

# Energie & UmWelt

Das Magazin der Stadtwerke Weißenfels

Wir können mehr!

www.stadtwerke-wsf.de

3/2019

## EINE FEUERWEHR ZUM HÜPFEN!

Foto: topshats - Fotolia

Jetzt die  
Hüpfburg  
stürmen!



An der Saale hellem Strande gibt es einen neuen Burgherren: die Freiwillige Feuerwehr Weißenfels! Im Rahmen des Kinderfestes Anfang Juni 2019 wurde den Kameraden eine aufblasbare Hüpfburg überreicht.

Dank der Unterstützung von 27 Sponsoren, darunter die Stadtwerke Weißenfels, ist es gelungen, die Hüpfburg komplett zu finanzieren. Sie steht ab sofort allen Ortsfeuerwehren und insbesondere den Kinder- und Jugendfeuerwehren zum Ausleihen zur Verfügung, um die Nachwuchsgewinnung zu fördern. Auch Kitas, Schulen und gemeinnützige Vereine können das Angebot für Kinderfeste, Tage der offenen Tür und andere Veranstaltungen nutzen. Auf Anfrage sind weitere Einsatzmöglichkeiten denkbar.

„Eine schicke Hüpfburg ist der Knaller auf Kinderfesten, deswegen sind wir gerne als Sponsor im Boot. Zudem ist es uns als Energieversorger vor Ort sehr wichtig, die Feuerwehr als wichtigen Sicherheitspartner zu unterstützen. Wir würden uns sehr darüber freuen, wenn mehr Kinder und Jugendliche den Weg zur Feuerwehr finden“, betont Lars Meinhardt, Geschäftsführer der Stadtwerke Weißenfels.

Wer die Hüpfburg ausleihen möchte, meldet sich bei der Feuerwehr Weißenfels. Telefon: 03443 302533, E-Mail: info@feuerwehr-weißenfels.de.

Die Stadtwerke Weißenfels halten für Vereine 10 Gutscheine bereit. Einfach unter 03443 398-124 anrufen und einen Termin ausmachen!

## Willis News



### KLIMAPARKPLATZ ENTSTEHT BIS HERBST 2019

Die Bauarbeiten am Klimaparkplatz schreiten voran. Seit November 2018 wird neben dem Kreisverkehr Niemöllerplatz gebaut. Auf einer Fläche von etwa 4.900 Quadratmetern entstehen 84 Pkw-Stellplätze, zwei Wohnmobilstellplätze und 84 Stellplätze für Fahrräder. Vier der Parkflächen für Autos werden mit Elektroladesäulen ausgestattet. Der Strom dafür wird von den Stadtwerken Weißenfels geliefert.

Die ehemalige Brachfläche zwischen Deichstraße, Niemöllerplatz und Friedrichsstraße wird mit dem Bau des Klimaparkplatzes städtebaulich revitalisiert. Über den Fahrradstellplätzen sorgt ein Solardach für Wetterschutz und klimafreundliche Stromerzeugung. Die Freigabe des Klimaparkplatzes ist für Herbst 2019 geplant. Dann sollen auch noch Pflanzarbeiten erfolgen – der Parkplatz kann aber währenddessen genutzt werden.

### ACHTUNG BAREINZAHLER: GEÄNDERTE ÖFFNUNGSZEITEN DER KASSE BEACHTEN

Am Freitag, **2. August 2019**, ist die Kasse der Stadtwerke Weißenfels aus technischen Gründen **ganztagig geschlossen**. Am Montag, **5. August 2019**, ist die Kasse am Südring 120 erst **ab 12.30 Uhr geöffnet**! Alle Kundinnen und Kunden, die Barzahlungen leisten möchten, können bis Donnerstag, 1. August 2019, an der Kasse bis 15.00 Uhr einzahlen. Die Mitarbeiterinnen im Kundenservice der Stadtwerke Weißenfels bedanken sich für Ihr Verständnis!

## LÄNGER SAFT IM HANDY

Die Situation kennt jeder: Ein wichtiges Telefonat oder eine dringende Nachricht – und das Smartphone macht schlapp. Ärgerlich. Laut einer Umfrage des IT-Branchenverbandes Bitkom wünschen sich 63 Prozent der Handynutzer eine längere Akkulaufzeit. Was viele nicht wissen: Sie können selbst eine Menge tun, damit ihr Akku möglichst lange ohne Aufladen durchhält. Wer GPS-Ortung, WLAN und Bluetooth nur bei Gebrauch einschaltet sowie die Bildschirmhelligkeit reduziert, spart Energie und erhöht die Akkulaufzeit. So lassen sich auch abends noch WhatsApp-Nachrichten lesen oder Instagram-Bilder bestaunen. Und auch die Lebensdauer des Akkus kann man mit ein paar Tricks verlängern.

