt auch sie die Verbräuche ihrer Kunden von den beiden übermittelt.



**B**ei Simon klingelt der Wecker um 4 Uhr. Nach dem Aufstehen setzt sich der angehende Industriekaufmann für etwas mehr als eine Stunde an den Schreibtisch. Der 23-Jährige stemmt neben seiner Ausbildung bei der Energieversorgung Rottweil (ENRW) ein zweijähriges Fernstudium im Fach „Ernährungswissenschaft“. Schwerpunkt ist eine Ernährung rein auf pflanzlicher Basis. Seit drei Jahren verzichtet Simon komplett auf tierische Lebensmittel. Auslöser waren Film-Dokumentationen wie „Dominion“ auf YouTube über die weltweite Massentierhaltung: „Das konnte ich mit meinem Gewissen nicht mehr vereinbaren. Ich dachte eigentlich, ich sei ein Tierfreund.“

Das Thema „Vegan“ fasziniert ihn. Jeden Morgen arbeitet er sich voller Enthusiasmus durch die Skripte. Nach Abschluss des Studiums darf er sich „staatlich anerkannter Ernährungsberater“ nennen. Gegen 5.40 Uhr macht sich Simon auf den Weg ins Fitness-Studio. Von 6 bis 7.15 Uhr stählt der junge Mann seinen Körper. Seit rund einem Jahr geht es vor der Arbeit zum Sport: „Am Abend ist mittlerweile die Hölle los, außerdem fühle ich mich morgens fitter.“

Frisch geduscht fährt Simon dann zur ENRW. Bevor um 8 Uhr der berufliche Alltag beginnt, wird noch gefrühstückt. Auf dem Parkplatz im Auto gibt es ein veganes Müsli. Bei Haferflocken, Früchten, Leinsamen und Pflanzenmilch ist er nochmals ganz bei sich. Auch das Mittagessen hat der Auszubildende schon im Gepäck: „Oft gibt es Curry, Süßkartoffeln und rote Linsen oder vegane Pizza mit einem Vollkornteig, Tomatensauce, Zwiebeln, Mais, Räuchertofu, Chili, Spinat und als Käseersatz ein Gemisch aus verdünntem Mandelmus. Sehr lecker!“

Als Veganer ist er es gewöhnt, sich sein Essen vorzukochen und mitzunehmen: „Hier im ländlichen Raum bieten nur wenige Gastronomiebetriebe mit klassischer deutscher Küche vegane Gerichte an. Wenn ich beispielsweise regelmäßig mit meinen Großeltern essen gehe, rufe ich vorher kurz im Restaurant an, um zu fragen, ob es ok ist, wenn ich etwas zum Essen mitbringe.“ Immer nur Pommes schmecken ihm auf Dauer nicht.

Was allerdings den Bezug veganer Lebensmitteln anbelangt, hat sich das Angebot in den vergangenen Jahren deutlich erweitert: „Vor zehn Jahren gab es beispielsweise Pflanzenmilch nur im Bioladen. Heute bekommt man sie in jedem Supermarkt.“ Für Simon ist eine durchdachte pflanzliche Ernährung in allen Lebenslagen realisierbar: „Es existiert kein Nährstoff, den es nur in tierischen Produkten gibt. Omega 3-Fettsäuren beispielsweise nimmt der Fisch erst durch den Verzehr von Algen auf. Calcium kommt durch das Grünfutter in die Kuhmilch.“

Die Fachgesellschaft „Academy of Nutrition and Dietetics“ bestätigt, dass eine gut geplante rein pflanzliche Ernährung in jeder Lebenslage und jedem Lebensalter möglich ist. Bei Bewohnern sogenannter „Blue Zones“, die sich aufgrund ihrer Armut überwiegend pflanzlich ernährten, ist der Anteil an Krankheiten wie Krebs, Bluthochdruck oder Herzinfarkten verschwindend gering.

