

HIERBLEIBER

MITTAGS

CURRYWURST / Schnelle Lösung

POWER NAPPING / Entspannung im Schlaf

ESSEN AUF RÄDERN / Warme Mahlzeit

www.hierbleiber.de



Durch die Corona-Epidemie hat sich unser Leben massiv verändert. Zum Redaktionsschluss dieser Ausgabe werden landesweit umfangreiche Maßnahmen umgesetzt, um die Ausbreitung des Virus zu verlangsamen. Wir alle hoffen auf eine zeitnahe Rückkehr zu normalen Verhältnissen. Um den Blick nach vorn zu richten, haben wir uns entschlossen, die redaktionell weitgehend vor Ausbruch der Epidemie erstellte Frühjahrs-Ausgabe unseres Kundenmagazins wie geplant zu veröffentlichen. Wir wünschen allen Leserinnen und Lesern an dieser Stelle alles Gute in dieser schweren Zeit und bleiben Sie gesund!



LIEBE LESERIN, LIEBER LESER,

die Mittagspause – eint uns doch alle, oder? Ob Groß oder Klein, ob Alt oder Jung. Mittags gibt es was zu essen und in der Regel einen kurzen Cut im dahinströmenden Verlauf des Tages.

Für die arbeitende Bevölkerung schreibt ein Gesetz eine Ruhepause von 30 Minuten bei einer Tagesarbeitszeit ab sechs Stunden vor. Das war nicht immer so.

Bevor 1873 der Verband der Buchdrucker erreicht hatte, eine zehnstündige Arbeitszeit mit je einer Viertelstunde Pause am Vormittag und einer am Nachmittag festzulegen, war Durcharbeiten in den Fabriken und Manufakturen angesagt. Und zwar zwölf, 14 oder teilweise 16 Stunden lang. Erst ab Gründung der Bundesrepublik Deutschland im Jahr 1949 gelang es den Gewerkschaften nach und nach, verbindliche Pausen für die Arbeiterinnen und Arbeiter sowie die Angestellten durchzusetzen.

Zwar ist es laut Gesetz unzulässig, die Mittagspause zu ignorieren, ein radikaler Wandel der Arbeitswelt verwandelte die Entspannungsphase zur Tagesmitte jedoch ab den 2000er Jahren vielerorts zur lästigen Pflichtübung. Ausgelöst durch Digitalisierung und Globalisierung etablierte sich der Trend zum pausenlosen Tätig sein. Ein Zugeständnis an die enormen Geschwindigkeiten von Kommunikation und Online-Business sowie an stark verschlankten Personalressourcen.



Quelle: Bild von Gerd Altmann auf Pixabay

Heute haben viele Menschen erkannt, dass der Verzicht auf die Mittagspause – das schnelle Brötchen neben dem Arbeiten her – ihre Leistungsfähigkeit schmälert. Niemand kann stundenlang ohne Unterbrechung konzentriert arbeiten. Ob Kopf- oder Körperarbeit: irgendwann benötigt jeder Zeit zum Regenerieren. Ablenkung, Bewegung, eine genussvolle Mahlzeit, Gespräche jenseits des Arbeitsplatzes – die Möglichkeiten zum Innehalten sind äußerst vielfältig. Wie Kolleginnen und Kollegen bei der Energieversorgung Rottweil (ENRW), aber auch andere Menschen in der HIERBLEIBER-Region, ihre Mittagspause verbringen, zeigen wir im vorliegenden Magazin.



↑ Mittagspause bei einem Aufbaueinsatz in Sachsen nach Ende des Zweiten Weltkriegs im Jahr 1946. Quelle: Deutsche Fotothek / CC BY-SA 3.0 DE (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/de/deed.en>), Fotograf: Richard Peter (1895-1977), Dresden.

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
 Erscheinungsweise: 4 x jährlich
 Abonnement: Abonnement unter www.hierbleiber.de
 Texte: Dr. Jochen Schicht, Melissa Schenk (S. 22)

Layout & Illustrationen: hugger_gestaltung GmbH
 Agentur für einzigartige Werbung
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)

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 zwölf 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 31. Mai 2020 unter hierbleiber@enrw.de. Mehr Infos dazu erhalten Sie auf Seite 22 in diesem Heft.



↑ Die ENRW sucht neue Kundenbeiräte

Nun wünsche ich Ihnen viel Spaß beim Lesen – vielleicht ja in der Mittagspause

Ihr Jochen Schicht
 Leiter Unternehmenskommunikation
ENRW Energieversorgung Rottweil

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

Schwerpunktthema MITTAGS

INHALT:

HANDWERKER-MENÜ	4
HUNDELEBEN	5
CURRYWURST	6
HOCHGENUSS	7
TADSCHIKISTAN	8
POWER NAPPING	9
MITTAGSTISCH	10
YUFKA OHNE ZWIEBELN	11
DIABETES TYP 1	12
ESSEN AUF RÄDERN	13
BÜROHUND	14
PICKNICK	15
FISCHERNETZ	16
KINDERNACHMITTAG	17
WASSERMARSCH	18
WASSERMÄNNER	19
RITUAL	20
MEAL PREPPING	21
ENRW SUCHT NEUE KUNDENBEIRÄTE	22
WERDEN SIE TEIL DES ENRW-TEAMS	23



HANDWERKER-MENÜ

Die für die Stromversorgung zuständigen Monteure, Meister und Auszubildenden der Energieversorgung Rottweil (ENRW) machen gemeinsam Mittagspause in der Cafeteria der Bildungsakademie. Die Winterstürme Bianca und Sabine haben ihnen in den vergangenen Monaten viel Arbeit beschert, teilweise auch nachts. Dieser Job erfordert eine Bereitschaft rund um die Uhr, 365 Tage im Jahr, denn ohne Strom kommt die moderne Gesellschaft innerhalb kürzester Zeit an ihre Grenzen.

Laut Experten käme bereits ein zweiwöchiger flächen-deckender Stromausfall einer nationalen Katastrophe mit vielen Opfern gleich. Die öffentliche Ordnung, die Kommunikation, der Verkehr, der Transport, die Lebensmittelversorgung der Bevölkerung, die Energieversorgung und das Gesundheitswesen würden weitgehend oder vollständig zusammenbrechen.

Die Männer gehen gerne in die vom Partyservice Mattes betriebene Cafeteria der Bildungsakademie. Die von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung zertifizierte Kantine bietet täglich zwei Essen zur Auswahl, wobei das sogenannte „Handwerker-Menü“ mit Tagessuppe meist genau den Geschmack der Truppe trifft. Bei Cordon Bleu mit Pommes und Gemüse, Spaghetti Bolognese oder gebratenem Fleischkäse mit Bratkartoffeln wird Energie getankt für die Arbeit an den Erdkabeln, Freileitungen oder Schaltkästen der Region, für die Installation von Hausanschlüssen und die Montage von Stromzählern.