### Ladung zwischen 30 und 70 Prozent

Der wichtigste Tipp: richtig laden. Moderne Lithium-Ionen- beziehungsweise Lithium-Polymer-Akkus haben nichts mehr mit den früheren Nickel-Cadmium- oder Nickel-Metallhydrid-Akkus gemein. Diese wiesen Memory- oder Trägheitseffekte auf. Und um die zu vermeiden, lud so mancher den Akku ganz auf, um ihn danach vollständig zu entladen. Das ist aber bei modernen Energiespeichern kontraproduktiv. Dauerhaft hohe Ladezustände sind schädlich für Lithium-Ionen-Akkus, genauso wie dauerhaft niedrige. Am bes-

ten man hält den Ladezustand zwischen 30 und 70 Prozent. Das lässt den Akku langsamer altern. Insofern ist es keine gute Idee, das Smartphone über Nacht am Netz zu lassen. Auch Hitze und Kälte können dem Akku schaden. Das Smartphone deshalb nicht bei praller Sommersonne oder bei Minusgraden hinter die Windschutzscheibe des Autos legen. Der sorgsame Umgang mit dem Akku verlängert nicht nur dessen Laufzeit und Lebensdauer, er schützt auch die Umwelt. Denn obwohl es seit 2006 eine EU-Batterierichtlinie gibt, werden die Kraftspender oft nicht recycelt. Laut Öko-Institut landen europaweit jährlich rund 35 000 Tonnen Batterien einfach im Hausmüll. Ein Grund mehr, Akkus pfleglich zu behandeln.



## Elektromobilität

### GESETZGEBER REGELT DEN EINSATZ VON E-SCOOTERN IM STRASSENVERKEHR

Die E-Scooter-Zulassung ist in Deutschland in Kraft getreten. Jedoch wurden bereits vorher E-Roller verkauft. Sofern sie nicht nach der Elektrokleinstgeräteverordnung (eKFV) zugelassen sind, darf man damit nur auf Privatgelände fahren, nicht im öffentlichen Straßenverkehr, sonst droht ein Bußgeld. Zugelassene E-Scooter haben eine allgemeine Betriebserlaubnis vom Kraftfahrtbundesamt.

Wer einen gebrauchten Roller kauft, sollte auf die Bezeichnung „Elektrokleinstfahrzeug“ auf dem Fabrik-schild achten. Auch wer ein zugelassenes Fahrzeug sein Eigen nennt, darf nicht einfach losfahren. Verpflichtend ist eine Haftpflichtversicherung, um Schäden, die bei Dritten durch den Roller verursacht werden, abzudecken. Die Haftpflichtversicherung wird durch eine Versicherungsplakette nachgewiesen. Bekanntermaßen dürfen Elektrokleinstfahrzeuge maximal Tempo 20 fahren. Zur Ausstattung gehören Licht, eine „helltönende Glocke“ sowie eine Lenk- und Haltestange. Gefahren werden dürfen die Fahrzeuge von Personen ab 14 Jahren – auf Radwegen oder Straßen, wenn kein Radweg vorhanden ist. Gehwege dürfen nur befahren werden, wenn sie als gemeinsame Rad- und Gehwege ausgewiesen sind (eKFV §10, Abs. 1). Hat der E-Scooter keine Betriebserlaubnis, wird ein Bußgeld von 70 Euro und ein Punkt in Flensburg fällig.



## Liebe Leserinnen, liebe Leser,

# EDITORIAL

Trinkwasser ist hierzulande das am schärfsten kontrollierte Lebensmittel. Dies ist keine leere Floskel, sondern wird in den Wasserwerken zwischen Rügen und Bodensee so gehandhabt – natürlich auch in Weißenfels!



