Magazin

02|2026

Sömmerdaer Energieversorgung GmbH

www.sev.de



Jubiläum – Sömmerda feiert 1150 Jahre – die SEV ist dabei **SEITE 3**

Wohnzimmerkonzert – Große Töne im Heizkraftwerk **SEITE 5**

SÖMMERDA Technologie auf festem Boden

SÖMSTROM SÖMGAS SÖMWÄRME



Foto: stock.adobe.com – Reinhard Opelka

Hör mal, wer da hämmert

MANCHE SPECHTE haben gedämmte Fassaden als bequemen Nistplatz für sich entdeckt. Statt mühsam einen Baum zu bearbeiten, hacken sie Löcher in die Hauswand. Vor allem im Frühjahr und Herbst legen sich die Vögel Höhlen zum Schlafen oder Brüten an. Da Spechte in Städten selten geeignete Bäume finden, weichen sie auf Fassaden aus. Für Hausbesitzerinnen und -besitzer ist das ein Problem: Denn durch die Löcher kann Feuchtigkeit in die Wand eindringen und Schäden verursachen. Bunt- und Grünspecht dürfen als geschützte Tiere nicht gefangen oder ihre Nistplätze zerstört werden. Doch es gibt andere Optionen für Gebäudeeigentümer: Dämmziegel, Fassadenbegrünungen, glatte oder besonders harte Putze erschweren den Vögeln die Arbeit. Flatterbänder, Windspiele oder regelmäßig umplatzierte Greifvogelattrappen schrecken sie ab. Wer Rat benötigt, kann sich an Naturschutzverbände wie den NABU oder BUND wenden.

Wärme nach Plan

KOMMUNEN mit über 100 000 Einwohnern müssen bis zum 30. Juni 2026 eine Wärmeplanung vorlegen, alle übrigen bis 30. Juni 2028. Viele Großstädte haben ihre Pläne schon verabschiedet. Insgesamt haben von bundesweit rund 10 700 Kommunen aber erst etwa 1000 ihre Wärmeplanung abgeschlossen. Baden-Württemberg gilt als Vorreiter: Dort meldeten schon 300 der rund 1100 Kommunen Vollzug. Der Grund: Das Bundesland im Südwesten Deutschlands hatte die Wärmeplanung bereits vor der bundesweiten Regelung vorgeschrieben.

Übrigens: Durch eine ungedämmte Wand geht **neunmal mehr Wärme** verloren als durch eine gut gedämmte.

LÄUFT WIEDER

Stiftung Warentest hat erstmals in einem Waschmaschinen-Test auch geprüft, wie gut sich die Geräte im Falle eines Defekts reparieren lassen. Das Ergebnis fiel gemischt aus: Zwar ließen sich Bauteile, die oft kaputtgehen, bei allen Testgeräten unkompliziert ausbauen. Andererseits mussten die Warentester wochenlang auf Ersatzteile warten. Außerdem waren die Reparaturunterlagen häufig schwer zu bekommen oder unvollständig. Seit März 2021 ist eine gute Reparierbarkeit gesetzlich vorgeschrieben.

ENTDECKEN SIE SPIELERISCH,
wie Sie in Ihrem Alltag Ressourcen sparen und CO_2-Emissionen vermeiden können – mit der 2zero App. Download in den App Stores von Apple und Google Play oder unter:
2zero.earth/tools/app



Foto: Westend61

Strom sparen lohnt sich

DEUTSCHE HAUSHALTE können jährlich rund 30 Milliarden Kilowattstunden Strom sparen – das entspricht der gesamten Steinkohle-Stromerzeugung in Deutschland. Damit ließen sich die Stromkosten insgesamt um etwa zwölf Milliarden Euro pro Jahr senken, zeigt der Stromspiegel 2025 der Beratungsgesellschaft co2online. Stromsparen lohnt sich: Ein sparsamer Zwei-Personen-Haushalt zahlt im Schnitt 280 Euro weniger für Strom. Den geringsten Pro-Kopf-Stromverbrauch unter den Bundesländern hatten 2025 Sachsen und Thüringen, am meisten Strom verbrauchten Saarländer und Rheinland-Pfälzer. Fast zwei Drittel der Menschen wollen Strom sparen, wissen aber oft nicht, wie. Der kostenlose StromCheck auf **stromspiegel.de** analysiert den Verbrauch und liefert passende Spartipps.

SEV mittendrin: Wir feiern mit Sömmerda!

Sömmerda blickt in diesem Jahr auf beeindruckende 1150 Jahre Geschichte zurück. Ein Anlass, der in der Stadt gebührend gefeiert wird. Als Hauptwerbepartner der Festwoche ist die Sömmerdaer Energieversorgung stolz darauf, dieses besondere Ereignis aktiv mitzugestalten, und ist als einer der zentralen Akteure vor Ort.

Während der gesamten Festwoche sind wir für Sie mit unserem mobilen SEV-Team im gesamten Stadtgebiet unterwegs. Sie können uns an verschiedenen Orten treffen. Unsere Kolleginnen und Kollegen erkennen Sie dabei an ihrer SEV-Kleidung. Kommen Sie vorbei und sprechen Sie uns an!

