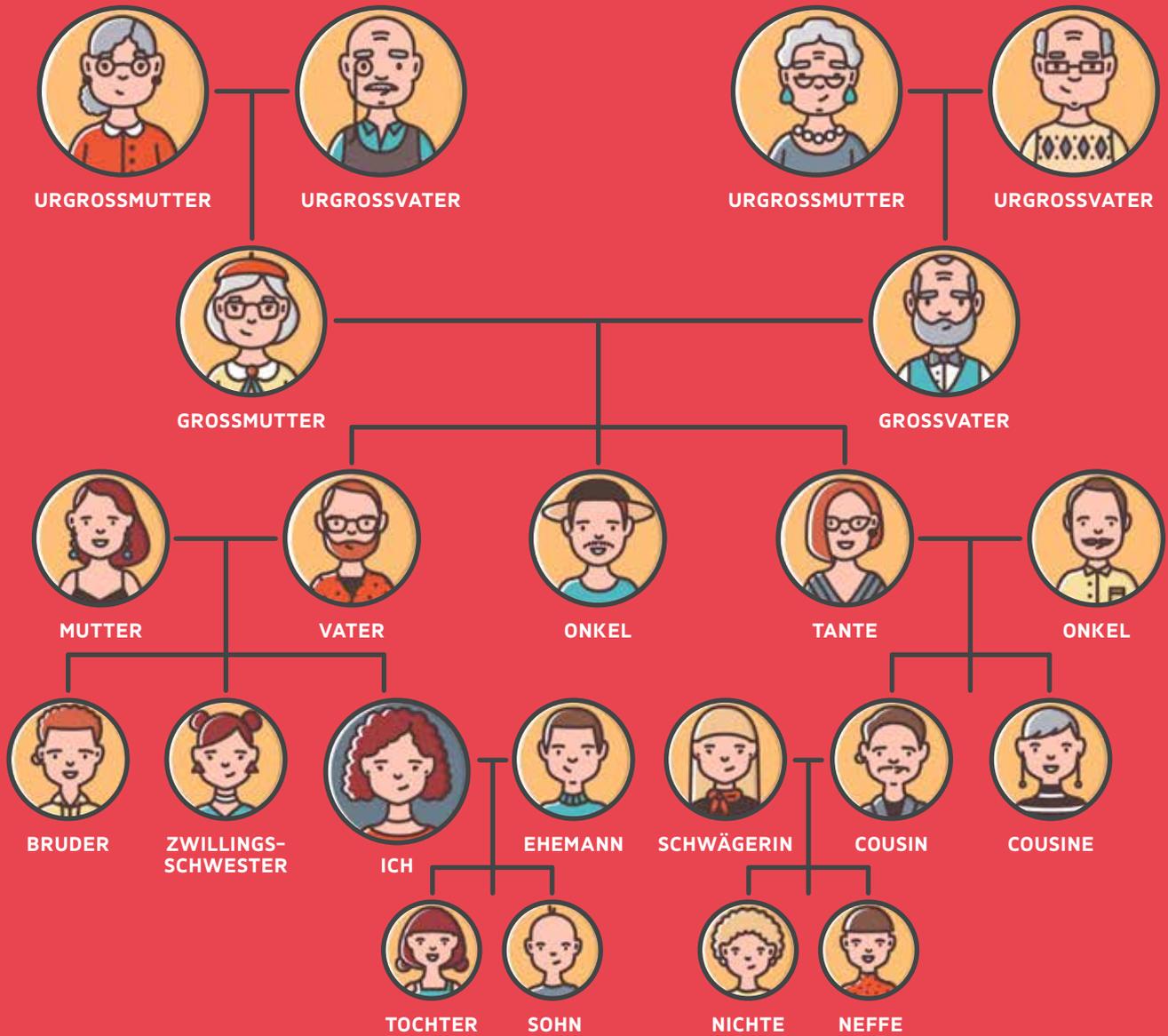


Stadtwerke Karlsruhe

miteinander Magazin – Menschen, Stadt, Energie



Familie

Wir sind für Sie da!



miteinander@stadtwerke-karlsruhe.de
 www.swka.de/miteinander
 www.stadtwerke-karlsruhe.de
 facebook.com/stadtwerkeka

Haben Sie Fragen?



Kundenservice

Fragen zur Rechnung, zu Umzügen, An- und Abmeldungen, Energie- und Wasserpreisen sowie zu den unterschiedlichen Tarifen:

Tel. 0721 599-2255

kundenservice@stadtwerke-karlsruhe.de

Straßenbeleuchtung

Tel. 599-4266

lampenfahnder@stadtwerke-karlsruhe.de

Ausbildung / Praktikum

Tel. 599-1725

personal@stadtwerke-karlsruhe.de

Entstörungsdienste*

Erdgas

Tel. 599-12

Trinkwasser

Tel. 599-1155

Strom

Tel. 599-13

Fernwärme / Wärme-Direkt-Service

Tel. 599-14

Telefonzentrale

Tel. 599-0

* Störungsmeldungen werden aus Sicherheitsgründen aufgezeichnet.

EDITORIAL



Zusammenrücken

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

Ukraine-Krieg, Energiekrise, Rekordinflation und drohende Rezession – jeden Tag erreichen uns Nachrichten, die uns Sorgenfalten auf die Stirn treiben und womöglich nicht ruhig schlafen lassen. Jedes einzelne dieser Themen ist komplex, es gibt keine einfachen Lösungen.

Was kann ich Ihnen so kurz vor Weihnachten berichten, das auch beruhigend wirken könnte? Ich bin ein bisschen vorsichtig. Aber es gibt Anzeichen, dass wir alle in dieser Krise zusammenrücken, und das sehe ich als ungemein positives Zeichen. Auch der vergleichsweise stabile Arbeitsmarkt ist eine gute Nachricht für viele Menschen.

Wenn man mitten in einer Krise steckt, ist das eine beunruhigende und unangenehme Situation – schließlich weiß man noch nicht, wie es weitergeht. Aber wenn wir als Gesellschaft die Krise auch sinnvoll nutzen, können wir gestärkt daraus hervorgehen. Ich blicke hierbei besonders auf die Potenziale des Umbaus unserer Energieversorgung: Das ist eine Riesenchance für die Umwelt und für viele deutsche Unternehmen!

Wenn nun alle in diesen Tagen vom Energiesparen reden, dann wünsche ich Ihnen und Ihren Familien, dass Sie gerade in der Weihnachtszeit an einem nicht sparen: an menschlicher Wärme.

Ihr

Michael Homann
 Vorsitzender der Geschäftsführung der Stadtwerke Karlsruhe

Winteraktivitäten in und um Karlsruhe für die ganze Familie



Ausflug zum Rhein

Lumberberg

Ausflug in den Schwarzwald

Spaziergang

Lumberbahn fahren

Besuch des Energiebergs

Geocaching

Zwergenhäuser bauen

Kreativarbeiten

Schlitten fahren

Stadtgeschichte erforschen

Besuch im Schloss Karlsruhe

Besuch im Bundesverfassungsgericht

Theaterbesuch
Kinderkonzert

Familienbesuch im Kino

Pirouetten auf der Winterzeit Rollschuhbahn
Schneeballschlacht

Leusch trinken

Lagerfeuer

Museumsbuch

am Bücherschrank mit neuer Winterlektüre entdecken

Wild- und Waldspaziergang
im Tierpark Oberwald
Tierspurenuche

KARLSRUHER KÜCHEN

Weihnachtliches Dinkelbrot

Für **2 Brote** in Kastenform
880 g Teig / ca. 750 g gebacken

Zubereitungszeit: 16 Stunden
(wegen Ruhe- und Quellzeiten)

Zutaten:

520 g Dinkelvollkornmehl oder Weizenmehl
260 g Haferflocken
90 g Hartweizengrieß
90 g Joghurt 3,5 % (optional)
170 g Äpfel
90 g Walnüsse
18 g Hefe
18 g Salz
1-2 g Zimt oder Lebkuchengewürz
ca. 550 g Wasser



**Bäckerei & Konditorei
Reinmuth**

Im Mittelfeld 3
76135 Karlsruhe
baeckerei-reinmuth.de

Die Haferflocken und den Hartweizengrieß in eine Schüssel mit Deckel geben, mit 380 g heißem Wasser (50-60° C) übergießen, verrühren. Diese Schüssel darf noch etwas im Warmen stehen bleiben. Nach ca. 1/2 Stunde für mindestens 4 Stunden, besser über Nacht, in den Kühlschrank stellen.