Die Trinkwasserqualität selbst ist eine Wissenschaft für sich. Regelmäßig wird von Experten in unabhängigen Labors die Zusammensetzung des Wassers analysiert und dokumentiert. Eine wesentliche Eigenschaft des Wassers ist sein Härtegrad. Wie Sie wissen, gibt es weiches und hartes Wasser. In manchen Regionen Deutschlands ist das Wasser so weich, dass Kalk zugesetzt werden muss, damit das Trinkwasser die nötige Härte erhält. Bei uns haben wir das Glück, auf qualitativ hochwertiges Wasser aus großen Tiefen zugreifen zu können. Wir müssen hierbei keinerlei Chemikalien, wie zum Beispiel Chlor, beimischen. Unser Wasser hat eine natürliche Härte, die es sehr wohlschmeckend und bekömmlich macht. Dafür können jedoch Kalkablagerungen an Armaturen, Haushaltsgeräten und in den Wasserleitungen auftreten. Gerade im Haushalt gibt es aber einfache Tricks, wie man diese ohne großen Aufwand beseitigen kann. Mehr zu diesem Thema lesen Sie auf Seite 3.

Ihr Lars Meinhardt,  
Geschäftsführer der  
Stadtwerke Weißenfels GmbH

## Voting für Vereine geht in Endspurt – jede Stimme zählt!

Die Stadtwerke Weißenfels haben in diesem Jahr zusätzlich drei Spendenpakete in Höhe von 1000, 800 und 600 Euro geschnürt. Im Rahmen der Aktion „Jede Kilowattstunde zählt“ konnten Vereine und Institutionen ihr Projekt bei den Stadtwerken einreichen. Alle eingereichten Projekte sind seit dem 1. Juni 2019 auf [www.stadtwerke-wsf.de](http://www.stadtwerke-wsf.de) veröffentlicht.

Wer am Ende eines der drei Pakete gewinnt, darüber können die Kundinnen und Kunden der Stadtwerke Weißenfels sowie die Fans und Freunde der Vereine aktiv mitentscheiden. Jeder, der von SWW Strom bezieht, kann noch bis 31. Juli 2019 bei der Stimmabgabe seine verbrauchten Kilowattstunden aus dem Jahr 2018 zuzüglich der Rechnungseinheit (siehe Jahresabrechnung) angeben. Diese Kilowattstunden werden dem Projekt 1:1 als Punkte gutgeschrieben. Auch wer kein Kundenkonto besitzt, kann für seinen Lieblingsverein stimmen – pro Stimme gibt's 100 Punkte. Das Voting findet online statt unter: [www.stadtwerke-wsf.de/voting](http://www.stadtwerke-wsf.de/voting). „Das Voting für die Aktion ‚Jede Kilowattstunde zählt‘ geht in den Endspurt und wir sind sehr gespannt, wer am Ende das Rennen machen wird. Wenn auch Sie etwas für Vereinsarbeit übrig haben, stimmen Sie mit ab – es lohnt sich. Denn die Vereine sorgen für eine lebendige Stadt“, erklärt SWW-Chef Lars Meinhardt.

# AUTO-NOM

**Autos und Lastwagen sollen bald von selbst rollen. Wo steht das autonome Fahren heute? Welche Chancen und Risiken birgt es?**

Wer etwas über autonome Fahrzeuge liest, kommt sich oft vor wie in einem Science-Fiction-Film. In der Fantasie hocken Passagiere an einem Tisch, spielen Schach, essen, sehen fern oder schlafen – während das Auto sich selbst nach Hause steuert. Das, so werben Autobauer und schreiben Journalisten, soll bald schon Realität sein. Wirklich?

Experten sprechen von fünf Schritten hin zum autonomen Fahren. Im ersten Level „Assistiertes Fahren“ unterstützen Assistenzsysteme, sie übernehmen aber nicht das Steuer. Im fünften Level fährt das Auto von selbst. Bei den meisten Neuwagen sind Fahrerassistenzsysteme der Stufe 1 inzwischen Standard. Einige Autos lassen sich sogar schon per Fernbedienung einparken oder helfen beim Lenken – Features aus Level 2, dem teilautomatisierten Fahren. „Hochautomatisiert fahren“ (Level 3), „vollautomatisiert fahren“ (4) und „autonom fahren“ (5) können Autos – mit Ausnahme weniger Testfahrzeuge – aber noch nicht.