Ein besonderer Anlaufpunkt wird auch der SEV-Stand auf dem Marktplatz sein. Hier laden wir Sie herzlich dazu ein, uns zu besuchen und Ihr Geschick am „Heißen Draht“ unter Beweis zu stellen – es warten kleine Überraschungen und Giveaways auf Sie.

Wir freuen uns auf viele persönliche Begegnungen, spannende Gespräche und darauf, gemeinsam mit Ihnen diese besondere Festwoche zu erleben. Allen Kundinnen und Kunden, Geschäftspartnern sowie allen Besucherinnen und Besuchern wünschen wir eine fröhliche, erlebnisreiche Festzeit. Lassen Sie uns gemeinsam dazu beitragen, dass die 1150-Jahr-Feier in Sömmerda zu einem unvergesslichen Ereignis wird.



Bild: Werbeagentur Beck, www.beck-werbung.de

Neue Regeln für Energieausweis



Foto: stock.adobe.com – Ingo Bartussek

AB ENDE MAI 2026 gelten in Deutschland neue Vorschriften für Energieausweise bei Häusern und Wohnungen. Grund ist eine EU-Richtlinie, die deutschlandweit umgesetzt werden muss. Die bisherige Skala von A bis H wird durch eine EU-weit einheitliche Skala von A bis G ersetzt. Alte Energieausweise verlieren ihre Gültigkeit. Die neuen Pässe werden zentral gespeichert und sind für Behörden, Käufer und Förderstellen zugänglich. Jeder Energieausweis muss künftig konkrete Empfehlungen für Effizienzmaßnahmen enthalten – etwa zur Sanierung oder Heizungsoptimierung. Bereits heute ist ein Energieausweis Pflicht beim Verkauf und Neubau sowie bei der Neuvermietung oder umfangreichen Sanierung von Immobilien.

In Deutschland fahren etwa 1,65 Millionen Autos **rein elektrisch,** dazu kommen 0,97 Millionen Plug-in-Hybride.

WICHTIGE INFORMATION!



Foto: stock.adobe.com – stonepic, silentalex88

Turnusmäßiger Tausch der Gaszähler

Seit März bis Mitte November 2026 findet der Turnustausch der Gaszähler mit Eichjahr 2018 im Erdgas-Netzgebiet der SEV statt.

Die Arbeiten dauern mit Überprüfung des Gashausanschlusses circa 45 Minuten. Zur **Terminvereinbarung** werden **Karten** in Ihren **Briefkasten** eingeworfen.

Bitte sorgen Sie zum Termin für einen hindernisfreien Zugang unserer Monteure zu Gaszähler und Gasdruckregler. Die SEV dankt Ihnen für Ihre Mithilfe und Ihr Verständnis.

Für Fragen und Anliegen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

IMPRESSUM

Sömmerdaer Energieversorgung GmbH,
Uhlandstraße 7,
99610 Sömmerda,
Telefon: 03634 3711-0,
www.sev-soemmerda.de

Redaktion Lokalteil Sömmerda:
Uwe Kreitel (Geschäftsführung), Andrea Losereit, Stefan Raabe;
Fotos: SEV, trurnit GmbH;
Herausgeber: trurnit GmbH,
Uferstraße 21, 04105 Leipzig;
Projektleitung/Redaktion:
Nadine Wenness, Marie Jeanne Webers; Druck: Bonifatius GmbH, Paderborn



JETZT NEU: DIE „MEINE SEV“-APP

Mit dem neuen Service der SEV behalten Sie Ihren Energieverbrauch entspannt im Blick und haben alle Unterlagen **digital und übersichtlich** parat.

Pünktlich zum großen Stadtjubiläum freuen wir uns, Ihnen die neue „Meine SEV“-App zu präsentieren – die moderne Lösung für alle Fragen und Anliegen rund um Ihren Vertrag bei der Sömmerdaer Energieversorgung. Der Service ist für iOS und Android verfügbar und kann im jeweiligen App-Store heruntergeladen werden.

Alle Unterlagen griffbereit

Mit der App erhalten Sie jederzeit Zugriff auf alle wichtigen Vertrags- und Verbrauchsdaten – übersichtlich, verständlich und immer aktuell. Egal, ob Sie Ihren Energieverbrauch, Ihre Abschläge oder Ihre Rechnungen einsehen möchten: Alle Informationen sind übersichtlich aufbereitet und zentral abrufbar. Ihre Abrechnungen können Sie hier auch als PDF herunterladen.

Ihr Energieverbrauch? Klare Sache!

Grafische Darstellungen helfen Ihnen dabei, Ihren Verbrauch im Blick zu behalten, während individuelle Abschlagsempfehlungen für zusätzliche Klarheit sorgen. Auch ein Tarifwechsel lässt sich mit nur wenigen Klicks direkt in der App durchführen.