Jetzt geht die Teigbereitung los: Joghurt 1 bis 2 Stunden vor Teigbereitung aus dem Kühlschrank holen. Die Äpfel in Würfel schneiden, nach Belieben geschält oder ungeschält. Die Hefe mit 170 g lauwarmem Wasser (30-35° C) in einer kleinen Schüssel auflösen. In der Knetschüssel das Dinkelvollkornmehl, Salz und Gewürz mit Hefewasser und Joghurt vermischen und langsam kneten. Sobald der Teig anfängt zu binden, die Konsistenz prüfen und ggf. etwas Wasser ergänzen. Der Teig sollte nicht zu weich sein. Weiterkneten für 5-7 Minuten - erst langsam und zum Abschluss noch kurz etwas schneller kneten. Die Äpfel und die Nüsse solange unterkneten, bis der Teig bindet. Teig abdecken und 15-20 Minuten ruhen lassen.

Kasten-Backform einfetten, vom Teig je 880 g abwiegen, einmal einschlagen, die glatte Seite nass machen und mit Haferflocken bestreuen. In die Form legen und gehen lassen, bis der Teig etwa 30 Prozent mehr Volumen hat.

Ofen auf 230° C Ober-/Unterhitze vorheizen. Nachdem die Brote im Ofen sind, 5 Minuten warten, dann die Temperatur auf 190° C reduzieren. Backzeit ca. 60-70 Minuten.

Gutes Gelingen und einen guten Appetit!

ZITAT

» Bei uns haben alle ein eigenes Zimmer. Nur Papi nicht, der muss immer bei Mami schlafen.

(Fynn, 4 Jahre)



Backen mit Tradition

Der Urgroßvater **Karl Reinmuth** eröffnete 1898 in Mühlburg seine erste eigene Bäckerei und gab dem Unternehmen, das bis heute in Familienhand ist, seinen Namen. Seit 2008 führt **Stefan Reinmuth mit seiner Frau Barbara** die Traditionsbäckerei. Mittlerweile hat die Familie neun Filialen in der ganzen Stadt und in Bulach eine große Backstube. Hier wird noch traditionell mit Getreide der **Marktgemeinschaft Kraichgau-korn** von Hand gebacken. Im Anbau wird auf chemische Pflanzenschutzmittel und Gentechnik verzichtet, auf dem Land werden durch Ackerwildkräuter Lebensräume für Bienen und Insekten geschaffen. In der Bäckerei dürfen die Teige dann lange Zeit ruhen. »Das schmeckt man, ob ein Brotteig sofort oder erst nach 48 Stunden verarbeitet wird. Die Backwaren bekommen durch die **lange Ruhezeit** eine wesentlich bessere Bekömmlichkeit und Geschmack«, so Stefan Reinmuth. Der gelernte Bäckermeister und Betriebswirt brennt für sein Handwerk: »Bei uns wird noch selbst in Handarbeit - mit Unterstützung von Maschinen - gebacken. Tiefkühlrohlinge und Fertigbackmischungen gibt es bei uns nicht.« In der Vorweihnachtszeit trifft man in der Backstube dann immer wieder trotz seines Ruhestands den Vater **Friedrich Reinmuth** an, denn die Passion des Konditormeisters ist immer noch die Weihnachtsbäckerei ...

Brotbackkurse mit Tipps vom Meister und **Backstubenbesichtigungen** stehen bei Reinmuths ebenfalls auf dem Programm. Vielleicht eine schöne Geschenkidee zu Weihnachten für Hobby-Bäcker*innen?

ZAHL

183.018.414

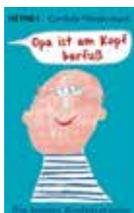
Diese **Menge an Gas** haben wir alle in Karlsruhe im Vergleich zum Vorjahr mit dem Stand vom 24.11.2022 **eingespart**.

Damit lassen sich ca. **9.100 Einfamilienhäuser** ein Jahr lang heizen.

kWh

VERLOSUNG

Opa ist am Kopf barfuß



Wer Kindern auf den Mund schaut, erfährt die erstaunlichsten Dinge. Wie in diesem **Buch** mit 160 Seiten **zum Schmunzeln und Lachen** – für alle Menschen, Eltern und Großeltern, die Kinder lieben. Papa ist ein Spekulatius, er verdient viel Geld an der Börse. Opa ist am Kopf barfuß, und die Oma hat noch Dinosaurier gekannt. In dem Buch sind die lustigsten, verblüffendsten und unterhaltsamsten Kindersprüche gesammelt – und zahlreiche Illustrationen der kleinen Künstler*innen.

Gewinnen Sie mit etwas Glück **eine von 30 gebundenen Ausgaben** dieses zauberhaften Buches.

Bewerben Sie sich bis zum **16. Januar 2023** per Mail an miteinander@stadtwerke-karlsruhe.de oder direkt online unter: swka.de/miteinander

Vergessen Sie bitte nicht, uns Ihre Adresse zu nennen. Es entscheidet das Los. Viel Erfolg!



Mein Bild der Stadt



Yvonne Iserloh ist gelernte Fotografin und arbeitet im Minikindergarten in Durlach. Das Motiv hat sie in der Mathystraße am Sonntagplatz aufgenommen.



Mitmachen!

Sie kennen die interessanten und lebendigen Ecken der Fächerstadt? Dann teilen Sie Ihre Sicht auf Karlsruhe mit den Leser*innen von miteinander. Senden Sie uns Ihr Bild der Stadt – mit etwas Glück finden Sie es an dieser Stelle im nächsten Heft. Und dazu gibt es für die veröffentlichte Einsendung ein Exemplar des Buchs »Glücksorte in Karlsruhe«.

Einsendungen bitte über den **QR-Code** oder per **E-Mail**.



Bild hochladen:
QR-Code scannen oder
per E-Mail senden an
miteinander@stadtwerke-karlsruhe.de



Schulfach Energiesparen

Seit Ende November können sich
Karlsruher Schulen für
Energetrainer*innen@Schulen
der Stadtwerke Karlsruhe an-
melden. Die **Aktion sensibilisiert**
Schüler*innen für das Thema
Energie.



In diesem Herbst haben sich die Stadt Karlsruhe, die Stadtwerke Karlsruhe und weitere kommunale Partner zusammengetan, um im Rahmen der Initiative **#EnergiePaktKA** Bürgerschaft und Wirtschaft rund ums Energiesparen zu informieren. **Das Ziel:** Alle gemeinsam wollen den Energieverbrauch um **20 Prozent** im Vergleich zum Vorjahr senken. »Wir setzen damit gemeinsam ein Zeichen des Zusammenhalts und bündeln alle Kräfte, um Karlsruhe zur ›Musterstadt des Energiesparens‹ zu machen«, sagt Iman El Sonbaty, Bereichsleiterin Privatkundenvertrieb bei den Stadtwerken Karlsruhe.

Was liegt da näher, als auch die junge Generation mit einzubeziehen? Deshalb haben die Stadtwerke Karlsruhe ein umfangreiches Informationsangebot auf die Beine gestellt, das sich an die knapp **10.000 Schüler*innen** der achten bis zu den Abschlussklassen 12 oder 13 richtet. Speziell geschulte Energetrainer*innen vermitteln spannende Infos rund um Energieverbrauch, Stromfresser, Spartipps und erneuerbare Energien.

Locker lernen

Die Vermittlung erfolgt locker und spielerisch in Gruppen. Und es gibt keinen Abschlusstest - versprochen! Stattdessen gibt es ein Video, ein Kartenspiel, Experimente und angeleitete Übungen in Gruppen.

»Wir setzen mit ganz praktischen Beispielen an, die auch die Lebenswirklichkeit der Schüler*innen aufgreift«, erläutert Iman El Sonbaty. Sie ergänzt: »Zum Beispiel sehen die Klassen, welchen Unterschied es macht, das Ladegerät in der Steckdose zu lassen, den Kühlschrank zu kalt einzustellen oder das Nudelwasser ohne Deckel zum Kochen zu bringen. Diese Infos tragen die jungen Leute dann auch wieder in die Familien - sie werden im besten Fall zu Energiebotschafter*innen.«

Schulen können sich anmelden

In den zurückliegenden Wochen haben die Stadtwerke und das Schul- und Sportamt informiert und detaillierte Informationen an die Schulen versandt. Die Schulen können ihre Klassen jetzt anmelden. Die Aktion läuft voraussichtlich bis zum Frühjahr 2023.

Es gibt für die Schulen zwei kostenlose Angebote:

Angebot 1:

Besuch der Schulklassen auf dem Energieberg

- ✓ Bustransfer zum Energieberg und zurück.
- ✓ Rundgang über den Energieberg und Besichtigung der Windkraftanlagen und des Solarparks.
- ✓ Workshop über Energiesparen und Klimaschutz in Karlsruhe.
- ✓ Dauer insgesamt rund zwei Schulstunden. Das Angebot findet immer donnerstags und freitags statt.