HUNDELEBEN

Für Ikarus und Daniel gibt es keine klassische Mittags-pause etwa von 12 bis 13 Uhr. „Darauf können die Einsätze und unser Schichtdienst keine Rücksicht nehmen“, sagt das Mitglied der Polizeihundestaffel mit Sitz in Rottweil. Die Pause wird dann gemacht, wenn es die Einsatzlage zulässt. Natürlich gibt es zwischendurch mal eine Kleinigkeit für den Menschen und ein Mini-Leckerli fürs Tier: „Das ist ausreichend für uns.“

Ikarus ist ein belgischer Schäferhund, sieben Jahre alt und rund 35 Kilogramm schwer. Während der Dienstzeit bekommt er grundsätzlich kein Futter, da die erforderliche Verdauungspause nicht gewährleistet werden kann: „Ich füttere den Hund abends, danach kann er sich ausruhen“, erklärt Daniel. Anders sieht es mit dem Gassi gehen aus. Mehrmals täglich dreht der 45-Jährige mit Ikarus eine Runde. Abends und am Wochenende lebt der landeseigene Vierbeiner in der Familie des Polizeikommissars und ist „ein ganz normaler Hund“.

Dabei liest sich seine Biographie durchaus spannend. Im Alter von zweieinhalb Jahren kam Ikarus zur Polizeihundestaffel. Zuvor wurde er vom Ausbildungsleiter auf seine Dienstauglichkeit überprüft. Nach einer Vorbereitungszeit absolvierte er zusammen mit Hundeführer Daniel zunächst einen elfwöchigen Lehrgang zum Schutzhund. Zum Lernstoff zählten das Aufspüren von Personen, die Verfolgung flüchtender Täter oder das Ver-eiteln eines Überfalls. Die erfolgreiche Grundausbildung wurde nach einiger Zeit durch die Spezialisierung zum Rauschgiftspürhund ergänzt.

In den vergangenen Jahren haben Ikarus und Daniel schon so manchen Einsatz gemeistert: Diebesgut aufgespürt, Randalierer in Zügen gestellt, Rauschgift erschnüffelt oder Fußballspiele mit problematischen Fans überwacht. Dazwischen wird regelmäßig trainiert und Streife gefahren.



CURRYWURST

„Willi, komm geh mit. Ich krieg Appetit. Auf Currywurst.“ Herbert Grönemeyer. 1982. Wer erinnert sich? Es gibt sie natürlich heute noch, die Fans der Currywurst. Auch in Rottweil. Für Achim, Alexander, Harald und Hans-Christian ist Mittwoch Currywurst-Tag. Die Currywurst vor Augen schafft das Quartett die 760 Meter vom Dienstgebäude des ENRW-Eigenbetriebs Stadtentwässerung in der Au bis zu Theos Würstchenbude auf dem Rottweiler Wochenmarkt in schlappen sechs Minuten. Und das durchgängig bergauf.

Theos Würstchenbude ist gut frequentiert. Die Sauce von der Currywurst ist ein Geheimrezept verrät Theo. Überliefert vom Vorbesitzer des Imbisswagens. Kollegen, die Currywurst mit kaltem Ketchup anbieten, kann Theo nicht verstehen.

Ist die Wurst vertilgt, laufen Achim, Alexander, Harald und Hans-Christian zur Verdauung noch ein letztes Stück bergauf bis zum Schwarzen Tor. Ein bisschen Gipfelkreuz-Feeling. An heißen Sommertagen gibt es ab und an im Bergabgehen noch „en Bolla Eis“.

Und dann geht der Mittwoch als Arbeitstag auch schon wieder weiter. Vermessungsingenieur und Geoinfor-

matiker Achim Laudert leitet bei der ENRW das Team Netzdokumentation, welches den Verlauf der zahllosen Versorgungsleitungen in den Bereichen Strom, Erdgas, Trinkwasser und Fernwärme vermisst und in eine Datenbank einpflegt. Über die sogenannte „Planauskunft“ erhalten Baufirmen, Architekten oder Privatpersonen Auskunft über ober- und unterirdische Leitungsverläufe. Auch Bauingenieur Alexander Göhre gehört als Vermessungstechniker zu diesem Team.

Vermessungsingenieur Hans-Christian Kurz und Harald Mauch arbeiten beim ENRW Eigenbetrieb Stadtentwässerung. Hans-Christian 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 Kilometern aufweist. Harald schließlich ist für die Prüfung und Sanierung der Rottweiler Abwasserkanäle zuständig.

Ach ja, morgen ist Donnerstag. Donnerstag ist bei den Vieren regelmäßig der Suppen-Tag. Das ist aber eine andere Geschichte.



HOCHGENUSS

Mittagspause 220 Meter über dem Boden. In diesen Genuss kommen täglich Menschen, die auf dem thyssenkrupp Testturm Rottweil arbeiten. Darunter Turmmanagerin Beate Höhnle und Martin Fetzer, Head of Test & Qualification und damit Chef der Ingenieure, welche im Gebäude Aufzüge testen. „Die meisten Kolleginnen und Kollegen bringen sich für die 35-minütige Mittagspause etwas von zu Hause mit und packen es in die Mikrowelle“, erzählt der 42-Jährige. Obwohl die beiden seit über drei Jahren ihre Arbeitswoche auf dem Turm verbringen, wird während der Mittagspause immer noch gerne die Gelegenheit genutzt, von der Besucherplattform oder auch mal von einem Konferenzraum aus den Blick schweifen zu lassen, das Spiel der Wolken zu beobachten oder die spielzeuggleiche Landschaft zu genießen. Auch aus dieser ganz besonderen Perspektive hat jede Jahreszeit ihren besonderen Reiz.



TADSCHIKISTAN

Immer wieder erhellt der Glanz großer Weltpolitik die Gaststätte „Züchterheim“. Diese befindet sich in der beschaulichen Gemeinde Denklingen unterhalb des Klippenecks. Das in einer unscheinbaren Seitenstraße gelegene Lokal – im Volksmund seit Jahrzehnten nur als „Rammler“ bezeichnet – wird seit sieben Jahren von Mirsobek Abdurochmonow, genannt „Mirso“, geführt. Mirso bietet seinen Gästen eine Mischung aus deutscher Küche und tadschikischen Spezialitäten. Vor allem aber bietet er speziell für die Denkinger Vereine äußerst flexible Öffnungszeiten. Quasi auf Zuruf steht er spontan bereit, wenn nach Training, Probe oder Sitzung noch ein geselliges Beisammensein gewünscht wird.