Daten digital übermitteln

Besonders praktisch ist die einfache Übermittlung von Zählerständen: Diese ist auf vielen Wegen, nämlich per Scan, Spracheingabe oder manueller Eingabe möglich. Der zuletzt gemeldete Zählerstand bleibt dabei jederzeit einsehbar. Auch weitere persönliche Daten aktualisieren Sie mit wenigen Klicks. Und das Beste? Das geht auch für mehrere Kundenkonten.

Aktuelle Informationen

Im Bereich „Kiosk“ informiert Sie die SEV über aktuelle Themen und Aktionen. Die digitale Postbox stellt Ihnen wichtige Dokumente wie Vertragsbestätigungen sicher bereit. Auf Wunsch erhalten Sie auch Push-Nachrichten, wenn beispielsweise eine Zählerstandsmeldung ansteht.

Zugangsdaten bleiben bestehen

Wer bereits das Online-Kundenportal nutzt, kann sich mit seinen bestehenden Zugangsdaten anmelden. Neue Nutzerinnen und Nutzer registrieren sich direkt in der App in wenigen Schritten.

Treffen Sie uns auf der Festwoche!

Sie haben noch Fragen? Die SEV ist mit mobilen Teams auf der Festwoche in Sömmerda unterwegs (18. bis 24. Mai 2026). Interessierte können sich die Funktionen direkt erklären und bei der Einrichtung der App unterstützen lassen. Die SEV steht damit für einen zeitgemäßen Kundenservice – digital, transparent und persönlich erlebbar.

Fotos: Sömmerdaer Energieversorgung GmbH

Wohnzimmerkonzert im Heizkraftwerk

Industrieatmosphäre trifft auf mitreißende Musik: Das zweite **WOHNZIMMERKONZERT** im Heizkraftwerk Sömmerda war ein voller Erfolg.

Am 20. März 2026 verwandelte sich das Heizkraftwerk in Sömmerda wieder in eine besondere Konzertlocation. Das zweite Wohnzimmerkonzert in der beeindruckenden Industriekulisse fand auch dieses Mal großen Anklang. Ermöglicht wird das besondere Konzertformat durch eine Kooperation zwischen der Sömmerdaer Energieversorgung und der Musikschule Sömmerda. Bei freiem Eintritt war das Interesse groß – die ehemalige Wasseraufbereitungshalle war bis auf den letzten Platz gefüllt.

Zwei Bands begeisterten das Publikum

Für musikalische Höhepunkte sorgte die Big Band „Big Jambory", die mit ihrem mitreißenden Auftritt das Publikum begeisterte. Auch die Nachwuchsband „The JamBees" überzeugte mit viel Energie und Können und zeigte das musikalische Talent der Region. Ein besonderer Moment war die



neue Interpretation des Klassikers „Respect" von Aretha Franklin, der mit einer spontanen Zugabe gefeiert wurde. Die außergewöhnliche Atmosphäre des Heizkraftwerks verlieh dem Abend eine fast magische Note. Zwischen den alten Stahlträgern und dem industriellen Charme der Halle trafen Musik und Geschichte aufeinander. Kein Wunder also, dass das Konzert schon jetzt als eines der kulturellen Highlights des Jahres gefeiert wird. Die Planung für weitere Veranstaltungen in diesem Format läuft bereits.

Der nächste Gig steht fest

Wer die Bands bis dahin live erleben möchte, hat dazu bereits am 21. Mai 2026 Gelegenheit: Im Rahmen der 1150-Jahr-Feier auf dem Marktplatz in Sömmerda werden „Big Jambory" und „The JamBees" erneut die Bühne rocken.



Die Big Band „Big Jambory" heizte dem Publikum im Heizkraftwerk ein.



Auch die Nachwuchsband „The JamBees" freute sich über das volle Haus.

Fotos: Sömmerdaer Energieversorgung GmbH



Sanieren mit Hilfe vom Staat

Foto: Westend61 / Elisatim

INDIVIDUELLER SANIERUNGSFAHRPLAN (ISFP)

Ein iSFP wird von einem zertifizierten Energieberater erstellt. Er oder sie zeigt, wie ein Wohngebäude Schritt für Schritt energetisch saniert werden kann. Die Bafa übernimmt bis zu 50 Prozent des förderfähigen Honorars, maximal 650 Euro bei Ein- oder Zweifamilienhäusern.

Ein Einfamilienhaus energetisch zu sanieren, kostet viel Geld. Doch auf lange Sicht lohnt es sich, zudem wird die Sanierung staatlich **GEFÖRDERT.** Das fiktive Beispiel von Familie Bachmann zeigt, wie die einzelnen Maßnahmen bezuschusst werden.



Sie suchen einen Energieberater in ihrer Nähe? **www.energie-effizienz-experten.de**

Elsa und Günther Bachmann wohnen zusammen mit Tochter Janina in einem geerbten Einfamilienhaus aus den 1970er-Jahren mit 150 Quadratmetern Wohnfläche. Um die Energiekosten künftig im Rahmen zu halten, möchten sie das Haus energetisch sanieren. Sie haben sich dazu von einem Energieberater einen individuellen Sanierungsfahrplan erstellen lassen (siehe Kasten). Dieser sieht unter anderem vor, die alte Gasheizung gegen eine Wärmepumpe auszutauschen, die oberste Geschossdecke zu dämmen und die zum Großteil noch zweifachverglasten Fenster gegen moderne Wärmeschutzfenster auszuwechseln. Das wird erst mal teuer. Zum Glück gibt es vom Staat Fördergelder. Ein Überblick am Beispiel der Familie, wie die verschiedenen Maßnahmen bezuschusst werden.