Setzt sich das autonome Fahren durch, würde das den Verkehr revolutionieren: Menschen, die alters- oder krankheitsbedingt kein Auto mehr steuern, könnten sich auch ohne Fahrer transportieren lassen. „Autofahrer“ würden ein Nickerchen machen oder am Laptop arbeiten. Automatisierte Busse kämen – ebenso wie Taxis oder U-Bahnen – fahrerlos aus und an. Der bisher oft von den Ballungszentren abgeschnittene ländliche Raum würde so näher an die Städte heranrücken.

Auch der Güterverkehr könnte profitieren: Experten erhoffen sich einen besseren Verkehrsfluss, weniger Schadstoffemissionen, kürzere, verläss-

lichere Fahrtzeiten, weniger Stress und mehr Ruhezeiten für Fahrer. Bis sich das autonome Fahren vollflächig durchsetzt, wird allerdings noch viel Zeit vergehen. Weil nicht alle konventionellen Autos auf einen Schlag von den autonomen Gefährten abgelöst werden, gebe es vorerst eine Art Mischverkehr, prognostiziert eine aktuelle Studie vom Prognos Forschungsinstitut im Auftrag des ADAC. Wie sicher sind selbstfahrende Autos? Bei einer Testfahrt im US-Bundesstaat Arizona erfasste 2018 ein Roboterauto eine Fußgängerin, die an den Folgen des Unfalls starb. Allerdings trat die Frau laut Polizei direkt aus dem Schatten auf die Fahrbahn – auch ein Autofahrer hätte sie wahrscheinlich zu spät erkannt.

Neben großen Chancen bringen die modernen Fahrzeuge auch Risiken mit sich. So ist es möglich, dass Sensoren während der Fahrt den Geist

aufgeben und Situationen falsch einschätzen, oder dass Programmierfehler ein Auto zum Stillstand bringen. Große Unfälle blieben bislang weitgehend aus. So waren zum Beispiel die Autos der Google-Tochter Waymo bei einer Million Testkilometern im Jahr 2016 nur in 13 Crashes involviert – eine gute Bilanz. Ingenieure und Unfallforscher sind sich einig, dass das vernetzte Fahren insgesamt zu deutlich weniger Unfällen führen wird. Der Grund: 90 Prozent aller Verkehrsunfälle sind bislang auf menschliches Versagen zurückzuführen. Allerdings müssen die Fahrzeuge auf Herz und Nieren geprüft werden, auf Teststrecken ebenso wie im öffentlichen Straßenverkehr. Die Technik braucht Zeit, um sukzessive ins Auto einzuziehen. Erst wenn Kinderkrankheiten, Fehler und Mängel behoben sind, darf sie dem Menschen das Steuer aus der Hand nehmen.



Foto: Patrick Büsgen, Volkswagen AG / Composing, Max Weber

## Stadtwerke gratulieren zum sportlichen Erfolg!



In der Saison 2018/2019 haben gleich drei Teams, die von den Stadtwerken Weißenfels gesponsert werden, ein Ausrufezeichen gesetzt: Die Basketballer des Syntainics MBC haben den Klassenerhalt in der Bundesliga geschafft. Den Fußballern des SSC Weißenfels gelang der Aufstieg in die Verbandsliga Sachsen-Anhalt. Aufsteiger sind auch die Kicker vom SV Rot-Weiß Weißenfels (unten). Sie schafften den Sprung in die Landesliga. „Wir gratulieren den Teams zu ihrem sportlichen Erfolg, der uns als Unterstützer stolz macht“, freut sich Stadtwerke-Chef Lars Meinhardt.



Foto: Andreas Bez



# WEISSENFELSER TRINKWASSER FLIESST IN BESTER QUALITÄT

Ohne feste Nahrung können wir einige Wochen auskommen – ohne Wasser nur wenige Tage. Trinkwasser ist das Lebensmittel Nummer 1 des Menschen.

## Natürlich gut

Das aus verschiedenen Tiefbrunnen auf heimischer Flur gewonnene Wasser, das in den Wasserwerken Leifling und Markwerbener Wiese aufbereitet wird, ist aufgrund seiner Herkunft aus dem Buntsandstein hoch mineralisiert und damit genussvoll und gesundheitsfördernd. Aufgrund der Qualität des geförderten Wassers kann die Aufbereitung ohne Einsatz von chemischen Zusätzen erfolgen.