Simon fehlen weder Fleisch noch Wurst: „Ich träume nie von einem saftigen Steak. Meine Favoriten sind Getreide, Hülsenfrüchte, Obst, Gemüse, Nüsse und Samen.“ Wer mehr zum Thema wissen möchte: Der 23-Jährige postet auf seinem Instagram-Account [plant\\_based\\_vegan\\_nutrition](#) sowie seiner Website [www.simonschrödl.com](#) Rezepte und Wissenswertes zur veganen Ernährung. Ein großes Ziel von Simon: „Klischees zu entlarven und Vorurteile abzubauen!“

### ENRW VON INNEN

Simon Schrödl absolviert bei der ENRW eine Ausbildung zum Industriekaufmann. Seine Lehrerin hatte ihm das regionale Unternehmen ausdrücklich empfohlen. Mehrere ihrer Schülerinnen und Schüler waren in der Vergangenheit sehr zufrieden mit der Ausbildung. Simon Schrödl lernt die betrieblichen Besonderheiten eines modernen Energieversorgers mit den Sparten Strom, Erdgas, Wärme, Trinkwasser, Abwasser und Bäder detailliert kennen.





# 08:02

**E**s duftet einfach himmlisch. Als ob man ein Wiener Kaffeehaus betritt. Das Aroma frisch gerösteter Kaffeebohnen liegt in der Luft. Kaffee – der Wachmacher schlechthin. Für viele beim Start in den Tag nicht mehr wegzudenken. Ob klassischer Filterkaffee, Cappuccino mit leckerem Milchschaum oder ein starker Espresso – Kaffee ist absolut vielfältig und nicht ohne Grund das beliebteste Getränk der Deutschen.

Wir befinden uns in der Kaffeerösterei in Schramberg-Waldmössingen, welche die Lebenshilfe im Kreis Rottweil betreibt. „Kaffee ist ein Produkt, das Menschen verbindet“, sagt Marika Kittsteiner, Gruppenleiterin der Arbeitsgruppe „Rösterei“. In der gemeinnützigen Einrichtung arbeiten Menschen mit und ohne Handicap Hand in Hand. Die Rehabilitation geistig und mehrfach behinderter Menschen steht im Vordergrund: „Wir fördern unsere Beschäftigten nach ihren individuellen Stärken“, erklärt Markus Ettwein, Werkstattleiter der Lebenshilfe.

Rund sieben Menschen mit Handicap und vier Mitarbeiter sind an den Arbeitsabläufen in der Rösterei beteiligt: Von der Anlieferung des Rohkaffees über die Auftragsannahme und Kommissionierung bis hin zur Auslieferung und dem Ver-

kauf. Eine besonders hohe Motivation zeichnet die Mitarbeiter aus: „Meistens kommen sie morgens mit einem breiten Lächeln zur Arbeit“, berichtet Ettwein.

Seit neun Jahren wird in Waldmössingen Kaffee geröstet. Dass sich die Rösterei zu einem echten Erfolgsprojekt entwickelt, hätte zu Beginn niemand erwartet. Doch die hochwertige Qualität begeistert viele Kunden, und die Nachfrage steigt kontinuierlich.

Bei der Produktqualität macht Ettwein keine Abstriche: „Wir legen besonderen Wert darauf, dass unser Kaffee ökologisch, sozial und ökonomisch nachhaltig angebaut wird.“ Daher beschränkt die Lebenshilfe sich auf drei Lieferanten aus Hamburg, dem wichtigsten europäischen Umschlagplatz für Rohkaffee.

In Waldmössingen angekommen, steht die Röstung der zunächst hellgrünen Bio-Bohnen in der Regel dienstags und mittwochs auf dem Programm. Ein halbautomatisches Trommelröstverfahren sorgt dafür, dass sie bis auf 220 Grad Celsius erhitzt werden. In den rohen Bohnen sind bereits Geschmacksaromen enthalten. „Doch erst durch das jeweilige Röstverfahren entfalten sich diese und werden so verfeinert“, sagt Marika Kittsteiner. Pro Röstung fasst die Trommel zwölf Kilo Rohkaffee. Insgesamt entstehen 15 verschiedene Kaffeesorten: Reinsorten, Espresso und Hausmischungen, die aus verschiedenen Rohkaffees in festgelegten Mengen gemischt werden.

Nach dem schonenden Röstvorgang, der in der kleinen Manufaktur zwischen 15 und 18 Minuten dauert – in der Industrie wird deutlich kürzer geröstet –, wandern die nun braunen Bohnen ins Kühsieb. Anschließend gasen sie bis zu 48 Stunden aus.

Zwei Beschäftigte der Lebenshilfe füllen die abgekühlten Bohnen oder den bereits gemahlenen

Kaffee exakt ab, etikettieren die Verpackungen und verschweißen sie. „Uns ist es wichtig, dass wir die Menschen sinnvoll in Arbeitsabläufe einbinden und ihnen eine eigenständige Arbeitsweise ermöglichen“, betont Ettwein. Die Kaffeerösterei ist damit ein Paradebeispiel für gelungene Inklusion und Teilhabe.