Maßnahme 1: Heizung austauschen

Die Luft-Wasser-Wärmepumpe, für die sich Bachmanns entschieden haben, kostet etwa 40 000 Euro brutto. Darin enthalten sind das Gerät, die Montage, ein hydraulischer Abgleich sowie die Installation größerer Heizkörper. Letzteres ist sinnvoll, da die Wärmepumpe dann mit niedrigerer Vorlauftemperatur und damit effizienter arbeitet. Die Kosten, die maximal gefördert werden, sind für selbst genutzte Einfamilienhäuser auf 30 000 Euro gedeckelt. Davon werden bis zu 70 Prozent gefördert, also höchstens 21 000 Euro. Es gibt eine Grundförderung von 30 Prozent, einen Einkommensbonus von 30 Prozent (nur bei unter 40 000 Euro zu versteuerndem Haushaltsjahreseinkommen) sowie weitere Boni. Für viele Besitzer von Einfamilienhäusern ist eine Gesamtförderung von 55 Prozent realistisch, also bis zu 16 500 Euro – so auch für das Ehepaar Bachmann. Bleiben noch 23 500 Euro für sie selbst zu zahlen.

www.mehr.fyi/heizungsfoerderung
www.mehr.fyi/kfw-zuschuss458

Maßnahmen 2+3: Fenster und Dämmung

Der Bund fördert auch einzelne Maßnahmen zur energetischen Sanierung, zum Beispiel den Austausch von Fenstern oder die Dämmung der obersten Geschossdecke. Dabei gibt es zwei Möglichkeiten: Zuschüsse vom Bundesamt für Wirtschaft und Ausfuhrkontrolle (Bafa) oder zinsgünstige Kredite von der KfW. Die Bachmanns haben sich für die Bafa-Förderung entschieden. Da ihr Energieberater einen individuellen Sanierungsfahrplan aufgestellt hat, werden die beiden Sanierungsmaßnahmen mit 20 Prozent (statt sonst 15 Prozent) gefördert. Die Dämmung der obersten Geschossdecke kostet 5000 Euro und wird mit 1000 Euro bezuschusst. Für die Fenster (Kosten: 20 000 Euro) gibt es 4000 Euro vom Staat. Zudem werden bei Ein- und Zweifamilienhäusern 50 Prozent der Kosten für den individuellen Sanierungsfahrplan gefördert. Im Beispiel von Familie Bachmann sind das 500 von 1000 Euro. Wichtig: Die Förderung muss vor Beginn der Maßnahme beantragt werden. Ohne Zusage verfällt der Anspruch auf Fördergelder.

Mehr Infos:
mehr.fyi/beg-einzelmassnahmen
mehr.fyi/bafa-einzelmassnahmen

DIE KOSTEN IM FALLBEISPIEL*

Heizungsaustausch:	
Kosten:	40 000 €
max. förderfähige Kosten:	30 000 €
Förderung (bei 55 Prozent Gesamt-Boni):	16 500 €
zu zahlen:	23 500 €
Dämmung oberste Geschossdecke	
Kosten:	5000 €
Förderung (20 Prozent):	1000 €
zu zahlen:	4000 €
Neue Fenster	
Kosten:	20 000 €
Förderung (20 Prozent):	4000 €
zu zahlen:	16 000 €
Individueller Sanierungsfahrplan	
Kosten:	1000 €
Förderung:	500 €
zu zahlen:	500 €

** Die Kosten für Sanierungsmaßnahmen sind je nach Gebäude und Region unterschiedlich.*

WÄRMEWENDE IN EUROPA

Deutschland steht mit dem Umbau seiner Wärmeversorgung am Anfang. Wie weit sind andere **LÄNDER IN EUROPA** bei der Wärmewende? Und wie gehen sie die Herausforderung an?

DÄNEMARK

Fernwärme aus Erneuerbaren

In dänischen Städten bleiben Heizkeller oft leer –die eigentliche Heizzentrale steht am Stadtrand: Fernwärme ist so selbstverständlich wie der Wasseranschluss. Über zwei Drittel der Haushalte nutzen sie, mehr als 75 Prozent der Fernwärme stammt aus erneuerbaren Energien. Dänemark hat sich per Klimagesetz bis 2030 verpflichtet, die Treibhausgas-Emissionen um 70 Prozent gegenüber 1990 zu reduzieren und bis 2050 klimaneutral zu werden. Dabei spielt Fernwärme eine tragende Rolle. Dänemark will den Umstieg vor allem mithilfe von Großwärmepumpen und Abwärme vollziehen.