Angebot 2:

Das Energiemobil kommt in die Schule

Alternativ können Schulen dienstags und mittwochs am Vormittag das Energiemobil der Stadtwerke auf dem Schulhof empfangen. Vor Ort geben die Energietrainer*innen der Stadtwerke den Schüler*innen Tipps zum Energiesparen. Hier können die Klassen nacheinander eine Unterrichtsstunde beim Energiemobil und den Energieberater*innen besuchen.

Mehr zum Energiesparen und zur Initiative #EnergiePaktKA gibt es unter stadtwerke-karlsruhe.de/de/energie-pakt-ka



Lernen auf dem Energieberg – eine gemeinsame Aktion der Stadtwerke Karlsruhe und dem Schul- und Sportamt



Das Energiemobil im Einsatz auf dem Marktplatz. Und demnächst auf zahlreichen Karlsruher Schulhöfen ...



Wandern mit Chris
Kergste



Das Wandern
ist des
"meilerns Lust.

April 1966
auf dem Wege
zur Küberzahl-
baude.



Familie kann so vieles sein



Jede Zeit prägt ihre eigene **Vorstellung von Familie**. Gesellschaftliche Strukturen beeinflussen das Leben von **Eltern** und **Kindern**, aber auch jede Familie muss für sich herausfinden, wie sie Elternschaft gestalten und **Erwerbsarbeit** und **Kinderbetreuung** aufteilen will. Eine Herausforderung – und es gibt nicht die eine richtige Antwort.

Text: Sigrid Frank-Eßlinger

In Karlsruhe leben derzeit in knapp 27.000 Haushalten Kinder. 6.500, also jede vierte dieser Familien, hat ein alleinerziehendes Elternteil; in den restlichen gut 20.000 teilen sich verheiratete oder unverheiratete Paare die Erziehung. Über die Hälfte dieser Familien hat jeweils ein Kind. Insgesamt leben knapp 44.000 Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren in Karlsruhe. Diese Zahlen veröffentlicht das Amt für Stadtentwicklung in jedem Quartal ganz aktuell und man kann sie neben vielen anderen auf der Webseite der Stadt ansehen.

Aber Moment mal! Kann man eine Geschichte über Familien denn überhaupt beginnen, ohne den berühmten Satz von Lew Tolstoi zu zitieren? Der begann seinen Roman »Anna Karenina« so: »Alle glücklichen Familien sind einander ähnlich, jede unglückliche Familie ist unglücklich auf ihre Weise.« Was auf den zweiten Blick etwas rätselhaft klingt, ist aber, wie man sehen wird, nicht nur ein schönes Bonmot.

Doch beginnen wir zunächst mal mit der Frage, was eigentlich eine Familie ist. 1998 packte die damalige Bundesministerin für Familie, Senioren, Frauen und Jugend Christine Bergmann die veränderte Haltung der Regierung in den einfachen Satz »Familie ist, wo Kinder sind«. »Auch Alleinerziehende und Paare ohne Trauschein, die Kinder aufziehen, sind Familien. Jede andere Definition wäre eine grobe Missachtung der Realität«, sagte die Ministerin damals. Sie trug damit einer Veränderung in den Familien Rechnung, die schon in den sechziger Jahren begonnen hatte und heute unter dem Begriff Pluralisierung zusammengefasst wird. Alleinerziehende, Patchwork-Familien und alle Paare mit oder ohne Trauschein waren nun Familie – eine Lebensgemeinschaft von einem oder mehreren Elternteilen mit mindestens einem Kind. Das Statistische Bundesamt berücksichtigte diese Änderung dann beim Mikrozensus 2011: Hier war erstmals einfach die Zahl der Familienhaushalte mit Kindern über und unter 18 Jahren in Deutschland aufgeführt. Der Familienstand und die

Verwandtschaftsbeziehungen der älteren Familienmitglieder waren kein Thema mehr. Familie ist, wo Kinder sind.

Das Bild von Familie ist bunter geworden – wieder, muss man sagen. Denn diese zunehmende Pluralität interpretiert der Soziologe Norbert F. Schneider, bis 2021 Direktor des Bundesinstituts für Bevölkerungsforschung, als Rückkehr in die Normalität der Vielfalt. Familien sind für ihn Versorgungs- und Verantwortungsgemeinschaften, die sich immer wieder wandeln und an die gesellschaftlichen Verhältnisse anpassen. Für ihn ist deshalb die Pluralität von Familien nicht ihr Ende, sondern die Voraussetzung für ihr Überleben. Die Zeit zwischen 1955 und etwa 1975 beschreibt Schneider dabei als Sonderituation im Nachkriegsdeutschland. Im Westen herrschte damals eine ausgeprägte Dominanz der bürgerlichen Kleinfamilie mit Ehelichkeit und strenger Arbeitsteilung der Geschlechter, während im sozialistischen Osten die Vollerwerbstätigkeit beider Geschlechter gewünscht war.

Das Bild von Familie ist bunter geworden

Schon der Begriff »Familie« bedeutete früher nicht das, was wir heute darunter verstehen. In der römischen Antike war damit zunächst die Gesamtheit aller Diener eines Hauses gemeint, später dann alle, die dort zusammen wohnten. Das meint auch der Begriff »ganzes Haus«, der bis in die frühe Neuzeit verwendet wurde und zugleich auch die Besitz- und Machtverhältnisse widerspiegelte: Der Hausherr hatte die höchste Stellung und damit das volle Verfügungsrecht über Ehefrau, Kinder, Sklaven, Freigelassene und das Vieh. Erst im 17. Jahrhundert entwickelte sich mit dem aufkommenden Bürgertum die Idee der Kernfamilie, zu der neben der Haushaltsgemeinschaft die monogame, heterosexuelle Ehe ebenso gehörte wie eigene Kinder und die traditionelle Rollenverteilung. Diese Struktur prägte dann die Vorstellungen bis in die Mitte des 20. Jahrhunderts und wurde von den Herrschenden – Kaisern, Königen und in hohem Maße während der Nazi-Diktatur – jeweils in ihrem Interesse beeinflusst und benutzt.



Neun von zehn alleinerziehenden Eltern sind Frauen.

Auch der aktuelle Sozialatlas 2022 der Heinrich-Böll-Stiftung stellt eine »neue Vielfalt der Familienmodelle« fest, in der Menschen in unterschiedlichen Konstellationen dauerhaft Verantwortung füreinander übernehmen und Kinder großziehen – unabhängig von Familienstand und Geschlecht der Eltern. Und das lässt sich mit Zahlen belegen: Während 1996 noch 81 Prozent aller Familien mit Kindern unter 18 Jahren Eltern in einer »klassischen« Ehe hatten, waren es 2019 nur noch 70 Prozent. Im gleichen Zeitraum verdoppelte sich der Anteil unverheiratet zusammenlebender Eltern auf 11,5 Prozent und der Anteil Alleinerziehender stieg auf 18,6 Prozent. Dabei sind neun von zehn alleinerziehenden Eltern Frauen.

Neben diesen nach außen sichtbaren »bunteren« Strukturen ändern sich auch im Inneren der Familien die Abläufe. Forscher*innen identifizieren derzeit drei Varianten der Rollenverteilung bei so genannten Kernfamilien mit zwei Eltern: Bei einer gibt es den Ernährer – oder in seltenen Fällen die Ernährerin –, im zweiten Modell arbeitet jemand in Vollzeit und jemand verdient in Teilzeit hinzu – in den meisten Fällen sind das die Frauen. Und als Drittes beobachten sie das partnerschaftlich-egalitäre Modell, in dem beide Elternteile zu gleichen Teilen Verdienst- und Versorgungsarbeit leisten.

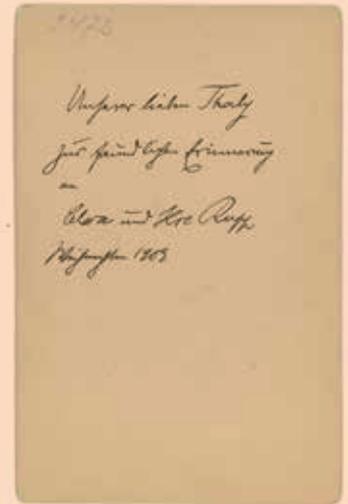
Den Wandel der Familien als krisenhafte Entwicklung zu deuten, wie es immer wieder geschieht, ist also falsch und überholt. Denn viele Forscher*innen verweisen neben dem ausgeprägten Wandel zugleich auf die bemerkenswerte Beständigkeit der Familien. Ihre Vielfalt der Formen und des Zusammenlebens sind kein Zeichen von Krise, und sie lösen sich auch nicht auf oder ändern ihren Charakter grundlegend. Die Veränderungen sind stattdessen Ausdruck des fortwährenden historischen Wandels, und die Wertschätzung der Familie ist auch bei jungen Menschen weiterhin außerordentlich hoch. Lebenszufriedenheit wird auch heute noch in hohem Maße durch die Zufriedenheit mit dem eigenen Familienleben bestimmt.