#### **Erhältlich ist die Köstlichkeit:**

- in Waldmössingen, Im Webertal 12
- im Rösterei-Café der Lebenshilfe, Sprengergasse 2 in Rottweil
- im Unverpackt-Laden in Zimmern
- in den EDEKA Märkten in Schramberg-Sulgen, Dunningen und Winzeln

**Übrigens:** Der Nachhaltigkeitsgedanke setzt sich künftig bei der Verpackung fort. Ab 2020 werden dafür ausschließlich ökologisch abbaubare Materialien verwendet. Für Gruppen bietet die Lebenshilfe Kaffeeseminare mit Röstvorführung an. Außerdem betreibt sie ein Kaffeemobil, das häufig für Veranstaltungen gebucht wird. Und auch die nächste Geschäftsidee ist schon geboren: Marika Kittsteiner möchte die bunt bedruckten Säcke, in denen die Bohnen angeliefert werden, wiederverwerten: „Wir produzieren daraus Taschen, Hüte und Untersetzer, die wir zum Verkauf anbieten möchten“, verrät sie.

#### **KONTAKT**

Rösterei der Lebenshilfe  
im Kreis Rottweil gGmbH  
Im Webertal 12  
78713 Schramberg-Waldmössingen  
Telefon 07402/904-143  
E-Mail: [roesterei@lh-rw.de](mailto:roesterei@lh-rw.de)





↑ Jacqueline Frick (links), Beschäftigte in der Kaffeerösterei sowie im Rösterei-Café, und Marika Kittsteiner prüfen die gerösteten Kaffeebohnen auf ihr Aroma.

## DIE GESCHICHTE DES KAFFEES

Der Begriff „Kaffee“ leitet sich vom arabischen „Kahwe“ oder „Qahwa“ ab, was so viel wie „Lebenskraft“ oder „Stärke“ bedeutet. Der Ursprung des Kaffeeanbaus ist historisch nicht dokumentiert. Vieles stützt sich auf Legenden und Mythen. Als Ursprungsgebiet der Art „Coffea Arabica“ gilt jedoch das äthiopische Hochland. Die Sorte „Robusta“ findet sich wildwachsend vorrangig in Uganda fast unmittelbar am Äquator. Fest steht, dass die Pflanzengattung Coffea erst durch menschliches Zutun von Afrika aus auf andere Kontinente gelangt ist.

### KAFFEE KOMMT NACH DEUTSCHLAND

Mit dem Beginn der Industrialisierung wurde Kaffee ein Getränk für die gesamte Bevölkerung. Zunächst lediglich für wohlhabende Bürger erschwinglich, tranken das Heißgetränk bald auch ärmere Schichten. Der Bevölkerung diente Kaffee als eine Art Nahrungsersatz in Form einer Kaffeesuppe, in die Brotstücke eingeweicht wurden.

### KAFFEE VON 1850 BIS HEUTE:

**1850:** Kaffee erreicht alle Bevölkerungsschichten in Deutschland.

**1901:** Der Japaner Dr. Sartori Kato erfindet den löslichen Kaffee, der ab 1938 vertrieben wird und auch nach Deutschland gelangt.

**1905:** Dem Bremer Ludwig Roselius gelingt es, Kaffee das Koffein zu entziehen. Als erster entkoffeinierter Kaffee kommt „Kaffee HAG“ auf den Markt.

**1908:** Die Dresdner Hausfrau Melitta Bentz erfindet den Kaffeefilter, der bis heute in vielen Haushalten verwendet wird.

**Nach 1945:** Kaffee symbolisiert in Deutschland Wiederaufbau und Wirtschaftswunder. Kaffeetrinken bedeutete, sich wieder etwas leisten zu können.

**Kaffee heute:** Kaffee ist das Lieblingsgetränk der Deutschen. Rund 162 Liter trinken die Bundesbürger im Durchschnitt pro Jahr und damit mehr als Wasser oder Bier. Zudem ist Deutschland Weltmeister in der Entkoffeinierung.

Quelle: Deutscher Kaffeeverband e.V.