FRANKREICH

Wärmepumpen mit Atomstrom

Wer heute in Frankreich ein neues Haus plant, muss sich meist von der Gastherme verabschieden: Gasheizungen sind im Neubau weitgehend tabu, stattdessen dominieren Wärmepumpen – versorgt mit Strom, der größtenteils aus Atomkraft erzeugt wird. Strenge Grenzwerte drängen fossile Kessel aus dem Markt. Parallel will die Regierung die Wärmepumpenproduktion im Land verdreifachen und gewährt etwa Zuschüsse für den Austausch alter Öl- und Gasheizungen. Das Ziel: Die CO_2-Emissionen im Gebäudesektor bis 2030 im Vergleich zu 1990 um rund 60 Prozent senken.





NIEDERLANDE

Das Gaskessel-Land steigt um

In holländischen Wohnvierteln erzählen gelbe Gasleitungen von einer fossilen Geschichte – und einer Mammutaufgabe: Das „Gaskessel-Land“, in dem noch etwa vier von fünf Haushalten mit Erdgas heizen, will Hauseigentümerinnen und -eigentümer Schritt für Schritt vom Gas entwöhnen. Seit 2018 müssen Neubauten ohne Gasanschluss geplant werden. Die ursprünglich vorgesehene Pflicht zu Wärmepumpen wird politisch diskutiert und könnte abgeschwächt werden. Doch Förderprogramme, strengere Effizienzvorgaben und kommunale Wärmepläne treiben den Wandel weiter voran.

POLEN

Abschied von der Kohle

In vielen polnischen Städten prägen Kohlekamine und ältere Fernwärmenetze den Winter – gleichzeitig entstehen spannende Umbauprojekte. Die Regierung will Kohle in Einzelheizungen in Städten bis 2030 verdrängen und durch Fernwärme ersetzen. Große Versorger und Städte investieren in Kraft-Wärme-Kopplung, Geothermie und Abwärmenutzung, um Kohle in Netzen wie der Stadt Poznań zu ersetzen. Zudem gibt es Zuschüsse für Gebäudesanierungen sowie effiziente Heiz- und Kühlsysteme, um die Ausbauziele für Fernwärme, Wärmepumpen und erneuerbare Energien zu erreichen.

SPANIEN

Erneuerbare kühlen & heizen

Wenn in Spanien die Sommerhitze über Straßen und Fassaden flirrt, läuft in Millionen Wohnungen die Klimaanlage. Und genau diese Klimageräte sollen künftig mit Heizfunktion auch elektrisch wärmen. Spanien will den Anteil erneuerbarer Energien am Gesamt-Endenergieverbrauch auf etwa 48 Prozent bis 2030 erhöhen. Der Strommix soll bis dahin sogar zu 81 Prozent aus Erneuerbaren bestehen. Förderprogramme bezuschussen etwa das Dämmen sowie den Einbau von Luft-Wärmepumpen und Solarthermie.



Grafik: Trurnit GmbH, KI-generiertes Bild; Bild: freepik / prompt: trurnit GmbH

Im Sommer ENERGIE SPAREN

Der Sommer bietet mehr Potenzial zum Energiesparen, als man denkt. Die tag&nacht-Redaktion stellt ihre **Lieblingstipps** vor.





Grafik: Freepik.com

Noch mehr Energie sparen!

Weitere Tipps, um im Haushalt Wärme, Strom und Wasser zu sparen, finden Sie hier: → www.co2online.de

03 **Sparsam spülen:** Ich nutze beim Geschirrspülen den Eco-Modus. Das Geschirr wird damit genauso sauber, das Gerät zieht aber weniger Energie fürs Aufheizen des Wassers. Und der Geschirrspüler wärmt meine Küche im Sommer nicht mehr so auf wie früher.



Nadine



Tina

04 **Effektiv lüften:** Nach dem Aufstehen reiße ich morgens die Fenster auf und lass kalte Luft herein. Im Sommer dauert es länger, aber nach 30 Minuten Stoßlüften ist die Wohnung angenehm kühl. Abends wiederhole ich das Ganze. Tagsüber bleiben Fenster und Türen dagegen geschlossen. Seitdem brauche ich keine Klimaanlage mehr.

05 **Geräte vorm Urlaub ausschalten:** Letztes Jahr saß ich schon im Auto, als mir einfiel: Der Router läuft noch. Diesmal habe ich eine Checkliste neben die Tür gehängt. Vorm Losfahren nehme ich alle nicht benötigten Geräte vom Netz, zum Beispiel meine Espresso-Maschine.



Petra



Lars

06 **Kalt Händewaschen:** Ich wasche meine Hände immer mit kaltem Wasser. Die Hände werden genauso sauber, und im Sommer ist das kühle Wasser angenehm erfrischend. Schöner Nebeneffekt: Ich spare Wasser und Energie zum Erhitzen. Bei zehnmal Händewaschen am Tag kommt da ganz schön was zusammen.