Rückkehr in die Normalität der Vielfalt

Vielfalt ist also die notwendige Voraussetzung für die Überlebensfähigkeit der Familien. Die Familienpolitik darf deshalb keinen Einfluss nehmen auf die Entstehung von erwünschten und die Verhinderung von eher unerwünschten Formen. Ihre Aufgabe ist es vielmehr, die Lebensqualität der Familien und der Kinder zu verbessern, um ihnen Chancengleichheit, wirtschaftliche Stabilität und Wahlfreiheit zu ermöglichen. Zugleich besteht Handlungsbedarf, das Familienrecht der veränderten Lebenswirklichkeit der Familien bei Sorgerecht, Trennung oder Todesfall anzupassen. Auch die unbezahlte Haus- und Familienarbeit sollte künftig besser honoriert werden. Sie wird auch weiterhin hauptsächlich von den Müttern geleistet, wie der Report »Familie und Zeit 2016« der Landesregierung Baden-Württemberg belegt. Und schließlich ist es wichtig, die wachsende Zahl der Alleinerziehenden besser zu unterstützen und die Schulen zu stärken, um sie den veränderten Gesellschaftsstrukturen anzupassen.

Als Folge der veränderten Strukturen und Abläufe, aber auch von veränderten Arbeitsbedingungen, ist Zeitmangel ein

Früher wurden **Familienportraits** nur als Gemälde angefertigt, entsprechend wohlhabend mussten die Familien sein. Seit der stärker werdenden **Verbreitung von Fotografien** konnten solche Bilder preisgünstiger hergestellt und auch als **Postkarten** versendet werden. Auch das **Familienalbum** wurde ein beliebtes Dokumentations- und Kommunikationsmedium, in dem die meistens **inszenierten Bilder** der Familie gesammelt werden konnten.



»Familie ist, wo **Kinder** sind.«





Die Pluralität von Familie ist nicht ihr Ende, sondern die Voraussetzung für ihr Überleben.



Im Laufe der Zeit wurden die Bilder **weniger streng** gestellt, mehr Augenblicke und Situationen festgehalten. **Farbfotografie** und günstige Technik popularisierten das Medium weiter. Frühe Farbfotos haben heute fast immer einen deutlichen **Farbstich** - die Fotochemie war nicht für eine lange Haltbarkeit geeignet. Heute werden solche Farbigkeiten in **digitalen Foto-Apps** gerne als Filter hinzugefügt ...

besonderes Problem geworden, insbesondere für Familien mit jüngeren Kindern. Rund die Hälfte aller Eltern in Deutschland fühlt sich einer bundesweiten AOK-Studie zufolge zeitlich stark oder sehr stark belastet, sowohl von Zeitdruck und -knappheit als auch vom wachsenden Abstimmungs- und Koordinationsbedarf. Dabei ist es für Familien weiterhin elementar, im Alltag sowie im Laufe der Jahre ausreichend gemeinsame Zeit für Fürsorge, Bildung und Erziehung zur Verfügung zu haben. Gemeinsame Zeit im Alltag für Reden, Spielen, Kochen und Kuscheln ist die Grundbedingung für ein gutes Familienleben.

Im Jahr 2017 hat auch die Stadt Karlsruhe in einer groß angelegten Umfrage Familien zu ihren Lebensumständen und ihrer Zufriedenheit befragt. Die Ergebnisse können sich sehen lassen: Sie zeigen Karlsruhe als familien- und kinderfreundliche Großstadt mit guten Sport-, Kultur- und Betreuungsangeboten. Problematisch finden die Familien den Wohnungsmarkt, sie wünschen sich gute Betreuung bis in die weiterführenden Schulen sowie Verbesserungen beim ÖPNV in ihren Stadtteilen, mehr Verkehrsberuhigung und Sicherheit.

Viele dieser jungen Familien sind erst vor wenigen Jahren nach Karlsruhe gezogen und haben deshalb noch kein umfangreiches soziales Netzwerk aus Freunden und Familie in der Stadt. Deshalb haben sie die Auswirkungen der Pandemie in den vergangenen drei Jahren besonders stark gespürt. Die komplizierten und unklaren Situationen, die engen Räume, Langeweile und Einsamkeit stressten Eltern und Kinder. Und chronischer oder sogar mehrfacher Stress - das ist das dramatische Problem dabei - kann bei Kindern und Jugendlichen die Entwicklung bestimmter Hirnregionen nachhaltig beeinflussen. Das so genannte Early Live Stress-Syndrom (ELS) kann für das ganze restliche Leben anfälliger machen für Depressionen, Angststörungen oder kognitive Einschränkungen.



»Diese neuen Probleme haben auch in der Karlsruher Sozial- und Jugendbehörde viele kreative Prozesse angeregt und die Umsetzung bestehender Ideen beschleunigt«, erzählt der Leiter des Kinderbüros, Jonas Nees im Interview. Um schnell zu helfen, haben die Mitarbeiter*innen neue Formen von Beratung und Unterstützung entwickelt, die außerhalb der geschlossenen Büros und Elterncafés stattfinden können und darauf abzielen, Familien sichtbar zu machen und sie zu vernetzen. Und weil sich zahlreiche dieser Formate bewährt haben, werden sie bleiben und fortgesetzt. Dazu gehören etwa die »Karlsruhe spielt!«-Aktionen, für die einzelne Straßen gesperrt und bespielt werden, die Online-Angebote der Familienbildung, die man nun auch vom heimischen Sofa aus verfolgen kann, und die aufsuchende Sozialarbeit. Dafür gehen die Mitarbeiter*innen verstärkt auf Spielplätze in den Stadtteilen, um mit Eltern besonders niederschwellig ins Gespräch zu kommen, Beziehungen und Vertrauen herzustellen und bei Bedarf früh erste Tipps und Ratschläge zu geben.

Der Zeitmangel ist zu einem besonderen Problem für Familien geworden

So, und wie passt das nun alles zu Tolstois glücklichen Familien, die einander ähnlich sind, und den unglücklichen, die auf ihre Weise unglücklich sind? Aus dem ersten Satz des fast 150 Jahre alten Romans ist das Anna-Karenina-Prinzip geworden, das der US-amerikanische Evolutionsbiologe Jared Diamond 1997 erstmals beschrieben hat. Es besagt, dass immer mehrere Faktoren oder Bedingungen erfüllt sein müssen, damit eine Sache gut gelingt. Fehlt hingegen auch nur ein einziger Faktor, kann das zum Scheitern führen. Oder - wie Tolstoi es sagt - zu ganz verschiedenen Weisen von Unglück. Gute Gründe also, Familien ganzheitlich und niederschwellig zu begleiten, ihnen schnell Beratung und Hilfestellungen anzubieten, wenn sie es brauchen, und sie rechtlich und finanziell zu fördern und zu unterstützen. Und zugleich als Gesellschaft offen und zugewandt zu bleiben, sich füreinander zu interessieren, zu helfen und zu unterstützen - egal welcher Form von Familie man gerade begegnet. ▲

Familien wandeln sich und passen sich den gesellschaftlichen Verhältnissen an.



Ins **Fotostudio** (oben) gehen wir für Familienfotos heutzutage nicht mehr so oft. Mit **Smartphones** können wir uns schließlich selbst fotografieren (unten) und die Bilder auch gleich **(ver)teilen**.
:)



»Wir alle gestalten unsere städtische Gemeinschaft.«

Jonas Nees ist Leiter des Kinderbüros der Karlsruher **Sozial- und Jugendbehörde**. Im Interview erläutert er, welche **Angebote** die Einrichtung **Familien** macht und mit welchen **kreativen Ideen** die Mitarbeiter*innen versuchen, ihre Leistungen vorzustellen und zu vernetzen.

Interview: Sigrid Frank-Eßlinger

Herr Nees, 2017 hat die Stadt Karlsruhe Familien befragt, wie sie in Karlsruhe leben. Welche Erkenntnisse haben Sie daraus gezogen?