## erdgas – BESSER HEUTE ALS MORGEN

### ENRW STELLT PREIS FÜR HAUSANSCHLUSS AUF GÜNSTIGE METERPAUSCHALE UM

Hausbesitzer und Bauwillige aufgepasst! Immer mehr Menschen in unserem Netzgebiet entscheiden sich für Erdgas als Energieträger. Im Gegensatz zu Öl hat Erdgas folgende Vorteile:

- Erdgas ist umweltschonend und wirtschaftlich
- Erdgas erfüllt in Kombination mit regenerativen Energien alle gesetzlichen Anforderungen beim Heizen – egal ob bei Sanierungen oder einem Neubau
- Erdgas weist die beste CO<sub>2</sub>-Bilanz unter den fossilen Energieträgern auf
- Erdgas steht aufgrund des effizienten Verbrauchs noch sehr lange in ausreichender Menge zur Verfügung
- Über unterirdische Versorgungsleitungen kommt Erdgas zuverlässig und sicher zu Ihrem Gebäude und spart so Platz im Keller

**Ihre Chance:** Wir von der Energieversorgung Rottweil (ENRW) haben ab 2020 die Preise für den Hausanschluss auf eine günstige Meterpauschale umgestellt.

**Was heißt das in Euro?** Einfach die Meter von Ihrem Haus bis zur Straße messen und in unseren Online-Rechner unter [enrw.de/Netze](http://enrw.de/Netze) eingeben. Umgehend erscheint ein erstes Angebot für Ihren Hausanschluss Erdgas. Sie werden erstaunt sein, wie günstig dieser zu haben ist!

Es gibt mehrere Möglichkeiten, um mit Ihrer Erdgasheizung die gesetzlichen Auflagen in Sachen Erneuerbare Energien zu erfüllen. Dazu zählen ein Sanierungsfahrplan ebenso wie eine PV-Anlage oder die Nutzung von Bioerdgas – pur oder in Kombination mit normalem Erdgas. Wir unterstützen Sie bei der Erfüllung der gesetzlichen Auflagen: entweder mit unserem Förderprogramm oder einem von uns erstellten Sanierungsfahrplan.

**Alles Weitere erfahren Sie von unserem personell verstärkten Hausanschluss-Team, das gerne für Sie da ist.**



### ENRW KONTAKT

**TORSTEN KNAPP**  
Bereich Rottweil/Schwarzwald  
Telefon: 0741/472-224

**RENÉ MERKT**  
Bereich Heuberg  
Telefon: 0741/472-221

**ROLAND MEYER**  
Bereich Spaichingen  
Telefon: 0741/472-392

Fax für alle: 0741/472-140 // Mail für alle: [hausanschlussberater@enrw.de](mailto:hausanschlussberater@enrw.de)





## ENRW SUCHT NEUE KUNDENBEIRÄTE!

Als erstes Unternehmen der Region verfügt die ENRW Energieversorgung Rottweil seit 2016 über einen Kundenbeirat. 2020 wird das ehrenamtliche Gremium neu besetzt. Wenn Sie ENRW-Kunde sind, interessiert uns Ihre Meinung zu unseren Produkten, Leistungen und Angeboten.

**Werden Sie Kundenbeirat, und helfen Sie uns dabei, noch besser zu werden!**

- Interessante Informationen zum Thema „Energie“
- Blick hinter die Kulissen
- Berufung als Kundenbeirat über 2 Jahre
- Zeitaufwand: 2-3 Sitzungen pro Jahr

Jede/r volljährige/r Kundin/Kunde kann sich für den ENRW-Kundenbeirat bewerben. Eine kurze formlose Bewerbung mit Angaben zu Alter, Beruf, Wohnverhältnis und Motivation ist ausreichend.

**Bewerbungsschluss: Donnerstag, 30. April 2020**

**Per Mail an:**  
[hierbleiber@enrw.de](mailto:hierbleiber@enrw.de)

**oder per Post an:**  
**ENRW Energieversorgung Rottweil GmbH & Co. KG**  
Unternehmenskommunikation/PR  
In der Au 5  
78628 Rottweil

© Zimmertheater



### THEATER (URAUFFÜHRUNG)

**Eine Familie  
# We are Family**

Zimmertheater Rottweil  
Friedrichsplatz 2, 78628 Rottweil

**Freitag, 6. März, 20 Uhr**

**Eintritt:** 15 EUR, erm. 8 EUR,  
(Premierenzuschlag je 2 EUR)

VVK unter Telefon 0741/8990 oder  
per Mail: [info@zimmertheater-rottweil.de](mailto:info@zimmertheater-rottweil.de)

Das Leben unserer Kinder wird grundlegend anders verlaufen als das der Generationen vor ihnen. Ist es das Ende des Expertenzeitalters? Im Theaterstück geht es darum, die Zukunft zum Vorschein zu bringen, die in den neuartigen Technologien liegt. Eine schwarze Komödie über das Abheben in die Irrealität, das den Generationenbruch zwischen den Digital Immigrants und den Digital Natives auslöst.