MEXIKANISCHE CENOTEN

DER BLAUTOPF BEI BLAUBEUREN

Dios mio, bin ich hier in Mexiko? Das täuscht! Der Blautopf ist die heimliche Cenote der Schwäbischen Alb – ein wassergefülltes Kalksteinloch mit geheimen Höhlen, so klar und türkis wie Mexikos Tropfsteinteiche. Adios Tacos – Hallöle Maultäschle!

DIE WELT LIEGT NEBENAN

Um die Karibik, die Provence oder den Grand Canyon zu erleben, müssen Sie nicht um den Globus reisen. Ein Deutschlandticket reicht.



GRAND CANYON

SÄCHSISCHE SCHWEIZ

Willkommen im Wilden Osten! In der Sächsischen Schweiz warten steile Sandsteinfelsen, felsige Tafelberge und wunderschöne Plateaus darauf, dass Sie aus dem Sattel steigen. Sieht aus wie Arizona, ist aber sächsische Provinz. Wonderful: Der nächste Biergarten ist näher als der nächste Saloon. Yee-haw, liebe Leute!

Fotos von oben nach unten: stock.adobe.com - meganm, InnerPeace, Aerial Film Studio, VanHope

FISCHLAND-DARSS-ZINGST

Weißer Sand, endlose Strände, blaues Wasser. Am Weststrand der Halbinsel Fischland spürt man den Hauch der Karibik. Das reicht nicht? Sie wollen auch noch Rum machen? Niemals! Hier gibt es Ostsee on the rocks. Prost!



DIE UCKERMARK

Sanfte Hügel, goldene Felder, endlose Alleen und unzählige Seen. Ach, wie schön ist die Toskana! Scusa, aber Sie verlieben sich gerade in die Landidylle ihrer deutschen Schwester – in die Uckermark. Die Toskana des Nordens. That's amore!





DIE LÜNEBURGER HEIDE

Provence oder Niedersachsen? Wo sind wir? Gar nicht so einfach zu beantworten. In der Blütezeit leuchtet die Lüneburger Heide wie ein lila Blütenmeer. Orientierung liefern lokale Schäferinnen und Schäfer. Fragen Sie die Heidschnucken. Mähh!

Fotos von oben nach unten: stock.adobe.com - riebervonseh, Cyril PAPOT, Tilo Grellmann, nadirco, stevanzz, Reise- und Naturfoto



Zutaten für 4 Personen:
Für das Avocadomus
- 1 reife Avocado
- 1–2 Knoblauchzehen
- 2 EL Korianderblätter
- 2 EL Limettensaft
- Salz
- Cayennepfeffer

Außerdem
- 1 kleine rote Chili
- 3 EL Mayonnaise
- 1 EL Tomatenmark
- 20 g Rucola
- 2 Tomaten
- 4 Frühlingszwiebeln
- 200 g Halloumi
- 4 knackige Brötchen, z.B. Kartoffelbrötchen

EINKAUFSZETTEL
QR-Code scannen und Zutatenliste aufs Tablet oder Smartphone laden

Zutaten für 4 Personen:
- 4 EL BBQ-Sauce
- 4 Burgerbrötchen
- 60 g Rucola

Für die Oliventapenade
- 90 g schwarze Oliven ohne Stein
- 1 Knoblauchzehe
- 2 EL hochwertiges Olivenöl

Für das Fenchel-Tomaten-Gemüse
- 1 Fenchel (ca. 300 g)
- 1 Zwiebel
- 100 g getrocknete Tomaten in Öl
- 4–6 Stiele Thymian
- grobes Meersalz
- frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

Für die Rindfleischpattys
- 600 g Rinderhack
- Salz
- frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
- 2 EL Pflanzenöl

BURGER MEDITERRAN

Ob vegetarisch oder klassisch mit Rindfleisch: Diese Burger bringen **Urlaubsstimmung** zwischen die Brötchenhälften.

BURGER MIT FENCHEL-TOMATEN-GEMÜSE

Die ausführliche Anleitung für das Rezept zum Download und mehr finden Sie unter **mehr.fyi/burger**



HALLOUMI-BURGER MIT AVOCADOMUS

1 Grill vorbereiten. Avocado halbieren, Stein herauslösen. Fruchtfleisch entnehmen und in einer Schüssel grob zerdrücken. Knoblauch schälen und dazupressen. Koriander hacken und mit Limettensaft unterrühren. Mit Salz und Cayennepfeffer würzen, beiseitestellen.

2 Chili putzen, längs halbieren, entkernen und fein hacken. Chili, Mayonnaise und Tomatenmark verrühren. Rucola putzen, waschen und trocken tupfen. Tomaten waschen und in Scheiben schneiden. Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in lange Stücke zerteilen. Den Halloumikäse in zentimeterdicke Scheiben schneiden.

3 Frühlingszwiebeln und Halloumi auf dem heißen Grill rundherum grillen. Brötchen halbieren und von beiden Seiten kurz auf dem Grill rösten. Die unteren Brötchenhälften mit dem Avocadomus bestreichen, dann mit Tomaten, Rucola, Halloumi und Frühlingszwiebeln belegen. Chilimayonnaise daraufgeben und mit der oberen Brötchenhälfte bedecken.