Die Familien sind grundsätzlich sehr zufrieden mit der Stadt Karlsruhe als Lebensort. Das ist eine gute Grundlage für unsere Arbeit, deren Ziel es ist, präventive Angebote zu etablieren. Zugleich ist die Idee der familienfreundlichen Stadt natürlich eine dauerhafte Aufgabe, die immer wieder durch die Rahmenbedingungen verändert wird, und bei der man nicht nachlassen darf. Nach der Familienumfrage vor fünf Jahren haben wir ganz gezielt Angebote entwickelt. Und eine ganz entscheidende Frage dabei ist, wie wir die Familien mit unseren Angeboten am besten erreichen.

Es ist wichtig, die Beratung und Hilfe bekannt zu machen?

Wir haben stadtweit super Angebote für Familien. Aber gerade für Familien in Belastungssituation ist der Weg dorthin oft nicht einfach. In herausfordernden Situationen wie Geburt, Kita-Start oder Einschulung ist es wichtig, diesen Familien unsere Angebote möglichst früh bekannt und leicht zugänglich zu machen. Dazu gehört auch, dass die Kolleg*innen immer versuchen, ganzheitlich zu beraten. Sie betrachten die Familien nicht nur aus dem Blickwinkel ihres eigenen Angebots, sondern ermöglichen es, dass die verschiedenen Unterstützungsmöglichkeiten ineinandergreifen. Diese Netzwerkarbeit hilft den Familien im Endeffekt wesentlich besser, und in Karlsruhe sind wir mit dieser modernen und erfolgreichen Zusammenarbeit auf einem sehr guten Weg.

Haben Sie auch Probleme, Mitarbeiter*innen zu finden?

Ja, insbesondere die Betreuungseinrichtungen sind von den Herausforderungen am Arbeitsmarkt betroffen. Aber wir kommen in Karlsruhe aus einer relativ starken Situation und einer guten Vernetzung. Es gibt deshalb keinen Grund, in Panik zu verfallen, aber es ist wichtig, weiter dranzubleiben.

Erleben Sie Auswirkungen der Pandemie auf Familien?

Die Pandemie schafft sehr anstrengende, kritische Situationen und die Familien müssen auf die veränderten Bedingungen immer wieder neu reagieren. Das war und ist für alle eine große Herausforderung. Viele haben die innerfamiliären Umstrukturierungen alleine geschafft, andere brauchten unterschiedlich intensiv Hilfe und Begleitung. Unsere präventiven Systeme wie das Netzwerk Frühe Hilfen

und die Schulsozialarbeit haben darauf sehr schnell reagiert und den Familien Angebote zur Begleitung und Unterstützung gemacht. Ich fürchte aber, dass wir in Zukunft immer wieder mit solchen Krisen umgehen müssen, schon wenn man nur mal aktuell an Krieg, Energieversorgung und Inflation denkt. Als Unterstützungssysteme müssen wir deshalb die Familien darin stärken, immer wieder mit solchen Krisen umzugehen und ihre Resilienz, also die Widerstandskraft insgesamt zu stärken.

Was tun Sie, um diese Widerstandskraft zu stärken?

Neben den eben angesprochenen äußeren Faktoren haben wir auch große Veränderungen innerhalb der Familien selbst. Es gibt heute nicht mehr »die« Familie, sondern sehr unterschiedliche Lebensmodelle in Bezug auf Partnerschaft, Elternschaft, Erwerbsarbeit und Kinderbetreuung. Bei uns hat die Pandemie ein bereits begonnenes Konzept beschleunigt, mit dem wir Familien sehr früh und niederschwellig erreichen wollen. Wir nennen es aufsuchende Familienarbeit und unsere Mitarbeiter*innen gehen dazu direkt dorthin, wo sich Familien aufhalten, zum Beispiel auf Spielplätze. Bei diesem so genannten »Spielplatz-Geplapper« kommen sie mit den Menschen ins Gespräch und können direkt einen Rat geben oder Hilfe anbieten, wenn sie Bedarf spüren. Und auch sonst haben die Covid-Einschränkungen bei uns viele kreative und erfolgreiche Ideen angestoßen. Im »Kinderbüro on air« bieten wir Kurse und Vorträge für Eltern nun auch online an, und zum Weltkindertagsfest haben wir bei »Karlsruhe spielt!« dezentral Straßen gesperrt und gemeinsames Spielen organisiert.

Geben Sie uns bitte noch einen Rat: Wenn Kinder oder eine Familie im Umfeld Probleme haben, wie reagiert man am besten?

Wenn man den Eindruck hat, dass das Kindeswohl gefährdet ist, sollte man das Jugendamt anrufen. Aber ich habe ein großes Vertrauen in soziale Netzwerke und nachbarschaftliche Unterstützung. In 90 Prozent aller Fälle ist es richtig, erstmal zu reden, hören, ob die Familie etwas braucht oder ob vielleicht schon das Gespräch hilfreich ist. Denn letztlich geht es um das Interesse an anderen Menschen und am Miteinander. Das steht immer im Mittelpunkt. Für mich ist es ein Schlüssel für das gute Aufwachsen von Kindern und eine gute Stadtgesellschaft. Um unsere städtische Gemeinschaft zu gestalten und mit Leben zu füllen, sind wir alle Akteur*innen. ▲



»Die Pandemie und ihre Einschränkungen haben bei uns viele **kreative Prozesse** angeregt, und was sich als **hilfreich** erweist, behalten wir auch bei.«

Das Kinderbüro ist Anlaufstelle, berät und vermittelt weitere Angebote der Stadt Karlsruhe. Kontakt: Tel. 0721 133-5111, E-Mail: kinderbuero@karlsruhe.de, Website: karlsruhe.de/kinderbuero



Umweltmanagement-Preis

Insgesamt elf Unternehmen zeichnete das österreichische Bundesministerium für Klimaschutz, Umwelt, Energie, Mobilität, Innovation und Technologie (BMK) und das deutsche Bundesministerium für Umwelt, Naturschutz, nukleare Sicherheit und Verbraucherschutz für ihre herausragenden Leistungen in den Kategorien »**Beste Umwelterklärung**« und »**Beste Maßnahme Umwelt- und Klimaschutz**« aus. In der Kategorie »Beste Umwelterklärung« haben die Stadtwerke Karlsruhe den **Umweltmanagement-Preis 2022** gewonnen.

»Das umfangreich in der Umwelterklärung dargestellte Maßnahmenprogramm spiegelt den ernstgemeinten Auftrag wider und klärt klar und verständlich über den Umsetzungsstand jeder einzelnen Maßnahme auf. Ansprechende Graphiken, Fotos, Diagramme sowie weiterführende Links machen die Umwelterklärung zu einem abwechslungsreichen, multimedialen Leseerlebnis«, so die **Begründung der Jury**.

Die jährlichen Auszeichnungen werden ausschließlich an Unternehmen sowie Organisationen vergeben, die das **freiwillige europäische Umweltmanagementsystem EMAS** oder das vergleichbare österreichische Umweltzeichen erfolgreich in ihre betrieblichen Abläufe integriert haben und sich durch herausragende Leistungen im Umwelt- und Klimaschutz sowie in der Umweltkommunikation hervorheben.

Mehr Informationen zu EMAS und dem Umweltengagement der Stadtwerke Karlsruhe finden Sie **hier**:



Sie können die gedruckte Ausgabe bei **Valeska.Kober@stadtwerke-karlsruhe.de** anfordern.



Andreas Tschulik vom österreichischen Bundesministerium für Klimaschutz, Umwelt, Energie, Mobilität, Innovation und Technologie (rechts) und **Annette Schmidt-Räntsch** vom deutschen Bundesministerium für Umwelt, Naturschutz, nukleare Sicherheit und Verbraucherschutz (links) überreichten den Umweltmanagement-Preis an **Dr. Siegrun Dietz** und **Markus Schleyer** von den Stadtwerken Karlsruhe.

Sicheres Laden

Die Elektromobilität boomt. Wie lädt man Elektrofahrzeuge am besten zu Hause auf?



Die Innungsfachbetriebe des Elektrohandwerks beraten vor dem Kauf eines **E-Fahrzeugs** darüber, ob das **eigene Zuhause** überhaupt E-mobil-fähig ist und wie sicheres Laden funktioniert. Die Fachleute prüfen vor der **Installation einer Ladestation**, ob bei der bestehenden Elektroanlage eine höhere Dauerstrombelastung möglich ist, und können die Anlage entsprechend nachrüsten. Idealerweise wird der selbst erzeugte Strom von einer eigenen PV-Anlage für das Laden genutzt.