© LinkMichel



### SCHWÄBISCHE COMEDY

**LinkMichel mit seinem Programm  
„Zickige Böcke“**

Gymnasium Spaichingen  
Sallacher Straße 5,  
78549 Spaichingen

**Freitag, 20. März, 20 Uhr**  
(Einlass 19 Uhr)

Der LinkMichel, alias Michael Klink, besitzt eine besondere Beobachtungsgabe. Scheinbar ganz normale Begebenheiten aus dem Alltag simuliert er mit viel Witz und schafft so humorvolle Situationen, in denen sich der Zuschauer wiedererkennt. Natürlich auf Schwäbisch in Wort und Gesang.

VVK bei allen VIBUS-Vorverkaufsstellen der Region, z. B.: Grimms - lesen & genießen, Marktplatz 20, Spaichingen sowie Tourist-Info und Musikbox in Rottweil

© East Funk Attack



### FINNISCHES FUNK-KONZERT

**Tomi Salesvuo und seine Band  
„East Funk Attack“**

Markthalle Rottweil  
Wilhelmstraße 5, 78628 Rottweil

**Samstag, 21. März, 21 Uhr**  
(Einlass 20 Uhr)

**Eintritt:** VVK 12 EUR (VVK-Gebühr 1 EUR), AK 14 EUR

VVK unter [post@markthalle-rottweil.de](mailto:post@markthalle-rottweil.de) und in der Musikbox Rottweil, Hauptstraße 47

Nicht ohne Grund wird die Musik der Band „East Funk Attack“ mit finnischen Metal-Bands oder der finnischen Eishockey-Nationalmannschaft verglichen. Sie zeigt das Beste, was Finnland zu bieten hat. So werden eingängige Gesangslinien mit eigenen Rhythmen kombiniert, was die Musik der Band außergewöhnlich macht.

© Rolf Miller



### KABARETT

**Rolf Miller – Obacht Miller!**

Mühlbachhalle  
Pfarrgasse 10/1, 78664 Eschbronn

**Samstag, 28. März, 20 Uhr**  
(Einlass: 19 Uhr)

**Eintritt:** VVK 26,55 EUR

VVK u.a. bei "Rund um Kaffee" in Königsfeld-Weiler, Sportheimgaststätte "Waldeck" in Marizell oder telefonisch unter 0160/96067788

Mit „OBACHT MILLER“ gelingt es Kabarettist Rolf Miller, eine ganze Palette verschiedener Themen abzudecken. Er beschäftigt sich mit der Notwendigkeit eines Atomkrieges, das unerlässliche Selfie beim Autobahngaffern oder Jogis Jungs nach der Putin-WM.

© Denkingen



### ÖSTERLICHER MARKT

**Osterdorf in Denkingen**

Hauptstraße (Ortsmitte),  
78588 Denkingen

**Samstag, 4. April, 10 Uhr**

Die Denkinger Ortsmitte verwandelt sich wieder in ein kleines Osterdorf. Zur Eröffnung gibt es einen Ostermarkt mit zahlreichen österlichen Produkten. Entlang der Hauptstraße, vom Bürgerhaus bis zum Albvereinsbrunnen, können die Besucher kunstvoll hergerichtete Osterdekorationen bewundern. Privatpersonen, Kirchen und Vereine verzieren die Ortsmitte mit österlichen Motiven, die bis zum 19. April bestaunt werden können.