Der 59-Jährige stammt aus dem fernen Tadschikistan. Die Liebe zu seiner Heimat in Zentralasien lässt sich an der traditionellen Kopfbedeckung und kleinen Fähnchen im Gastraum ablesen. Für den gelernten Koch steht fest: „Jemand, der seine Vergangenheit vergisst, hat keine Zukunft!“ Er pflegt enge Kontakte zu seinen nur rund 60 Landsleuten, die derzeit offiziell in Deutschland leben. Bestens bekannt ist Mirso auch mit dem tadschikischen Botschafter in Berlin, der es sich wiederum nicht nehmen lässt, regelmäßig in der Gaststätte seines Landsmannes vorbeizuschauen.

Heute jedoch hat sich kein internationaler Besuch angekündigt. Dafür zwei Monteure der Energieversorgung Rottweil (ENRW). Drazen Susnjar und Bernd Irion kommen öfters mittags zum Essen, wenn sie in Denklingen zu tun haben. Die ENRW betreut im Auftrag der Gemeinde die örtliche Trinkwasserversorgung, außerdem die Erdgasleitungen, welche dem kommunalen Unternehmen mit Sitz in Rottweil gehören. Susnjar und Irion sind seit sieben Uhr im Dienst. Im Dorf haben sie einen Hausanschluss Trinkwasser installiert und einen defekten Schacht inspiziert. Nun knurrt der Magen.

Kaum sitzen sie auf ihren Stammpätzen am Tresen, steht auch schon der Beilagensalat vor ihnen. „Wir kündigen unser Kommen immer telefonisch an. Dann ist das Essen schon fertig. Bei einer halben Stunde Pause macht das Sinn“, sagt Drazen Susnjar. Eine Speisekarte benötigen die beiden nicht: „Wir fragen Mirso immer, was er gerade da hat und weg muss. Das soll er dann kochen“, erklärt Bernd Irion. Speziell an Montagen kommen die beiden so regelmäßig in den Genuss von Speisen, welche von Familienfeiern oder Beerdigungen am Wochenende noch übrig sind: „Da sind feine Sachen dabei wie beispielsweise Gulasch, Lamm oder russischer Eintopf.“



POWER NAPPING

Harald Kienzler ist überzeugter Mittagsschläfer: „Seit fünf Jahren mache ich das jetzt konsequent jeden Tag, und es tut mir extrem gut!“ Der Architekt, Bauingenieur und Bausachverständiger mit Büro in Rottweil lebt seit 17 Jahren wieder in seinem Herkunftsort Hammereisenbach im Schwarzwald. „Hier habe ich meine Ruhe“, sagt der einstige Großstadtbewohner. Seine berufliche Tätigkeit führt er so oft es geht im selbst gebauten Atelier mit Seeblick aus. Doch auch wenn der 50-Jährige unterwegs ist: mittags exakt 26 Minuten „Power napping“ – wie das Mittagsschläfchen heute heißt – im Büro, im Auto oder im Hotel müssen drin sein: „26 Minuten ist die optimale Dauer für einen belebenden Halbschlaf. Bei mehr als 30 Minuten schläft man schon zu tief.“ Diese Erkenntnis stammt von der US-Raumfahrtbehörde NASA, welche für ihre Astronauten auf der Raumstation ISS nach der perfekten Regenerationszeit suchte.

Zuhause in Hammereisenbach gibt es vor dem Ritual noch ein Tässchen Espresso, da dessen belebende Wirkung sich erst nach rund 20 Minuten einstellt. Dann legt sich der gelernte Maurer aufs Sofa und deckt sich

zu. Kopfhörer und Augenmaske helfen beim Entspannen. Kaum erklingen die meditativen Klangwelten fühlt sich Harald Kienzler ein wenig, als würde er schweben. Nach 26 Minuten holt ihn der Wecker wieder ins Hier und Jetzt. Mit einem Glas Zitronenwasser geht es gestärkt zurück an die Arbeit. „Die Wirkung erstaunt mich selbst. Ich fühle mich bis weit in den späten Abend hinein extrem fit und bin ungemein leistungsfähig.“ Obwohl der Bauperte erst zwischen 23 und 0.30 Uhr ins Bett geht und bereits um 5.30 Uhr wieder aufsteht, ist er selten müde.

„Power napping“ kann Harald Kienzler auch aus gesundheitlichen Gründen nur wärmstens empfehlen: „Früher hatte ich Herz-Probleme ausgelöst durch Stress. Das hat sich mittlerweile völlig erledigt.“ Einerseits senke „Power napping“ das Herzinfarkt-Risiko um rund ein Drittel, andererseits lässt sich der 50-Jährige aus gutem Grund nicht mehr hetzen: „Mein Vater hat als Bauunternehmer sein ganzes Leben brutal hart gearbeitet. Mit 60 war er so platt, dass er seinen Ruhestand nicht mehr genießen konnte. Das wird mir nicht passieren!“



MITTAGSTISCH

Klara Poosz arbeitet seit 29 Jahren im Rottweiler Sole- und Freizeitbad aquasol. In der Cafeteria sorgt sie zusammen mit vier Kolleginnen und rund 15 Aushilfen für das leibliche Wohl der Bade- und Saunagäste. Seit zwei Jahren macht ihr das Arbeiten doppelt Spaß. „Unser neuer Chef hat mich nach meinen Erwartungen gefragt. Ich habe gesagt, dass ich gerne wieder einen Mittagstisch anbieten würde“, erzählt Klara Poosz. Ohne mit der Wimper zu zucken, investiert Bäderleiter Steven Ulrich in neue Küchentechnik und gibt den Startschuss. Der Beginn einer kleinen Erfolgsgeschichte.

Die mit viel Liebe frisch gekochten und preisgünstigen Gerichte erfreuen sich großer Beliebtheit. Renner sind Lachsagne, Rinderrouladen oder die berühmte Gulaschwoche: „Da bieten wir Kesselgulasch, Szegediner Gulasch, Hirschgulasch, Rindergulasch und Fischgulasch, das lieben viele Gäste.“

Immer donnerstags legt Klara Poosz die Speisekarte für die kommende Woche fest, freitags gehen die Bestellungen raus, samstags wird geliefert. Täglich ab 9 Uhr steht

die 59-Jährige am Herd. Das Tagesessen gibt es von Montag bis Sonntag von 11.30 bis 14 Uhr oder länger, je nachdem wie lange der Vorrat reicht. Auch in der Sauna wird es serviert. Die Cafeteria im aquasol selbst hat täglich von 10 bis 19.30 Uhr geöffnet. Klara Poosz liebt Job und Team: „Wir sind wie eine kleine Familie.“

Das spüren die Gäste und nehmen das Angebot gerne an. Auch Wünsche werden formuliert. Nachdem sich herumgesprachen hat, dass die Köchin aus einem schwäbisch-ungarischen Dorf in Siebenbürgen stammt, liegen dabei ungarische Spezialitäten ganz vorne: ungarische Gulaschsuppe etwa oder Längos, das ungarische Fladenbrot. Natürlich gibt es in der Cafeteria aber auch immer noch „Schwimmbad-Klassiker“: Salat, Eis oder Pommes Rot-Weiß.