## Geprüfte Qualität

Das von den Stadtwerken Weißenfels gelieferte Trinkwasser erfüllt alle Anforderungen der strengen Trinkwasserverordnung in Deutschland. Zur Kontrolle der Trinkwasserqualität werden regelmäßig Wasserproben auf ihre relevanten Einzelbestandteile geprüft. Das geschieht durch den Fachbereich Analytik des akkreditierten Labors der InfraLeuna GmbH mit zugelassenen Verfahren und modernster Technik. Darüber hinaus erfolgt die behördliche Überwachung seitens der unteren Wasserbehörde des Burgenlandkreises.

## Wasserpreis seit 2013 stabil

Neben der Qualität des Wassers konnten die Stadtwerke Weißenfels durch das System der Eigenförderung und -aufbereitung in der Vergangenheit sicherstellen, dass eine Versorgung unserer Kunden – auch in extremen Wetterlagen – ohne Einschränkungen gewährleistet werden kann. Wir sind zuversichtlich, diesen Standard auch zukünftig halten zu können.

Eine wesentliche Ursache dafür ist der von externen Wasserexperten, zum Beispiel dem Deutschen Verein des Gas- und Wasserfaches e. V. (DVGW), bescheinigte technisch sehr gute Zustand der Wasserwerke. „Erhebliche Investitionen in die Sanierung von Wasserspeichern, in die Sanierung und den Neubau von Brunnenanlagen sowie in die Erweiterung von Filter- und Hochwasserschutzanlagen sichern nachhaltig die hohe Trinkwasserqualität für unsere Bürgerinnen und Bürger. Darüber hinaus ist der Wasserpreis seit 2013 unverändert“, betont Stadtwerke-Geschäftsführer Lars Meinhardt.

## Hoher Mineralgehalt durch Buntsandstein

Kalk im Wasser ist gesund: Hartes Wasser enthält die lebenswichtigen Mineralien Calcium und



Lars Meinhardt, Geschäftsführer der Stadtwerke Weißenfels

Magnesium. So ist Calcium ein wichtiger Baustoff für Knochen und Zähne sowie unentbehrlich für die Blutgerinnung. Magnesium wirkt sich positiv auf die Nerven, die Muskelarbeit sowie die Arterien aus und beugt Herzinfarkten vor. Einen gesetzlich festgelegten Höchstwert zur Wasserhärte gibt es nicht.

## Das ist die Härte

Die Menge an gelöstem Calcium und Magnesium im Wasser wird als „Wasserhärte“ bezeichnet. Das Weißenfeler Trinkwasser weist eine Härte zwischen 4,09 und 4,84 Millimol Calciumcarbonat pro Liter (zwischen 22 und 28° dH) auf und liegt damit im Härtebereich „hart“. Durch seinen hohen Gehalt an Calcium und Magnesium ist das Weißenfeler Trinkwasser sehr gesund. Den Unterschied zwischen hartem und weichem Wasser spüren die Verbraucher beispielsweise beim Händewaschen. Mit härterem Wasser lässt sich die Seife wesentlich besser abwaschen als mit sehr weichem Wasser.

## Woher stammt die Wasserhärte?

Der im Weißenfeler Trinkwasser gelöste Kalk ist natürlichen Ursprungs und wird vom Grundwasser während seiner langen Aufenthaltszeit im Untergrund aufgenommen. Die geologischen Gegebenheiten – insbesondere die in Weißenfels vorkommenden Buntsandsteinschichten – begünstigen die hohe Mineralisierung.

## Wann entstehen Kalkablagerungen?

Das Trinkwasser enthält natürlicherweise geringe Mengen an Kohlendioxid (CO<sub>2</sub>). Wenn dieses CO<sub>2</sub> entweicht, fällt der im Trinkwasser gelöste

Kalk wieder aus. Dies geschieht beispielsweise am Duschkopf oder am Wasserhahn. Auch bei starker Erwärmung, wie im Wasserkocher oder in der Kaffeemaschine, entstehen Kalkablagerungen. Wenn Wassertropfen abtrocknen, bleiben ebenfalls Kalkflecken zurück.

## Was tun gegen Kalk?

Wer zum Beispiel aus Komfortgründen eine Enthärtungsanlage in der Hausinstallation betreiben möchte, sollte unbedingt auf ein DVGW-Prüfzeichen achten und die Installation sowie die notwendigen Wartungen vom Fachbetrieb ausführen lassen. Hartes Wasser kann bei einigen Haushaltsgeräten störende Kalkablagerungen verursachen. Mit einigen einfachen Maßnahmen und Hausmitteln kann man seine Geräte schonen.