Ausführliche Informationen finden Sie unter: **elektroinnungskarlsruhe.de**



»Elektrohandwerksbetriebe – insbesondere die extra hierfür geschulten Innungsfachbetriebe – beraten individuell, nach den jeweiligen Anforderungen des Fahrzeugs und der bestehenden Elektroanlage«, so **Peter Oesterlin**, Obermeister der Elektro-Innung Karlsruhe.

Schnelles Internet für die Oststadt



Die Mitarbeiter*innen des Netzservice der Stadtwerke Karlsruhe sind für die Infrastruktur des **Glasfaserausbau** in der **Oststadt** zuständig. Bereits **zwei Kilometer Leerrohre** wurden im ersten Bauabschnitt verlegt. Hier werden die Glasfasern ein-geblasen und die Hausbewohner*innen mit **KA Glasfaser** zeitnah versorgt. Parallel gehen die Arbeiten an und in den Objekten voran. Mehr als **120 technische Objektbegehungen**, **vier vollständig fertiggestellte Objekte** und **erste Hausübergabepunkte** wurden hergestellt.

Weitere Infos unter: **stadtwerke-karlsruhe.de/de/pk/ka-glasfaser/**



TEAM

Wir sind
die Stadtwerke
Karlsruhe



Seit 2015 ist **Georgios Ntemiris** im Team der Stadtwerke. Nach seiner Ausbildung als Elektroniker für Energie und Gebäudetechnik blieb er dem Unternehmen treu und arbeitet in der Abteilung Haustechnik. Hier ist er für die Elektronik in allen Stadtwerke-eigenen Gebäuden zuständig. Hauptaufgaben sind Arbeiten an der Elektroinstallation: zum Beispiel Behebung von Störungen, Wartungen, Instandhaltungen und die Teamleitung der Truppe der elektrischen Haustechniker. Das heißt, alle Störungsmeldungen der Stadtwerkegebäude im Strombereich landen bei ihm und seinen fünf Kollegen.

»Das ist eine vielfältige und interessante Arbeit. Jeder Tag ist besonders, man weiß nie, was einen erwartet. Jede Stromstörung ist anders und hält sich nicht an Tageszeiten, es ist ein ›Rund-um-die-Uhr‹-Job, der viel Eigenverantwortung fordert.«

In seiner Freizeit entspannt Georgios Ntemiris gerne im Kreise seiner Freunde. Auch die eine oder andere Schraube am Auto wird mit Freude gedreht.

3.274 Euro für die Vesper- kirche

Die **Ausweise** der Mitarbeiter*innen der Stadtwerke sind in die Jahre gekommen und werden gegen neue getauscht. Da diese auch als Zahlungsmittel innerhalb der Stadtwerke dienen, können Mitarbeitende Geldguthaben aufladen. Bei dem Tausch konnte das verbliebene **Restguthaben** der alten Ausweise **gespendet** werden. Viele haben diese tolle Aktion genutzt - **3.274 Euro** sind **für notleidende Menschen** zusammengekommen und wurden an die Vesperkirche in der Südstadt übergeben.

#moments

In Beats baden und Wellness genießen



Glücklicher **#moments-Gewinner: Jürgen Brenk** und seine Begleiter*innen gemeinsam mit dem Musiker **Kris Felix Bauer** im Karlsruher Vierordtbad

Gänsehaut und Entspannung in der Rotunde

Für den **#moments-Gewinner** Jürgen Brenk und seine Freund*innen gab es im Vierordtbad ein besonderes Verwöhnprogramm. Nach einem Willkommenscocktail machte es sich die Gruppe auf den Liegestühlen bequem. Die Rotunde verdunkelte sich zu instrumentalen Gitarrenklängen. Kris Felix Bauer bespielte dabei die Kuppel wie eine Leinwand und die Gäste wurden immer tiefer in den Bann der Verbindung aus Musik und visuellen Eindrücken gezogen. Die Akustik der Rotunde kam hier wunderbar zum Tragen und lieferte einen unvergesslichen Augenblick für alle Beteiligten.

MITMACHEN BEI #moments

Sie möchten auch ein **Exklusiv-Moment erleben** oder von **attraktiven Vorteilen** von **#moments** profitieren? Dann melden Sie sich jetzt kostenfrei bei **#moments** – Das Mehrwerte-Programm der Stadtwerke Karlsruhe an. Mehr Infos finden Sie hier:

[swka.de/moments](https://www.swka.de/moments)



Wohlig wohnen auch in der Energiekrise



Manchen Trick aus Großmutter's Zeiten befolgen wir heute wieder, andere Möglichkeiten des effizienten Umgangs mit Wärme sind eher jüngeren Datums.



Tipp: Diese und weitere Spartipps rund um Wärme, Energie und Wasser gibt es unter [swka.de/spartipps](https://www.swka.de/spartipps)





Super Spartipps!

- ✔ **Zeitpunkt:** Die Heizperiode vom 1.10. bis zum 31.3. des Folgejahres kann man besonders in Karlsruhe gelegentlich abkürzen, weil die milden Temperaturen das hergeben.
- ✔ **Temperatur:** Jedes Grad weniger Raumtemperatur bringt etwa sechs Prozent Energieersparnis. Probieren Sie aus, welche Temperatur angenehm ist. Eine Wolldecke beim abendlichen Fernsehen oder Lesen wärmt wunderbar, vielleicht kann auch ein Schultertuch das Aufdrehen der Heizung ersetzen. Ein dickes Paar Socken oder Filzpantoffeln geben eine gute Grundwärme.
- ✔ **Strahlkraft:** Die Heizkörper sollten nicht von Möbeln, Kartons oder schweren Gardinen verdeckt sein. So kann sich die Wärme gut verteilen.
- ✔ **Gluckert's?** Entlüften Sie Heizkörper.
- ✔ **Heizung warten:** Eine regelmäßig gewartete und gut eingestellte Therme läuft sicherer und effizienter.
- ✔ **Füße warm und Nase kalt – auf diese Weise wird man alt.** Im Bett soll es also warm sein, während die Luft im Schlafzimmer mit 16 bis 18 Grad oder sogar noch weniger ruhig kühl sein darf. Eine Wärmflasche macht das Nest auch im Winter kuschelig.
- ✔ **Tür zu!** Nicht alle Räume brauchen die gleiche Temperatur. Die Küche entfaltet oftmals so viel Wärme, dass sie nicht oder kaum geheizt werden muss. Im Wohn- oder Arbeitszimmer sind 20 Grad angenehm, während das Bad beim Benutzen auch stärker erwärmt werden kann. Geschlossene Türen halten in den Wintermonaten die Wärme in den Räumen.
- ✔ **Absenken:** Nachts, im Urlaub oder wenn tagsüber niemand zuhause ist, kann man die Heizung etwas herunterfahren. Dabei zwei Dinge beachten: Wenn die Räume erstens schnell auskühlen, kann es sinnvoll sein, die Temperatur nicht zu sehr sinken zu lassen, weil man sonst viel heizen muss, bis es wieder warm ist. Und zweitens: In Räumen mit hoher Luftfeuchtigkeit kann es bei Temperaturen unter 16 Grad zu Schimmelbildung kommen.
- ✔ **Lüften:** Auch wenn es einem widerstrebt, kalte Luft in die Wohnung zu lassen: Lüften ist fürs Raumklima wichtig. Dabei gilt: Besser kurz Stoßlüften bei richtig geöffneten Fenstern, als über einen längeren Zeitraum ein Fenster auf Kipp zu stellen. Beim Lüften den Heizungsthermostat herunterdrehen.

Übrigens: Für Karlsruher Bürger*innen mit geringem Einkommen bietet die Karlsruher Energie- und Klimaschutzagentur gGmbH kostenlose Energieberatungen an: swka.de/stromspar-check



✔ **Abschotten:** Rollläden, Jalousien und dicke Vorhangstoffe halten im Winter die Wärme. Also: Nachts alles dicht machen. Nicht vergessen, die Gummidichtungen von Fenstern und Türen bei Bedarf zu erneuern.

✔ **Improvisierter Herd:** Man kann Reis oder Kartoffeln im Bett fertiggaren – eine garantiert großelterntaugliche Praxis. Auf dem Herd kocht man die Sattmacher etwa zehn Minuten vor und wickelt den Topf dann zum Fertiggaren über mehrere Stunden in Decken. Zum Matratzeschonern am besten eine Unterlage unter den Topf stellen.



Aber: Auf keinen Fall machen – hier droht Gefahr!