YUFKA OHNE ZWIEBELN

Der Donnerstag ist ein langer Tag für Lena Irion, Luana Hermann und Adelina Tcaci. Die drei Mädels wohnen in Zimmern, Irlingen und Stetten. Sie besuchen derzeit die sechste Klasse der Rottweiler Realschule. An Tagen mit Nachmittagsunterricht lohnt sich gelegentlich der Gang zur Markthalle hinter der Post. Ihre Mittagspause beginnt donnerstags um 11.50 Uhr. Um diese Zeit ist die ehemalige Turnhalle mit den drei großen Ess-Ständen fest in Schülerhand. Lena, Luana und Adelina gehen meist zu König-Imbiss, der türkische Spezialitäten, Pizzen und Salate anbietet. Alle drei bestellen Yufka ohne Zwiebeln und ein Getränk.

Ab 14.30 Uhr geht der Unterricht weiter, bis kurz nach 17 Uhr. Ein langer Tag für die 11-jährigen Schülerinnen. Aber auch ohne Mittagsschule wird es ihnen nicht langweilig. Lena Irion turnt zwei bis drei Mal pro Woche bei der Turngemeinde Rottweil-Altstadt, spielt Klarinette in der Jugendkapelle Zimmern und besucht die Gruppenstunde der KJG. Luana Hermann und Adelina Tcaci tanzen in ihrer Freizeit. Wenn die drei dann mal keine Termine haben und die Hausaufgaben erledigt sind, geht es oft raus ins Freie: Freundinnen treffen und CHILLEN...



DIABETES TYP 1

Arnulf Ziegler muss seine Mittagspause exakt planen. Der gelernte Maurer arbeitet seit 36 Jahren bei der Energieversorgung Rottweil (ENRW) und unterstützt tatkräftig die Strom-Monteur und den Haustechniker. Im Jahr 2000 ist bei dem heute 55-Jährigen die Zuckerkrankheit Diabetes Typ 1 festgestellt worden. Seitdem begleitet ihn immer ein kleiner Beutel mit Insulin. Per Katheter kommt das Hormon über den Bauchraum in den Blutkreislauf und senkt den Blutzuckerspiegel. Speziell bei der Nahrungsaufnahme gelangt schnell viel Zucker ins Blut. Bei gesunden Menschen reguliert das körpereigene Insulin den erhöhten Blutzuckerspiegel. Bei Arnulf Ziegler kommt das Insulin von außen.

Damit er sofort bemerkt, wenn der durchs Insulin stets gesenkte Blutzuckerspiegel unter den Richtwert von 80 Milligramm sinkt, befindet sich ein Mini-Sensor unter der Haut im Oberarm. Dieser misst ständig und übermittelt

den aktuellen Wert aufs Handy via App. Speziell bei körperlicher Arbeit rauscht der Wert abwärts und Ziegler muss etwas zu sich nehmen, einen Apfel, einen Fruchtsaft oder einen Müsli-Riegel. Eine Unterzuckerung würde sich mit Schwindel ankündigen und könnte schnell bedrohliche Formen annehmen. Steigt der Blutzuckerspiegel unverhältnismäßig, weiß der ENRW-Mitarbeiter, dass irgendwas mit seinem Körper nicht stimmt. In diesem Fall muss er einen Arzt aufsuchen, um die Insulinzufuhr neu einzustellen.

Abhängig von der eingestellten Insulinzufuhr heißt es für den 55-Jährigen, seine Mahlzeiten exakt zu planen, sprich den Anteil an Kohlenhydraten täglich zumindest grob zu berechnen. Mittags gibt es meist zwei Scheiben Brot, ein Stück Paprika, einen Naturjoghurt sowie eine Scheibe Fleischkäse, die aber keine Kohlenhydrate enthält und somit auch nicht zählt.