Bild oben: Picture Press – Janne Peters; Bild unten: Picture Press – ddp/FoodCentrale/Rolf Seiffe



Bild: stock.adobe.com – kostikovanata

Küchenalarm

Jetzt wird endlich aufgeräumt! Wie Sie in der Küche systematisch **AUSMISTEN** und Vorräte sowie Küchenutensilien schneller finden.

Der erste Schritt: Ausräumen

Nehmen Sie alles aus Schrank oder Speisekammer und sortieren Sie es nach unterschiedlichen Kategorien: Frühstück, Kochen, Backen, Snacks und Getränke. So behalten Sie den Überblick und wissen genau, was Sie wirklich benötigen. Überprüfen Sie die Mindesthaltbarkeitsdaten und sortieren Sie abgelaufene oder ungenutzte Lebensmittel aus.

Vorräte in Gruppen einteilen

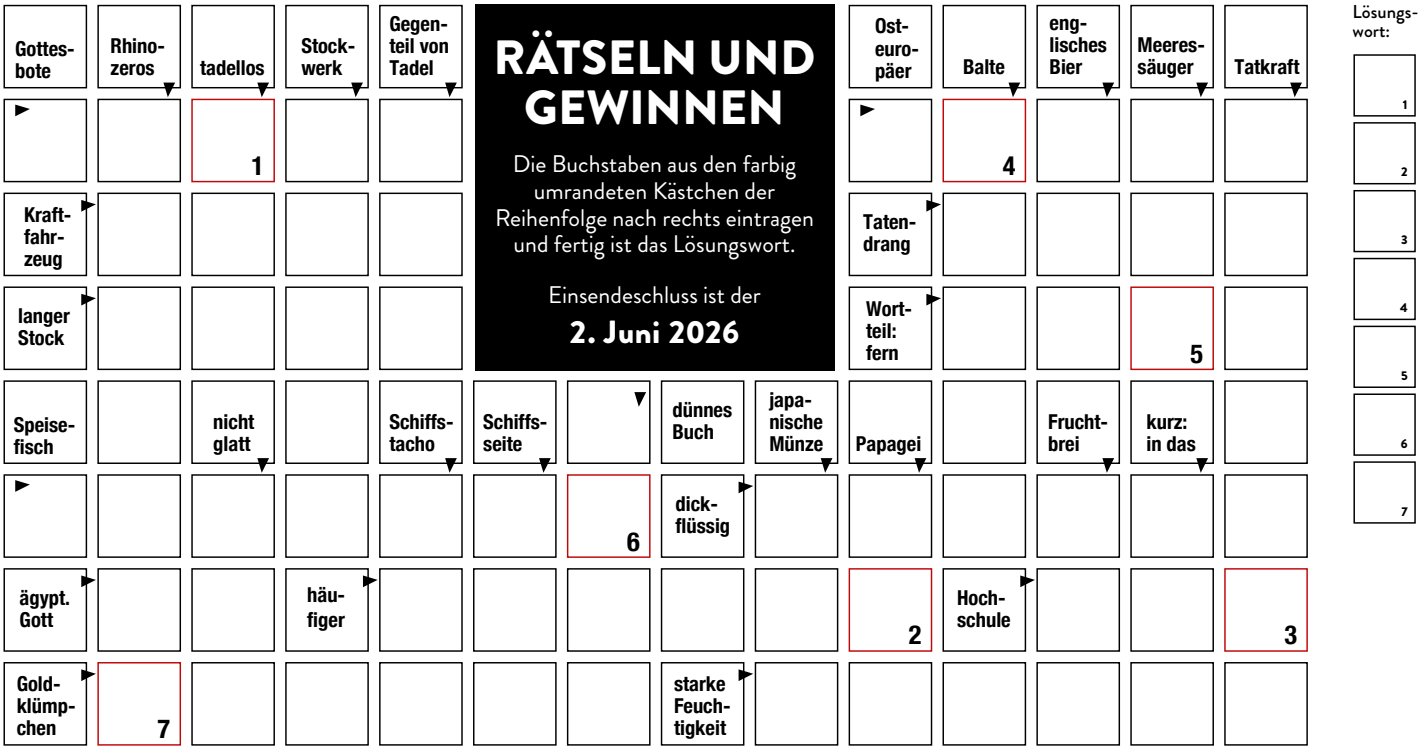
Erstellen Sie für die Lebensmittel Boxen zu verschiedenen Themen wie Backen oder Frühstück. So finden Sie alles mit einem Griff, ohne lange suchen zu müssen. Füllen Sie Trockenvorräte wie Reis, Nudeln, Mehl oder Müsli in beschriftete, wiederverschließbare Gläser oder Dosen. Das schafft eine wohltuende Ordnung in Ihren Schränken. Lagern Sie nur, was Sie regelmäßig nutzen. Große Vorräte lohnen sich bei Basiszutaten wie Reis, Hülsenfrüchten oder Dosentomaten – nicht bei exotischen Zutaten, die Sie selten verwenden. Stellen Sie ältere Vorräte nach vorne, um sie nicht zu übersehen.