- ✘ **Wäsche nicht direkt auf der Heizung trocknen** oder den Heizkörper anderweitig flächig abdecken.
- ✘ **Achtung, Lebensgefahr! Grillen** mit Holzkohlen oder anderes Feuer in Innenräumen sind keine Heizungsalternative – außer natürlich in dafür vorgesehenen Öfen und Kaminen mit Kaminabzug. Ansonsten droht durch austretendes Kohlenmonoxid eine schwerwiegende Vergiftung oder sogar der Tod.
- ✘ **Gasbetriebene Heizgeräte** zur Verwendung im Freien wie zum Beispiel Gasheizpilze oder Camping-Kocher sind in Innenräumen sehr gefährlich. Sie brauchen beim Verbrennen viel Sauerstoff und können zudem ebenfalls Kohlenmonoxid freisetzen. Finger weg!
- ✘ **Bügeleisen oder Haartrockner:** Kleine Geräte, die warm werden, sind nicht auf Dauerbetrieb ausgelegt und können überhitzen. Sie sind keine geeigneten Wärmequellen. Aber auch ein offener Backofen, Elektrogrill oder Kochplatten brauchen viel mehr Strom als normale Heizgeräte.

Angebote unserer Partner*innen

Echter **Mehrwert**: Gegen Vorlage dieser **Coupons** erhalten Sie bei unseren Partner*innen ausgewählte **Ermäßigungen, Rabatte und Geschenke**.

4€ Preisnachlass

Nachlass auf das neue Gutscheinebuch GenussPUNKTE »Karlsruhe und Umgebung«. Sie zahlen nur 17,95 € anstelle von 21,95 €.*

Thalia

Karlsruhe:
EKZ am Ettlinger Tor
Kaiserstraße 167
Rheinstraße 32

Ettlingen:
Schillingsgasse 3

* Das Aktionsangebot gilt bis 31.1.2023.

Das neue Gutscheinebuch GenussPUNKTE »Karlsruhe und Umgebung« lädt mit 123 hochwertigen 2-für-1 und Wert-Gutscheinen zum Entdecken und Sparen ein – im Restaurant, beim Wellness oder in der Freizeit. Alle Gutscheine im Buch sind ab sofort bis zum 29.2.2024 gültig! Bereits mit dem zweiten eingelösten Gutschein hat sich die Anschaffung gelohnt.

thalia.de



10% Rabatt

Gegen Vorlage dieses Coupons erhalten Sie einen Rabatt von 10% auf das gesamte Sortiment.*

Teehaus Wilkendorf

Waldstr. 22
76133 Karlsruhe
Tel. 0721 25626

* Das Aktionsangebot gilt bis 14.1.2023.

Seit 136 Jahren legen wir im Teehaus Wilkendorf Wert auf »Klasse statt Masse«! Heute befindet sich unser Traditionsgeschäft in der Waldstraße, wo viele der rund 200 Teesorten erstklassiger Qualität aus biologischem Anbau stammen. Zudem führen wir ein liebevoll gepflegtes Sortiment an Zubehör.

wilkendorf-tee.de



1 Getränk gratis

Gegen Vorlage dieses Coupons und Ihrer Eintrittskarte erhalten Sie am Tag der Vorstellung ein Getränk gratis.*

DAS SANDKORN THEATER & MEHR

Kaiserallee 11
76133 Karlsruhe
Tel. 0721 8315 2970

* Das Aktionsangebot gilt bis 28.2.2023. Gilt nicht für Spirituosen und Longdrinks.

DAS SANDKORN bietet Unterhaltung mit Haltung – mit eigens entwickelten Stücken zu aktuellen Themen, vom politischen Kabarett über Komödien oder Klassiker bis hin zu Musik-Revuen, Kinder- und Jugendtheater oder packenden Schauspielen jenseits des Mainstreams.

das-sandkorn.de



5€ Gutschein

Gegen Vorlage dieses Coupons erhalten Sie einen Gutschein über 5 Euro für unsere Hotelbar.*

Hotel Der Blaue Reiter

Amalienbadstraße 16
76227 Karlsruhe
Tel. 0721 94266-0

* Das Aktionsangebot gilt bis 30.6.2023. Gültig auf alle Getränke aus der Barkarte.

Lassen Sie den Abend gemütlich in unserer Hotelbar »The Curtain« ausklingen. Gemeinsam mit Barchef Niklas Strohmenger und seinem Team erleben Sie ein außergewöhnliches Konzept in stilvollem Ambiente. Bekannt ist die Bar für ihre kreativen und ausgezeichneten Cocktails.

hotelderblauereriter.de



Gratis

Gegen Vorlage dieses Coupons erhalten Kund*innen der Stadtwerke Karlsruhe einen Kalender gratis.*

Stadtwerke Karlsruhe

76133 Karlsruhe

* Das Aktionsangebot gilt vom 6.12. bis 20.12.2022.

GÜLTIG NUR AUS GEDRUCKTEM MAGAZIN

Besuchen Sie uns zwischen dem 6.12. und dem 20.12.2022 im Schaufenster Karlsruhe am Marktplatz und holen Sie sich dort mit diesem Gutschein einen Familienplaner mit einigen tollen Tipps für das Jahr 2023 ab.

Öffnungszeiten: Mo-Mi, Fr: 9.30–13 Uhr / 13.45–17 Uhr, Do: 9.30–13 Uhr / 13.45–18 Uhr, Sa: 10–13 Uhr



Heizlüfter & Co. → Teuer und ↪ strapaziös fürs Netz

Es ist eine Zwickmühle. Wir wollen Gas sparen. Die Speicher sind gut gefüllt, aber wer weiß, wie kalt und lang der Winter wird. So viel vorab: Strom ist keine gute Alternative.



Wolfgang Spatz kennt das Karlsruher Stromnetz. Der Elektroingenieur ist zuständig für die **Planung des Strom-, Gas- und Wassernetzes** der Stadtwerke Karlsruhe.

miteinander: Gehen wir von einer Familie in durchschnittlich gedämmter Wohnung mit Gasheizung aus. Die Familie will Gas sparen und lässt abends einen Heizlüfter laufen. Der Gedanke ist nachvollziehbar - aber ist er auch sinnvoll?

Wolfgang Spatz: »Leider nicht. Das Heizen mit Strom ist teuer und kann unter ungünstigen Bedingungen zu netzkritischen Situationen führen.«

Was passiert denn, wenn viele Karlsruher*innen nach der Arbeit ihren Heizlüfter, Radiator oder eine Infrarotheizung aufdrehen?

»Im Hoch- und Mittelspannungsnetz steht hinsichtlich dieser zusätzlichen Lasten ausreichend Netzkapazität zur Verfügung. Auf der Ebene der Ortsnetzstationen und im Niederspannungsnetz könnte es allerdings zu einer Überlastung kommen. Der Ortsnetztrafo könnte wegen Überhitzung abschalten und stünde erst nach einer gewissen Abkühlungszeit wieder zur Verfügung. Bei der Überlastung einzelner Kabelstrecken würden die Sicherungen in den Kabelverteilern auslösen und müssten durch den mobilen Schaltdienst der Netzgesellschaft getauscht werden. Voraussetzung für die Wiederversorgung ist dann, dass die Haushalte ihre Zusatzheizung abschalten.«

Welche Rolle spielt die Elektrik innerhalb der Häuser?

»Gerade bei alten Inneninstallationen und gealterten Steckdosen kann es bei starken Dauerlasten zu punktuellen Überlastungen bis hin zu einem Kabelbrand kommen. Hier ist also auch Vorsicht geboten.«

Kleines Rechenbeispiel

So viel kosten die verschiedenen **Heizformen** für eine vierköpfige Musterfamilie in einer Durchschnittswohnung mit einem durchschnittlichen Verbrauch. Ganz grob überschlagen: **Fernwärme** wäre mit 2.450 Euro pro Jahr die günstigste Lösung, gefolgt von **Gas** mit 3.683 Euro und **Heizlüfter** mit 4.246 Euro.

Tipp: Wer also kann, sollte seine Wärme möglichst über die gängigen Wärmeversorgungsquellen beziehen.



Hier gibt es weitere Informationen zum Einsatz von Heizlüftern:
swka.de/faktenblatt-heizluefter





Ein Wärmekissen nähen

Willst du auch eine Spürnase im Club der Energie-Detektive werden? Dann schau doch mal auf der Stadtwerke-Webseite vorbei.



1

Suche einen schönen Stoff aus, der dir gut gefällt. Suche zusätzlich ein gleich großes Stück Stoff für das Innenkissen. Dieses wird man am Ende nicht mehr sehen.

Im Winter ist ein Wärmekissen mit Kirschkernen oder Dinkel eine angenehme Wärmequelle. Bitte sei vorsichtig und lass dir beim Nähen und Schneiden von Erwachsenen helfen. Das fertige Kissen kann einfach auf der Heizung erwärmt werden ... (aber nicht dort vergessen), oder du verschenkst es!