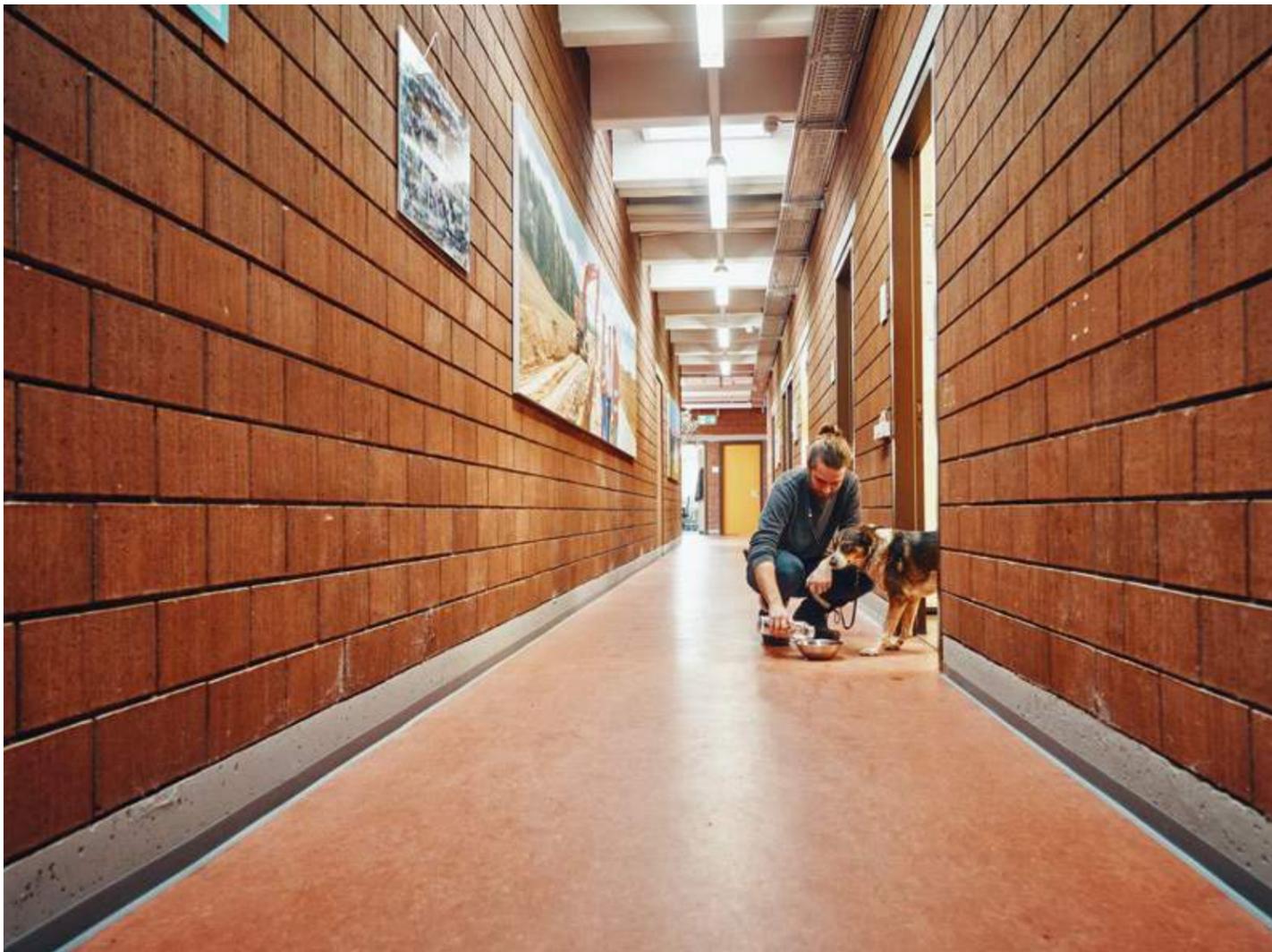
ESSEN AUF RÄDERN

Für ältere Menschen ab 75, die nicht mehr in der Lage sind, mittags zu kochen, bietet das Rottweiler Altenzentrum St. Elisabeth seit 1998 „Essen auf Rädern“ an. Die von der Stiftung St. Franziskus Heiligenbronn getragene Einrichtung liefert mit PKWs täglich rund 100 Essen an Adressen in Rottweil, Dietingen und Zimmern. Die Nachfrage ist groß, die Touren sind komplett ausgebucht.

Gertrud Fruh, eine von sieben Fahrerinnen und Fahrern, transportiert von 10 bis 12.30 Uhr die dampfende Fracht. In den speziellen Behältern bleibt das Essen lange warm. Gertrud Fruh kennt ihre Kunden genau. Sie weiß, wo nach ihrem Klingeln nur kurz der automatische Türöffner surrt und wo an der Tür ein Gesicht erscheint, dankbar für ein paar Worte. „Nicht selten bin ich der einzige Mensch, mit dem sie den ganzen Tag reden können“, sagt die 66-Jährige. Klar fällt es Gertrud Fruh sofort auf, wenn sich die Türe mal nicht öffnet: „Das melden wir an unsere Zentrale. Von dort aus werden dann alle notwendigen Schritte eingeleitet, um in Erfahrung zu bringen, ob die Kunden wohlauf sind.“

Gertrud Fruh ist Rentnerin und macht den Job seit drei Jahren. „Nur zuhause sitzen, wäre nichts für mich“, sagt sie. Zwischen 5.000 und 6.000 Schritte kommen bei einer Tour mit 25 bis 30 Adressen zusammen. Darunter befinden sich mehrere Wohnungen in höheren Stockwerken mit jeweils 40 Stufen und mehr. Für die 66-Jährige kein Problem: „So bleibe ich fit!“

Viele ihrer Essensempfänger sind dankbar, weiterhin um 12 Uhr mittags warm essen zu können. Jahrzehntlang gehörte diese Zäsur zu den verlässlichen Konstanten im Tagesablauf. Den Speiseplan gibt es immer eine Woche vorher. „Auch dies ist eine wichtige Orientierung im Alltag der oft pflegebedürftigen älteren Menschen“, sagt Hauswirtschaftsleiterin Ute Wingert, die Vorgesetzte von Gertrud Fruh. Geschmäcker sind verschieden. Aus diesem Grund besteht die Möglichkeit, ein Gericht abzustellen oder eines dazu zu buchen.



BÜROHUND

Mittagspause mit Bürohund. Eineinhalb Jahre war Fido an einem Tag in der Woche mit Herrchen Markus im Büro. Während dieser Energieausweise ausstellte, energetische Lösungen für Neubauten und Sanierungsobjekte berechnete oder für Kunden Fördermittel beantragte, lag der einstige bulgarische Straßenhund brav auf seiner Decke. In der Mittagspause war dann endlich Gassi gehen angesagt. Markus Bur am Orde ist tierlieb: neben Fido zählen noch vier Schafe und acht Hühner zur Familie.

Seine Brötchen verdient er als Energieberater bei der Energieversorgung Rottweil (ENRW). In dieser Funktion bietet der Umweltschutztechnik-Ingenieur zusammen mit seinem Kollegen Martin Raible zahlreiche Dienstleistungen rund ums Thema „Energie effizient nutzen“ an. Ob Sanierungsfahrpläne, Lösungen für die Wärmeversorgung oder Quartierskonzepte – Privatleute, Kommunen und Unternehmen profitieren vom Know-how der beiden.

Fido ist übrigens froh, dass er mittlerweile kein Bürohund mehr ist. Nah beim Herrchen zu sein, war zwar deutlich besser als zehn Stunden alleine zuhause zu warten, aber auf Dauer wäre es zu langweilig. Gut, dass Frauchen nicht mehr einmal pro Woche nach Freiburg muss.



PICKNICK

Wenn Leonie Pfundstein morgens von Dietingen aus mit dem Bus zur Berufsschule nach Rottweil fährt, besteht ihr Proviant aus einem halben belegten Brot und einer Flasche Wasser. Obwohl die angehende Erzieherin heute bis nachmittags Unterricht hat, verzichtet sie bewusst auf große Lunch-Pakete oder Kunststoffbehälter mit vorgekochtem Essen: „Ich brauche tagsüber nicht viel.“ Die 17-Jährige wechselt im ersten Ausbildungsjahr wöchentlich zwischen ihrer Ausbildungsstätte, der katholischen Kindertagesstätte St. Nikolaus in Dietingen, und dem Edith-Stein-Institut für soziale Berufe in Rottweil.

Die Mittagspause zwischen dem Unterricht dauert heute eine Stunde. Leonie Pfundstein läuft mit Klassenkameraden zur nächsten Bäckereifiliale. „Das machen wir immer so“, sagt sie. Die Brezel oder das süße Teilchen wird entweder schon auf dem Rückweg zur Schule oder im Klassenzimmer verzehrt. Auf eine warme Mahlzeit pro Tag muss die junge Frau dennoch nicht verzichten: „Wenn ich keinen Nachmittagsunterricht habe, esse ich oft bei meiner Oma und außerdem wird abends bei meinen Eltern meist warm gekocht.“



FISCHERNETZ

Jochen Irion macht Mittagspause bei einem sogenannten „Schalthaus“ in Rottweil. Der 39-Jährige, heute für die Einsatz- und Arbeitssteuerung sowie die Straßenbeleuchtung in Rottweil zuständig, war lange als Strom-Monteur der ENRW im Netzgebiet des regionalen Energieversorgers unterwegs, um täglich vor Ort den Weg des Stroms bis zur Steckdose zu begleiten und bei Problemen einzugreifen. Die entsprechenden Arbeitsaufträge erhielt er über die ENRW-Netzleitstelle, welche per Fernüberwachung rund um die Uhr nahezu sämtliche Strom-, Erdgas-, Trinkwasser- und Fernwärmeleitungen kontrolliert. Von morgens sieben Uhr bis mittags um 16 Uhr sind die Netz-Monteur im Einsatz. Die Pause wird da gemacht, wo es gerade passt.