Schubladen ohne Chaos

Als Nächstes nehmen Sie sich die Küchenutensilien vor. Wichtig: Vermeiden Sie „Alles kommt rein"-Schubladen. Jede Schublade erhält eine klare Bestimmung: eine für Besteck, eine für Kochwerkzeug, eine für Backzubehör. Nutzen Sie Besteckkästen, kleine Boxen oder Gläser zum Unterteilen. So hat jedes Teil seinen festen Platz. Stellen Sie Schneidebretter, Deckel oder Tabletts hochkant in verstellbare Längs- und Querteiler, die Sie in die Schublade klemmen – das spart Platz und macht alles sichtbar. Besonders für Familien sind Aufkleber auf den Schubladen („Backen", „Frühstück", „Kinderbox") eine große Hilfe, um die Ordnung zu bewahren. Probieren Sie es aus und genießen Sie das Gefühl, alles im Blick zu haben.

ENERGIESPAREN BEIM KÜHLEN

- Kühlschrank wenn möglich nicht direkt neben Herd, Heizung oder Spülmaschine stellen
- Tür nur kurz öffnen
- Gerät optimal befüllen: nicht zu voll, nicht zu leer
- Türdichtungen sauber halten
- Tiefgekühltes im Kühlschrank auftauen lassen – das kühlt mit und spart Strom
- Beim Neukauf auf eine sehr gute Effizienzklasse achten



IHR WEG ZUM GEWINN

Schreiben Sie das Lösungswort unseres Kreuzworträtsels auf eine frankierte Postkarte und senden Sie diese an:
Sömmerdaer Energieversorgung GmbH
Uhlandstraße 7
99610 Sömmerda

Das Lösungswort des Rätsels in Heft 1/2026 lautete: KROKUS

Gewinner der vorigen Ausgabe:
Über den Gewinn, eine Philips Hue-Leuchte, freute sich Henri Koslowski aus Sömmerda. Wir gratulieren!

Mit Ihrer Teilnahme akzeptieren Sie die folgenden Teilnahmebedingungen: Teilnahmeberechtigt sind alle, die mindestens 18 Jahre alt sind und ihren Wohnsitz in der Bundesrepublik Deutschland haben. Jede
Person darf nur einmal am Gewinnspiel teilnehmen. Die Teilnahme über automatisierte Massenteilnahmeverfahren Dritter ist unzulässig.
Der Gewinn wird unter allen richtigen Lösungen verlost. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.
Der Gewinn wird nicht in bar ausbezahlt. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Sofern sich der Gewinner auf eine Gewinnbenachrichtigung nicht innerhalb von zwei Monaten meldet, verfällt der Gewinn und es wird ein Ersatzgewinner ausgelost. Der Versand der Gewinne erfolgt nur innerhalb Deutschlands.

Informationen gemäß Art. 13 DSGVO:
Verantwortliche Stelle: Sömmerdaer Energieversorgung GmbH, Uhlandstraße 7, 99610 Sömmerda, Telefon: 03634 3711-0, E-Mail: sev@sev-soemmerda.de

Datenschutzbeauftragter: E-Mail: datenschutz@sev-soemmerda.de
Zweck der Datenverarbeitung: Die von Ihnen angegebenen personenbezogenen Daten werden zur Durchführung des Gewinnspiels verwendet. Rechtsgrundlage ist hierfür Art. 6 Abs. 1 lit. a). Die Teilnahme am Gewinnspiel erfolgt freiwillig, ohne Koppelung an sonstige Leistungen. Eine Übermittlung der Daten in ein Drittland ist nicht vorgesehen. Die Daten speichern wir bis zum Ablauf der gesetzlichen Verjährungsfristen, die etwaige Ansprüche aus diesem Gewinnspiel dann ausschließen.
Weitere Informationen zum Datenschutz können Sie unserer Datenschutzerklärung entnehmen, die unter www.sev-soemmerda.de/de/Home/Datenschutz/ abrufbar ist.

PERLEFFEKT

Lösen Sie unser Kreuzworträtsel und gewinnen Sie mit etwas Glück einen **WASSERSPRUDLER.** Das Gerät liefert auf Knopfdruck spritzigen Genuss.



SPRUDELND: Schluss mit dem Schleppen von schweren Kisten – der SodaStream Terra bringt prickelnden Genuss direkt in Ihre Küche! In Sekunden verwandelt der kompakte Wassersprudler Leitungswasser in erfrischendes Sprudelwasser. Mit nur 44 Zentimetern Höhe passt das Gerät perfekt unter jeden Küchenschrank. Der Kartuschenwechsel gelingt kinderleicht: CO_2-Zylinder einsetzen, Hebel schließen – fertig! Wer mag, verfeinert sein Wasser je nach Geschmack individuell mit Obst oder Kräutern. Das Set enthält den Soda Stream Terra in der Farbe Schwarz, einen CO_2-Zylinder und drei praktische Flaschen aus Kunststoff, die man zum Reinigen in die Geschirrspülmaschine stellen kann. ■

Foto: 2026 SodaStream