2

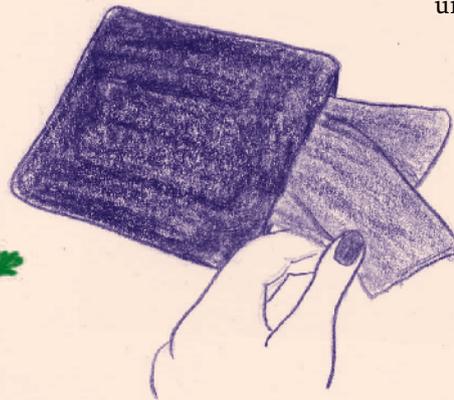
Zeichne eine Form auf den Stoff und schneide diese aus (z. B. ein Rechteck 10 x 15 cm). Die Form muss doppelt so groß sein, wie das Kissen werden soll. Lege die Stoffteile aufeinander und nähe sie auf links mit einer Nahtzugabe von 1 cm zu. Lasse an einer Seite etwa 8 cm offen. Wiederhole dies bei dem Innenstoff.



4

Fülle das Innenkissen nun mit Dinkel oder Kirschkernen. Achte darauf, dass du das Kissen nicht zu stark füllst, das Wärmekissen soll sich später schließlich noch gut an den Körper anschmiegen.

Das äußere Kissen kannst du nun schon auf rechts drehen und die Ecken schön ausformen. Die Nahtzugabe wird nun nach innen gelegt und im besten Fall glattgebügelt. Dann hast du es später beim Zunähen leichter.



5

Nähe nun die Öffnung zu und stecke das Innenkissen in das Außenkissen. Achte darauf, dass die Ecken gut ineinander sitzen. Nähe dann auch die Öffnung des Außenkissens zu. Fertig ist dein Wärmekissen! Ab damit auf die Heizung!



Mitmachen und gewinnen

Lösen Sie das Rätsel und gewinnen Sie mit etwas Glück **Badespaß in Karlsruher Bädern** oder **Sonne im Glas**.



1.-3. Preis

Je eine **Bädertkarte** für die Karlsruher Bäder im Wert von 200 €. Sie können im Europabad Karlsruhe, im Fächerbad, der Therme Vierordtbad, im Sonnenbad, im Weiherhofbad und im Hallenbad Neureut verwendet werden.

4.-10. Preis

Nachhaltiges Licht im Glas - das Sonnenglas ist ein Fair-Trade-Produkt aus Südafrika. Über ein Solarmodul im Deckel werden LEDs aufgeladen, die für viele Stunden weiches und helles Licht spenden.



blaue Farbe des Himmels	▼	maßlos, ungeheuer	ugs.: verdorben, kaputt	▼	Beschönigung, Zeugnis	Anspruch	Aufschwung, Hochkonjunktur	stürzende Schneemasse	▼	engl.: Sonne	stark ansteigend
Fußglied	15				Anlass für die Reform						
ein-stimmig				1				Zorn, Rage	21		
				6	getrocknete Wein-beere	4					16
Stirn-seite	Kosena-me des Groß-vaters	8	Luft der Lungen	Männer-kurzname				Bein-beklei-dung		Kose-form v. Katha-rina	
				7		Posi-tions-bestim-mung		unver-letzt			19
Schweif-sterne	junges Rind		Missis-sippi-Zufluss							Hoch-land in Inner-asien	indian. Stammes-zeichen
				23	14		Mineral exo-tische Frucht				2
beleidigt, ver-stimmt	Bauern-hof	3	ein Schwanz-lurch	griech. Vorsilbe: Leben(s)...		Berg-papagei Neu-seelands					Welt-hilfs-sprache
Streu-kügel-chen (Med.)		18						samt, inklusive			13
				10		Laub-baum					22
Hptst. der Re-publik Irland	Held in „Das Dschun-gelbuch“									Haupt-stadt in Europa	
					9						11

s1212-27

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----

Das **Lösungswort des letzten Rätsels** lautete »Wasser ist wertvoll«.
Wir gratulieren den drei Gewinner*innen.

Impressum
miteinander
Ihr Magazin der Stadtwerke Karlsruhe

Herausgeberin
Stadtwerke Karlsruhe GmbH
Daxlander Straße 72
76127 Karlsruhe
Tel. 0721 599-1055
www.stadtwerke-karlsruhe.de
miteinander@stadtwerke-karlsruhe.de

Redaktion
Susanne Dresen

V.i.S.d.P.
Markus Schneider

Schlussredaktion
Cordula Schulze

Gestaltung, redaktionelle Beratung
magma design studio, Karlsruhe

Herstellung
ADAM NG GmbH, Bruchsal

Bildnachweis
Uli Deck (S. 6, 7 o., 13 u., 16 r.), Karlsruher Bäder (S. 23), Jens Kolb (S. 21), magma design studio (S. 3, 4 u., 9-13, 18, 19, 21 r., 22, 24), Samuel Mindermann (S. 7 u., 17 r.), Shutterstock (Titel), Stadtwerke Karlsruhe (S. 4 o., 16 o., 17 o.), Anne-Sophie Stolz (S. 8, 15)

Der Rechtsweg ist ausgeschlossen
Der Gewinn kann nicht ausgezahlt werden
Ihre Daten werden nicht an Dritte weitergegeben



Einsendeschluss: 16. Januar 2023

Lösung

Name, Vorname

Straße, Hausnummer

PLZ, Ort

Telefon

Kund*innen-Nummer

Lösung einsenden

Per Post
Stadtwerke Karlsruhe, VK
Preisrätsel 4 / 2022
76127 Karlsruhe

Per Fax:
0721 590 896

Per Mail
raetsel@stadtwerke-karlsruhe.de

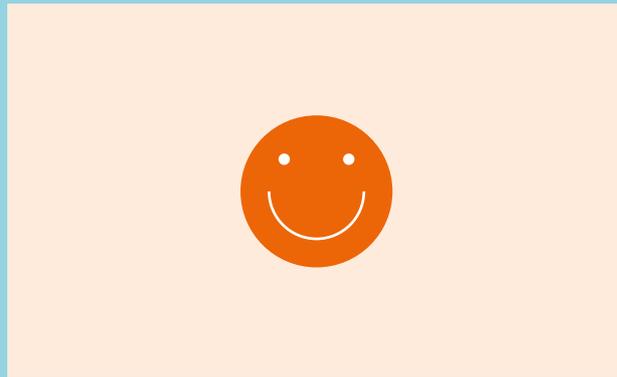
Online eingeben
miteinander.stadtwerke-karlsruhe.de





S. 8–13 Schwerpunkt Familie

Starke Bande, lebenslange Prägung, gemeinsames Schicksal – die Familie ist fast immer das Erste, und manchmal auch das Beste, was uns im Leben passiert.



S. 18–19 Wohlig Wohnen

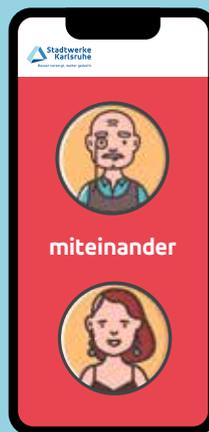
In der gegenwärtigen Energiekrise können wir es uns nicht mehr gemütlich machen? Stimmt nicht!



S. 21 Warum mit Strom zu heizen keine gute Idee ist

Heizlüfter verbrauchen viel Energie und können zur Überlastung von Stromnetzen führen.

miteinander online



Lust auf mehr?

Freuen Sie sich auf Interviews, Bildergalerien oder Videos – alles, was nicht gedruckt auf 24 Seiten passt.

Magazin verpasst?

Im Online-Magazin finden Sie alle Schwerpunktthemen und eine vollständige PDF-Version.

Mobil unterwegs?

Das miteinander online ist optimiert für Smartphone, Tablet oder Desktop.

Hier ausprobieren!

www.swka.de/miteinander



Ausgabe Winter 2022

- 2 Editorial / Service
- 3 Winteraktivitäten in Karlsruhe
- Karlsruhe
- 4 Karlsruher Küchen: Bäckerei Reinmuth
- 5 Mein Bild der Stadt / Verlosung
- 6 Schulfach Energiesparen

Schwerpunkt

- 8 Familie

Stadtwerte

- 16 Stadtwerte-News
- 18 Tipps zur Hauswärme
- 20 Coupons
- 21 Heizen mit Strom
- 22 Bastelanleitung: Wärmekissen
- 23 Rätsel und Gewinnspiel
- Impressum

www.stadtwerte-karlsruhe.de