Vor der Mittagspause stand heute die routinemäßige Kontrolle des „Schalthauses“ auf dem Programm. Was ist ein „Schalthaus“? Irion erklärt es uns. Von den großen Kraftwerken fließt der erzeugte Strom über armdicke Hochspannungsleitungen mit bis zu 400.000 Volt kilometerweit übers Land. „Je höher die Spannung, desto verlustfreier lässt sich Strom transportieren“, sagt der 39-Jährige. Ein Umspannwerk in Trossingen verwandelt die 400.000 Volt in 110.000 Volt und schickt diese ins Stromnetz der ENRW. Deren Umspannwerke in Rottweil und Zimmern reduzieren die 110.000 Volt auf 20.000 Volt.

Anschließend fließt der Strom unterirdisch oder über Freileitungen zu den rund 330 Trafostationen im gesamten Versorgungsgebiet der ENRW. Teilweise befinden sich dazwischen noch „Schalthäuser“, welche den Strom verteilen. 70 der 330 Trafostationen gehören großen Industriekunden mit hohem Stromverbrauch. Die Trafostationen wandeln die Spannung auf 400 sowie 230 Volt um und speisen die Kabel bis zu den Hausanschlüssen.

Jochen Irion vergleicht den Stromtransport innerhalb des ENRW-Netzes gerne mit einem weit verzweigten Fischernetz: „Selbst wenn eine der 330 Trafostationen wegen eines Defekts ausfällt, sind die anderen so miteinander verbunden, dass kein Kunde, oder nur ein kleiner Teil, auf Strom verzichten muss.“

Im und ums Schalthaus hat Irion lediglich kleinere Mängel festgestellt und protokolliert. Die Stromverteilung erfolgt im Gebäude über fernüberwachte Schaltanlagen. Für größere technische Defekte stehen Batterien bereit. Diese gewährleisten auch bei einem Stromausfall, dass die Schaltanlagen weiterhin von der ENRW-Netzleitstelle aus per Fernübertragung bedient werden können.



KINDER-NACHMITTAG

Jennifer Hils ist Teilzeit-Mama. Will heißen: sie arbeitet Teilzeit und ist Mama. Zwei Jobs also. An drei Tagen pro Woche arbeitet sie jeweils von acht bis zwölf Uhr in der Buchhaltung der Energieversorgung Rottweil (ENRW). Um 12.15 Uhr holt sie Tochter Johanna vom Kindergarten ab. Um 12.30 Uhr kommt Tochter Josephina von der Grundschule heim. Bevor es um 13 Uhr Mittagessen gibt, wird gekocht. Josephina hilft mit. Unter den Top-Ten-Gerichten liegen Nudeln mit Tomatensauce, Kartoffelauflauf und Hühnersuppe auf den ersten drei Plätzen. Auch die 92-jährige Tante in der Einliegerwohnung bekommt eine Portion.

Ab 13.30 Uhr macht Johanna noch ein kleines Mittagsschläfchen, während Josephina ihre Hausaufgaben erledigt sowie mit der Mama Lesen, das kleine Einmaleins und Klavier übt. Dann gehen die drei je nach Witterung in den Garten, spazieren, auf den Spielplatz oder spielen im Kinderzimmer. Gegen 17 Uhr kommt Papa Jürgen von der Arbeit heim.

Wem ist es aufgefallen? Alle Vornamen der Familie Hils beginnen mit einem „J“...:-)



WASSERMARSCH

Laufschuhe statt Lunch, Natur statt Nahrung, Sauerstoff statt Schweinebraten - für Wolfgang Kopp bedeutet Mittagspause seit Jahrzehnten Bewegung an der frischen Luft. „Ich habe schon im Studium festgestellt, dass mir persönlich eine größere Mahlzeit zur Mittagszeit mehr schadet als nützt. In der Folge arbeitet vor allem mein Magen und nicht mein Hirn. Aus diesem Grund nehme ich nur ein wenig Obst zu mir und gehe raus“, sagt der 54-Jährige. Als Abteilungsleiter trägt er die Gesamtverantwortung für den kaufmännischen Service der Energieversorgung Rottweil (ENRW). Dazu zählen Finanz- und Rechnungswesen, Anlagenbuchhaltung, Einkauf und Controlling. „Es ist überwiegend eine sitzende Tätigkeit, desto wichtiger ist mir der halbstündige Spaziergang zwischen 12 und 13 Uhr.“

Der Marsch zur Mittagszeit bei jeder Witterung gehört seit Jahrzehnten zum beruflichen Alltag von Wolfgang Kopp. Beim derzeitigen Unternehmensstandort der ENRW trifft er in dieser Beziehung auf ideale Bedingungen: „Unser Verwaltungsgebäude liegt idyllisch genau

am Neckar, umgeben von viel Natur.“ Und da auch noch zufällig ein Spazier- und Radweg direkt am Fluss quasi hinterm Gebäude beginnt, war es für den passionierten Blasmusiker bei Stellenantritt vor fünf Jahren keine Frage, wo es täglich lang gehen soll.

Mittlerweile kennt er nicht nur den Weg wie seine Westentasche, sondern auch zahlreiche Bewohner und Nutzer desselben: „Man sieht Ringelnattern, Graureiher, Eichhörnchen und sogar Fische. Man kennt Spaziergänger, Hunde und Herrchen beim Namen, und man registriert sofort, wenn etwas nicht stimmt.“ Ein verrirrter LKW oder ein umgestürzter Baum lässt Wolfgang Kopp nicht kalt. Den Brummi-Fahrer zeitaufwändig zurück auf die Straße zu dirigieren ist das eine, den Baum der richtigen Stelle zu melden ein anderes. Keine Frage, dem Finanzexperten ist die kurze Passage entlang des Neckars ans Herz gewachsen. Umso mehr bedauert er mit einem Augenzwinkern, dass die ENRW aufgrund der Landesgartenschau 2028 den Standort irgendwann in den nächsten Jahren verlassen wird: „Das trifft mich hart!“



WASSERMÄNNER

Mittagspause auf der Rottweiler Kläranlage des ENRW Eigenbetriebs Stadtentwässerung. Fünf Teammitglieder sind heute anwesend. Ein Job mit sehr viel Verantwortung und ein Job mit Bereitschaftsdiensten 24/7. Ohne kommunale und industrielle Abwasserentsorgung würde Trinkwasser nicht konstant in bester Qualität zur Verfügung stehen. Nachdem Wissenschaftler Ende des 19. Jahrhunderts erkannt hatten, dass für viele Krankheiten Mikroorganismen im durch Fäkalien verschmutzten Trinkwasser verantwortlich waren, entstanden nach und nach in vielen Städten und Dörfern Kläranlagen. In Rottweil war dies 1917 der Fall.