© Dialektgruppe Findling



### TIROLER DIALEKTMUSIK

**Dialektgruppe Findling:  
Hirn mit Herz**

Schlossberghalle Wehingen  
Wörthstraße 33, 78564 Wehingen

**Samstag, 25. April, 20 Uhr**  
(Einlass 18:30 Uhr)

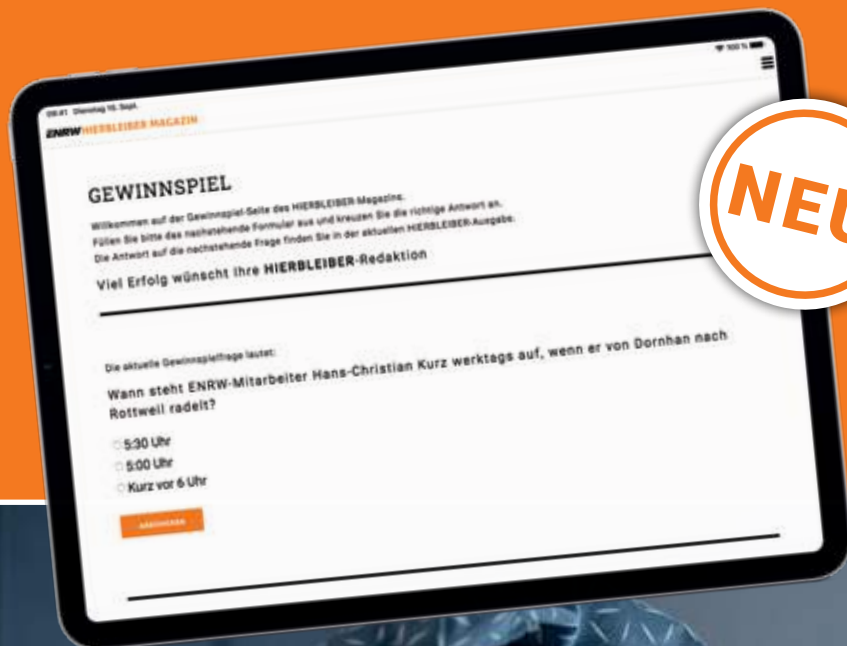
**Eintritt:** AK 14 EUR, VVK 12 EUR

Mit Dialektmusik bereichert die Gruppe „Findling“ die musikalische Mundartszene in Tirol und darüber hinaus. Die sechsköpfige Formation spielt auf Instrumenten der traditionellen Volksmusik Liedgut zwischen Folk und Liedermachertum.

VVK im Rathaus Wehingen, Gosheimer Str. 14 oder unter [www.schlossberghalle-wehingen.de](http://www.schlossberghalle-wehingen.de)



# ENRW ONLINE-GEWINNSPIEL



Ab sofort finden Sie unser Gewinnspiel zur aktuellen HIERBLEIBER-Ausgabe auf unserer Website: [www.hierbleiber.de/gewinnspiel](http://www.hierbleiber.de/gewinnspiel)

Einfach bis spätestens **Freitag, 14. Februar 2020** die richtige Antwort anklicken, das Adressformular ausfüllen und auf „Senden“ drücken.

Viel Glück wünscht Ihnen Ihre HIERBLEIBER-Redaktion

**Schwarzwälder Bote**  
Die große Zeitung in Baden-Württemberg

**Gewinnen Sie ein Jahresabo „Schwarzwälder Bote ePaper“ und weitere attraktive Preise!**



## Unter allen richtigen Einsendungen verlosen wir

- 1. Preis:** Ein Jahresabo „Schwarzwälder Bote ePaper“ im Wert von über 300 Euro
- 2. und 3. Preis:** Eine Monatsmitgliedschaft „Basic“ für das Fitnessstudio „Fitness Rottweil“ im Wert von je über 60 Euro
- 4. Preis:** Zwei Karten für das Comedy-Programm „Obacht Miller!“ am 28. März 2020 in Eschbronn im Wert von über 50 Euro
- 5. Preis:** Zwei Karten für die Premiere des Theaterstücks „Eine Familie #We are Family“ des **Zimmertheaters Rottweil** im Wert von über 30 Euro
- 6. und 7. Preis:** Je einen Gutschein der Lebenshilfe im Kreis Rottweil gGmbH für die **RÖSTEREI und Gaststätte „ZUM FRIEDER“**, Im Webertal 12, Schramberg-Waldmössingen oder das **RÖSTEREI-Café**, Sprengergasse 2, Rottweil im Wert von je 20 Euro

Das Lösungswort vom Oktober-Gewinnspiel lautete: **BARMHERZIG**. Wir haben uns über viele Einsendungen gefreut. Die Gewinner erhielten Gutscheine für den Stuttgarter Weihnachtsmarkt, Monatskarten für den Verkehrsverbund und den Stadtbus Rottweil, eine Kursteilnahme im Haus Lebensquell in Heiligenbronn, Gutscheine für den Unverpackt-Laden in Zimmern sowie für Claudis Kleiderkiste, Aldingen, und Karten für das Konzert von Jin Jim in der Markthalle Rottweil.