## Hier ein paar wichtige Tipps:

### > Waschmaschine

Dosieren Sie Waschmittel nach den Angaben auf der Verpackung entsprechend der Wasserhärte. Denn hartes Wasser beeinträchtigt die Waschkraft vieler Waschmittel: Die gelösten Calcium- oder Magnesium-Ionen bilden mit Seifen Kalkseifen, die keine Reinigungswirkung mehr entfalten und ihrerseits Textilien mit weißen Schlieren verunreinigen können. Das können Sie durch richtiges Dosieren verhindern.

### > Wasserkocher und Kaffeemaschine

Entkalken Sie Wasserkocher und Kaffeemaschine mit verdünnter Essig-Essenz oder Zitronensäure. Hinterher dreimal klares Trinkwasser durchlaufen lassen. Regelmäßiges

Entkalken senkt den Stromverbrauch, denn die Kalkschicht, die sich bei Wasserkochern mit der Zeit bildet, behindert die Abgabe der Wärme ans Wasser.

### > Armaturen und Fliesen

Wischen Sie Armaturen und Fliesen möglichst sofort nach Benutzung ab. Haben sich trotzdem Kalkflecken gebildet, schaffen verdünnte Zitronensäure oder Essig bzw. Essigreiniger Abhilfe.

### > Spülmaschine

Spülmaschinen benötigen kalkarmes Wasser, damit sie gut spülen und keine weißen Beläge auf Geschirr und Spülraumwänden hinterlassen. Stellen Sie dazu in Ihrer Spülmaschine die richtige Wasserhärte ein. Bei einigen neueren Spülmaschinen geht das schon automatisch. Informationen dazu finden Sie in der Bedienungsanleitung. Sollten Sie Ihre Unterlagen zur Spülmaschine nicht mehr finden, können Sie direkt beim Hersteller darum bitten; größere Hersteller bieten sie auch auf ihrer Webseite an. Achten Sie bei einem Umzug darauf, dass die Wasserhärte wieder richtig eingestellt wird. Füllen Sie außerdem regelmäßig das Regeneriersalz für die Enthärtungsanlage nach, denn ihre Wirksamkeit erschöpft sich nach einer gewissen Zeit. Die Reinigungsleistung nimmt ab, die Kalkrückstände zu. Das hat nicht nur Konsequenzen für Ihr Geschirr, sondern auch für die Maschine: An den Heizstäben, in Wasserschläuchen und -sieben etc. lagert sich Kalk ab und führt dazu, dass die Maschine mehr Energie braucht.

### > Bügeleisen

Kalkablagerungen im Bügeleisen kann man verhindern, indem man destilliertes Wasser verwendet. Und achten Sie auf die Gebrauchsanleitung.

[www.stadtwerke-wsf.de](http://www.stadtwerke-wsf.de)







## SPRUDELND FRISCH!

Mit dem Wassersprudler **Crystal** von **Soda Stream** müssen Sie nie wieder schwere Wasserflaschen schleppen. Genießen Sie den prickelnden Geschmack frisch gesprudelten Wassers aus geschmacksneutralen und eleganten

Glaskaraffen. Die Kohlensäure können Sie individuell dosieren, dabei schonen Sie die Umwelt und sparen sogar noch bares Geld. Und all das mit Deutschlands am besten kontrollierten Lebensmittel: dem Leitungswasser.

Hochschulreife		Muse der Liebespoesie	Kykloideninsel		5	nicht diese, sondern ...	langhaarige Wollsorte	
überlegen, abwägen								10
Augenkrankheit		3	11	Abchiedsgruß			gallertartige Substanz	
	9	1		franz., lateinisch und		altjapanisches Brettspiel		
	6		geschlossener Hausvorbau			2		
Zorn			Maß der Magnetfeldstärke				8	7
1	2	3	4	5	6	7	8	9

### MITMACHEN UND GEWINNEN!

Lösen Sie unser Kreuzworträtsel und gewinnen Sie einen Wassersprudler **Crystal** von **Soda Stream**! Das Lösungswort auf eine Postkarte schreiben (bitte Absender nicht vergessen) und einsenden an: Stadtwerke Weißenfels GmbH, Kennwort „Energie & Umwelt“, Südring 120, 06667 Weißenfels. Oder schicken Sie eine E-Mail mit dem Betreff „Energie & Umwelt“ an [stadtwerke@stadtwerke-wsf.de](mailto:stadtwerke@stadtwerke-wsf.de) (bitte Adresse und Kundennummer angeben). Einsendeschluss ist der **15. August 2019**.