Das Wasser des Neckars war damals so stark verunreinigt, dass die Pulverfabrik als größte Industrieanlage der Stadt nicht mehr damit arbeiten konnte. Aus diesem Grund und auch um den Bürgern endlich eine hygienische Ableitung ihrer Abwässer zu ermöglichen, wurde eine Kläranlage gebaut, die zunächst für 8.000 Einwohner ausgelegt war. Heute sind es rund 34.000 Einwohner und zusätzlich werden Belastungen aus Industrie und Gewerbe entsprechend den Werten von rund 11.000 Einwohnern gereinigt. Neben der Stadt Rottweil samt allen

Stadtteilen außer Neufra sind auch die Gemeinden Zimmern, Deißlingen und Lauffen an die Kläranlage angeschlossen. Das Kanalnetz umfasst rund 192 Kilometer.

Abwasser entsteht beim Wäschewaschen, Duschen, Spülen, Zähneputzen oder beim Toilettengang. Auch bei der Produktion von Gütern wird Wasser verbraucht und verwandelt sich in Abwasser. Von den Wohnhäusern und Fabriken fließt dieses durch Kanäle zur nächsten Kläranlage. Dort wird das Abwasser in verschiedenen Stufen gereinigt. Die Zucht von Mikroorganismen, welche eine bestimmte Menge an Verunreinigungen abbauen können, steht dabei im Mittelpunkt. Es handelt sich beispielsweise um Bakterien und tierische Einzeller, welche viele der Schmutzteilchen im Wasser auffressen.

Darüber hinaus ist man heute in der Lage, Wertstoffe aus dem Abwasser zu recyceln sowie Wärme und Energie aus dem Abwasser zu gewinnen. Durch optimales Energiemanagement und spezielle Verfahren bei der Klärschlammbehandlung produziert die Rottweiler Kläranlage 100 Prozent der benötigten Wärme und sogar mehr als 100 Prozent des eigenen Strombedarfs selbst.



RITUAL

Das mittägliche Ritual. Seit rund zehn Jahren setzt sich gegen 12 Uhr eine kleine Gruppe Männer in Bewegung, um gemeinsam vom Unternehmensstandort der Energieversorgung Rottweil (ENRW) am Neckar bergauf Richtung Innenstadt zu marschieren. Der kleine Tross ist außer am Wochenende nahezu täglich unterwegs. Bei jedem Wetter. „Aktive Mittagspause“ nennt Christof Bilger die Unternehmung.

Der 60-Jährige leitet bei der ENRW die Abteilung Daten- und Netzservice. Diese gewährleistet, dass alle Versorgungsnetze technisch auf Stand sind und kümmert sich um die Messung von Energieverbräuchen. Mit von der Partie sind außerdem IT-Projektmanager Jakob Garten, Andreas Efinger, zuständig für die Kommunikationsnetze der ENRW, Zähler-Experte Eduard Hepfner sowie Thomas Bauer, der Verbrauchsdaten Strom- und Erdgaslieferanten zur Verfügung stellt, welche die Versorgungsnetze der ENRW für ihre Kunden nutzen.

Die Ziele der vier bis fünf Arbeitskollegen sind immer die gleichen. Im Herbst und Winter geht es erst zum Bäcker und dann in die Café-Bar Pauls in der Blumengasse. Im Frühjahr und Sommer geht es erst zum Bäcker und dann ins Eiscafé Venezia in der Unteren Hauptstraße. Natürlich an einen Tisch im Freien mit Sonnenschirm. Beide Lokalitäten gestatten den Stammgästen der ENRW großzügig, ihr mitgebrachtes Vesper zu verspeisen.

Konsumiert wird dafür ganzjährig stets das gleiche Getränk: Latte Macchiato, der klassische Milchkaffee aus Bella Italia. Ist der kleine Mittagsimbiss beendet, spazieren die Herren entspannt bergab zurück an ihre Arbeitsplätze. Und ehe man es sich versieht, ist es schon wieder 12 Uhr. Ein neuer Tag. Zeit für das mittägliche Ritual.



MEAL PREPPING

Melissa Schenk macht meist gegen 12.30 Uhr Mittagspause. Stets führt ihr Weg in die Teeküche, um in der Mikrowelle die zuhause vorgekochte Mahlzeit warm zu machen. Im Winter und bei schlechtem Wetter isst sie im Aufenthaltsraum meist zusammen mit Kolleginnen und Kollegen. Die 26-Jährige lebt in Geislingen bei Balingen und absolviert derzeit ein sogenanntes „Volontariat“ im Bereich Unternehmenskommunikation der Energieversorgung Rottweil (ENRW). Es handelt sich um eine zweijährige Ausbildung, die das theoretische Wissen ihres Studiums der Politikwissenschaften um berufliche Praxis erweitert.

Wie viele Menschen ist auch Melissa Schenk überzeugt von „Meal Prepping“. Im Grunde steckt hinter diesem Food-Trend nichts weiter als das gute alte Vorkochen. Dessen Renaissance wurde jedoch durch Fitness-Freaks ausgelöst, die durch das „Meal-Prepping“ ganz genau im Blick haben, welche Lebensmittel und Nährstoffe sie in welcher Menge zu sich nehmen. Dieses Wissen spielt auch für die Volontärin eine große Rolle: „Ich koche sehr gerne und ernähre mich möglichst ausgewogen. Wenn man selbst kocht, weiß man halt, was auf den Teller kommt. Ich esse lieber mittags eine warme Hauptmahl-

zeit und abends nur noch eine Kleinigkeit, deswegen nehme ich mein Essen zur Arbeit mit und wärme es dort auf.“

Vor dem Wocheneinkauf hat sie die Gerichte für die kommenden Tage schon im Kopf. Obst und Gemüse bezieht Melissa Schenk von einem Hofladen, die restlichen Lebensmittel kauft sie im Supermarkt. Gekocht wird nach Rezept, „damit die Gerichte auch gelingen.“ Ihr absoluter Klassiker ist Blumenkohl-Curry mit Kokosmilch und Reis. Das lässt sich gut aufwärmen und eignet sich auch zum Einfrieren. Nudeln mit verschiedenen Soßen und Gemüse kocht die 26-Jährige auch häufig. Außerdem gibt es je nach Jahreszeit im Sommer manchmal Spargel und im Herbst ab und zu Gerichte mit Kürbis.

„Oft nutze ich das Wochenende, um vorzukochen“, sagt die junge Frau. Ihr Arbeitsplatz bei der ENRW in Rottweil liegt naturnah am Neckar. Einkaufsmöglichkeiten oder Restaurants in der direkten Umgebung gibt es keine. Würde sie anders verfahren, wenn der Arbeitsplatz in der Innenstadt wäre? „Wahrscheinlich würde ich dann schon hin und wieder essen gehen oder was beim Bäcker holen, weil es einfach bequemer ist. Aber es würde definitiv nur eine Ausnahme sein.“

ENRW SUCHT NEUE KUNDENBEIRÄTE!

Die ENRW Energieversorgung Rottweil GmbH & Co. KG verfügt seit 2016 als erstes Unternehmen der Region über einen Kundenbeirat. Uns interessiert Ihre Meinung zu unseren Produkten, Leistungen und Angeboten. Werden Sie Kundenbeirat und helfen Sie uns dabei, noch besser zu werden!

Was erwartet mich als ENRW-Kundenbeirat?

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

Wir haben zwei scheidende Kundenbeiräte zu ihren Erfahrungen befragt:



Jutta Dietz-Held, Denkingen

„In positiver Erinnerung bleiben mir die stets informativen Sitzungen mit interessanten Einblicken in sämtliche Unternehmensbereiche der ENRW sowie auf zukünftige Projekte. Meine persönlichen Favoriten waren die Führungen im aquasol und in der Netzleitstelle. Besonders viel Freude hat mir der konstruktive Austausch zwischen der Unternehmensführung und den Beiräten gemacht und dass wir persönlich Ideen einbringen durften. Ich bedauere, dass die Amtszeit bald ausläuft. Aber dadurch bietet sich zukünftigen Kundenbeiräten die Möglichkeit, neue Ideen und Anregungen einzubringen.“



Martin Hornig, Rottweil

„Besonders gefallen hat mir am ENRW-Kundenbeirat die Zusammenkunft dreimal im Jahr. Vor den Sitzungen haben wir immer Besichtigungen gemacht. Es war interessant zu sehen, was im Hintergrund bei der ENRW abläuft. Positiv fand ich auch, dass wir Kundenbeiräte bei neuen Projekten oder Änderungen um Rat gefragt wurden. Der Kundenbeirat war also kein Stiefkind, sondern unsere Vorschläge wurden auch umgesetzt.“

Wie bewerbe ich mich für den Kundenbeirat der ENRW?

Bewerben kann sich jede/r volljährige/r Kundin/Kunde. Eine kurze formlose Bewerbung mit Angaben zu Alter, Beruf, Wohnverhältnis und Motivation ist ausreichend.

Per Mail an:
hierbleiber@enrw.de

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

Bewerbungsschluss: 31. Mai 2020

Werden Sie Teil des ENRW-Teams!

Wir bieten qualifizierten und erfahrenen Fach- und Führungskräften individuelle Gestaltungsspielräume und langfristige Perspektiven. Wir zeichnen uns durch eine arbeitnehmerfreundliche Unternehmenskultur aus, bei der das Thema „Familie und Beruf“ stark im Fokus steht. Wenn Sie bei einem traditionsreichen und innovativen Energiedienstleister mit flachen Hierarchien arbeiten wollen, freuen wir uns auf Ihre Bewerbung, die wir gerne online oder per E-Mail entgegennehmen.

Aktuell suchen wir:

- Abteilungsleiter/in Stadtentwässerung (m/w/d)
- Gas-/Wassermonteur (m/w/d)
- Kundendienstmonteur Wärme (m/w/d)
- Physiotherapeut oder Masseur (m/w/d)
- Planer/Projektierer (m/w/d)
- Vertriebsmitarbeiter (m/w/d)

Mehr Infos: www.enrw.de/de/ueber-uns/Jobs-Karriere

Bei Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung:

Ottmar Schäfer (Teamleiter Personal)

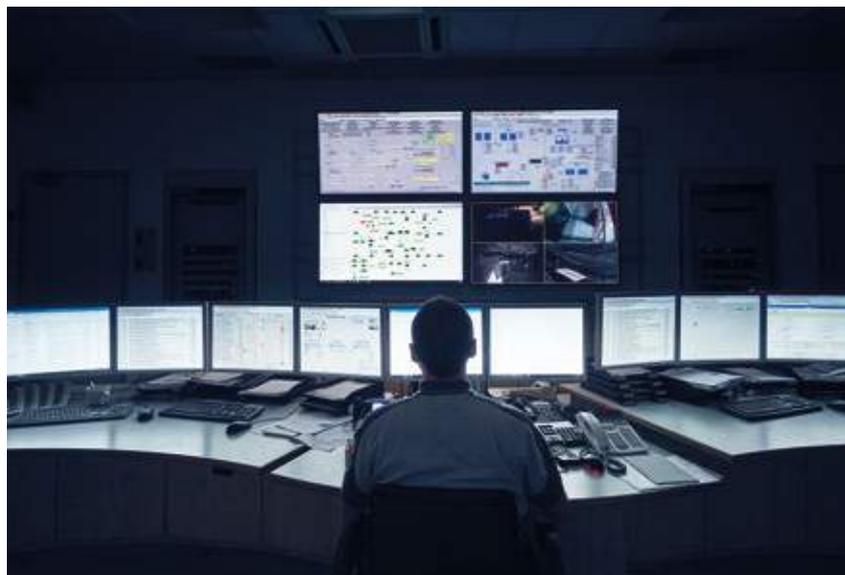
Tel. 0741 / 472-251

Mail: bewerbung@enrw.de



ENRW

Energieversorgung Rottweil



Auch wir als regionaler Energieversorger beschäftigen uns intensiv mit der Verbreitung des Coronavirus.

Eines vorweg: Die Versorgung unserer Region mit Strom, Erdgas, Wärme und Trinkwasser ist weiterhin sicher und rund um die Uhr gewährleistet.

Dies gilt auch für die Entsorgung des Abwassers – Sie können sich auf uns verlassen! Wir haben zahlreiche Vorsorgemaßnahmen eingeleitet, um das interne Ansteckungsrisiko als Betreiber kritischer Infrastruktur so gering wie möglich zu halten. So sind insbesondere versorgungsrelevante Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter entweder durch ein Schichtsystem oder räumliche Lösungen getrennt worden, um im Fall einer Ansteckung handlungsfähig zu bleiben.

 www.facebook.com/ENRWRottweil

 www.instagram.com/enrw_rottweil

Spannender Lesestoff über die Menschen in der Region gesucht? Wir können helfen!
Auf www.hierbleiber.de finden sich alle bislang erschienenen zehn Kundenmagazine der Energieversorgung Rottweil (ENRW) zum Lesen, Download und Ausdrucken.

Die nächste
Ausgabe des
HIERBLEIBER
erscheint voraussichtlich
im Sommer 2020
Jetzt kostenlos abonnieren!
Mehr Infos unter:
www.hierbleiber.de