Das Lösungswort aus unserem Rätsel in Ausgabe 2/2019 lautete **WALLBOX**. Über einen **Bluetooth-Lautsprecher Soundlink** von **Bose** kann sich Stadtwerkekunde Gerhard Zeise aus Weißenfels freuen. Herzlichen Glückwunsch! Vielen Dank auch an alle, die sich an unserem Rätsel beteiligt haben.

## 70 PROZENT – UNSER WASSERREICHER KÖRPER

**Bis zu zwei Monate kommt der Mensch ohne Essen aus. Ganz anders beim Wasser: Ohne zu trinken überleben wir nur wenige Tage. Schließlich besteht der menschliche Organismus bis zu 70 Prozent aus Wasser. Ein paar nasse Fakten.**

Wir Menschen sind „Aquatiere“ – denn Wasser ist unsere Lebensgrundlage. Je nach Alter ist unser Körper unterschiedlich „nass“: Gut 60 Prozent des Normalgewichts eines mittelalten Erwachsenen macht das Wasser in seinem Körper aus. Da Frauen mehr Körperfett haben als Männer, ist ihr Wasseranteil etwas geringer. Kinder dagegen sind „nasser“, ihr Körper besteht sogar zu 70 Prozent aus Wasser. Im Laufe des Lebens sinkt unser Körperwasseranteil. Dennoch bleibt er auch dann bei über 50 Prozent.

### Wasserkreislauf im Körper

Das Wasser im Körper ist erstaunlich verteilt: Unser Gehirn etwa besteht zu satten 80 Prozent aus Wasser. Über 60 Prozent des Körperwassers fließt in die Körperzellen, damit diese arbeiten können. Noch mehr Wasser wird benötigt, um die Zellen zu umspülen. Der

zweite wichtige „Arm“ des Körperwassers ist der Blutkreislauf. Nur wenn die Zusammensetzung der Flüssigkeit im Blut und zwischen den Zellen stimmt, sind die Zellen selbst im Gleichgewicht. Ist diese Balance gestört, bekommen wir in der Regel Durst. Der Körper kann sein Lebenselixier nicht speichern. Im Gegenteil: Über Nieren, Darm, Lunge und Haut scheiden wir täglich etwa zweieinhalb Liter aus. Bei Hitze, Anstrengung oder Fieber ist es noch mehr. Bei Wassermangel bekommen wir Kopfschmerzen, Konzentrations- und Kreislaufbeschwerden, trockene Haut, dunklen Urin oder Verstopfung. Warum ist das so? Der Körper braucht Wasser, um das Blut über die Nieren täglich ungefähr 300 Mal zu reinigen. Das Resultat: ein bis drei Liter Urin. Und dafür benötigen wir laufend Nachschub.

Eine Faustregel für die richtige Trinkmenge lautet: Erwachsene sollten täglich etwa 30 bis 40 Milliliter Wasser pro Kilogramm Körpergewicht trinken. Wenn Sie 50 Kilogramm auf die Waage bringen, sind zwei Liter Wasser das tägliche Trinkpensum. Auf 75 Kilogramm Körpergewicht umgerechnet, steigt die empfohlene Trinkmenge auf 2,3 bis 3 Liter.

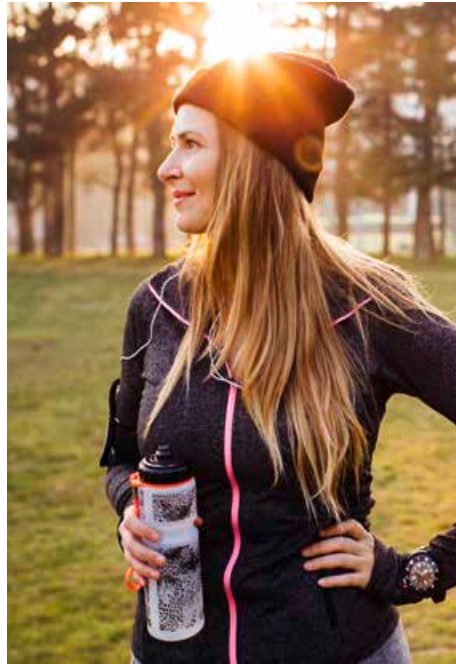


Foto: sreikid - iStock

Anzeige

**Stadtwerke Weißenfels GmbH**  
*Wir können mehr!*

**Unsere Energie – treibt mehr an, als Sie denken.**

Wir engagieren uns:  
Der Weißenfelder Ruder-Verein 1884 e. V. fördert gezielt Nachwuchs. Wir helfen dabei.

[www.stadtwerke-wsf.de](http://www.stadtwerke-wsf.de)

Ein Partner von **ENERGY-M**



## Willis Freizeittipps

### Weißenfeler Schlossfest: Mitmachen und Tickets gewinnen

Vom 22. bis 25. August 2019 lädt das Weißenfeler Schlossfest Gäste in die Saalestadt ein. Traditionelle Höhepunkte wie das Eröffnungskonzert, die Oldtimer-Rallye, der historische Markt und das abschließende Feuerwerk werden mit einem bunten und abwechslungsreichen Programm ergänzt. Ein Festzug spiegelt das vielfältige kulturelle Leben in der Saale-Stadt wider. Der Hauptveranstaltungsort, das Schloss Neugustenburg, wird sich von seiner imposantesten und schönsten Seite zeigen. Die über 300-jährige Geschichte des ehemaligen Residenzschlosses der Herzöge zu Sachsen-Weißenfels blickt auf ein abwechslungsreiches Geschehen zurück.

Sie möchten gerne zum 29. Weißenfeler Schlossfest? Wir verlosen 4 x 2 Freikarten für die Tribute Night mit drei Coverbands am Freitag, 23. August. Schreiben Sie SCHLOSSFEST auf eine Postkarte und schicken Sie diese an: Stadtwerke Weißenfels GmbH, Kennwort „Energie & Umwelt“, Südring 120, 06667 Weißenfels. Oder schicken Sie eine E-Mail mit dem Betreff SCHLOSSFEST an [stadtwerke@stadtwerke-wsf.de](mailto:stadtwerke@stadtwerke-wsf.de). Bitte vergessen Sie Ihre Adresse und Kundennummer nicht. Einsendeschluss ist am 9. August 2019.

### IM BILD MIT BLK REGIONAL TV

Sie möchten Fernsehen aus der Region? BLK regional TV sendet rund um die Uhr. Im Programm gibt's zum Beispiel das Regionalmagazin **BLK regional**, in

Zusammenarbeit mit den Stadtwerken Weißenfels das Energiemagazin **Energie & Umwelt** oder **Gesund Leben**. BLK regional TV ist via Kabel, Internet und HbbTV per Satellit empfangbar. Weitere Informationen gibt es online unter: [www.blkregional.tv](http://www.blkregional.tv)

### Wir sind für Sie da!

**Öffnungszeiten Kundencenter**  
Montag, Mittwoch und Donnerstag  
08.00 bis 12.00 Uhr und 12.30 bis 15.00 Uhr  
Dienstag 08.00-12.00 Uhr und 12.30 bis 18.00 Uhr  
Freitag 08.00 bis 11.00 Uhr

### Kontakt

Telefon 03443 389 0 • Fax 03443 389 221  
[stadtwerke@stadtwerke-wsf.de](mailto:stadtwerke@stadtwerke-wsf.de)

### 24-Stunden-Entstörtdienst

**03443 2873 701**  
**01802 755 222\***

\*Die Kosten für diesen Anruf betragen 6 Cent aus dem deutschen Festnetz, max. 42 Cent aus dem deutschen Mobilfunknetz (je nach Provider).

### IMPRESSUM

Stadtwerke Weißenfels GmbH, Südring 120,  
06667 Weißenfels, Telefon 03443 389-0, Internet:  
[www.stadtwerke-wsf.de](http://www.stadtwerke-wsf.de), Lokalteil Weißenfels:

Ramona Schmidt (verantwortl.),  
Herausgeber: trurnit  
Leipzig GmbH, Uferstraße 21,  
04105 Leipzig, Projektleitung:  
Hagen Ruhmer; Redaktion:  
Hagen Ruhmer; Bilder: SWW,  
Setzfrandt, Julia Hahndorf,  
trurnit Leipzig, Druck: Gra-  
fisches Centrum Cuno, Calbe  
(Saale)



MIX

Papier aus verantwortungsvollen Quellen

FSC® C043106

Print kompensiert  
Id-Nr. 1655143  
[www.bvdm-online.de](http://www.bvdm-online.de)