



# TEAG MAGAZIN

2 | 2020

## Alles bleibt anders

Technik trifft Tradition. Neues Denken trifft auf alte Gewohnheiten und ein Virus trifft uns alle. Wie gehen wir mit Veränderungen um?

### Erste Wahl

Elektrofahrzeuge gelten bislang als gute Wahl für den Zweitwagen. Sven Luther sieht das anders.

### Zweite Chance

Die TEAG Akademie bildet Menschen aus, die sich beruflich neu orientieren möchten.



## Heute

Die 23-Jährige India Rauch blickt mit jugendlicher Gelassenheit in ihre noch ferne Zukunft. „Ich habe keine Angst vor dem Alter“, sagt die TEAG-Mitarbeiterin. „Ich hoffe, ich sitze irgendwann im Schaukelstuhl und schaue auf ein erfülltes Leben zurück. Die Spuren, die mein Leben hinterlässt, dürfen sich auch gerne in meinem Gesicht abzeichnen.“ Während sich der Körper für diesen Prozess normalerweise Jahrzehnte Zeit nimmt, haben wir India Rauch für das aktuelle TEAG-Magazin mit dem Schwerpunkt „Veränderung“ binnen zwei Stunden alt aussehen lassen.



## Morgen

Lachfalten, Krähenfüße, graues Haar – so könnte India Rauch als attraktive Seniorin aussehen. Weder App noch Zeitkapsel haben diese Veränderung möglich gemacht, sondern die Fähigkeiten der professionellen Maskenbildnerin Janina Anz. Normalerweise erweckt Anz am Theater Erfurt Fabelwesen und fantastische Figuren zum Leben. „Ein sehr junges in ein altes Gesicht zu verwandeln, ist schwer. Denn Alter drückt sich nicht nur durch Falten aus und ich möchte den Menschen ja nicht verkleiden, sondern versuche, einen natürlichen Alterungsprozess darzustellen.“

- Ausgabe 2 | 2020 -

# Alles bleibt anders



6

## Wald- spaziergang

Manchmal genügen zwei  
Pferdestärken, um den Wald  
der Zukunft zu gestalten

12

## Wesen aus einer anderen Welt

Glaskunst ist für Susan  
Liebold eher ein Experiment  
als eine Tradition

14

## Wer loslässt, hat beide Hände frei

Coach Kerstin Gaßmann  
verräät uns, wie wir am besten  
mit Veränderungen umgehen

16

## Mit Strom unterwegs

Für Sven Luther ist  
Elektromobilität längst im  
Alltag angekommen

24

## Ich zieh das durch

Roy Hildebrandt hofft, dass  
sich auch die Sportwelt bald  
wieder dreht

25

## Neues aus der TEAG

Die TEAG ist die perfekte Adresse  
für den Start in ein energiegeladenes  
Berufsleben. Weitere Neuigkeiten Ihrer  
Energieexperten im Überblick



/ 12 /



/ 16 /



/ 24 /



“

## - Die Welt- dreht sich

Der griechische Philosoph Heraklit wusste schon vor 2.500 Jahren, dass die einzige Konstante im Leben die Veränderung ist.

Und während das Gewohnheitstier in uns es sich schön gemütlich macht, zeigen uns die vergangenen Monate, wie schnell sich das Leben ändern kann.

Mit Blick auf die jüngsten Ereignisse haben wir uns entschieden, ein Magazin mit dem Schwerpunkt Veränderung zu produzieren. Denn meistens bringt uns Veränderung vorwärts – im Leben, im Beruf und in der Gesellschaft. Veränderungen sorgen für Bewegung, führen uns zu neuen Erkenntnissen und können große Chancen bieten. Aber sie zwingen uns eben auch zum Handeln, und das kann mitunter ganz schön anstrengend sein.

Viel Spaß beim Lesen – und bleiben Sie gesund!

**Janine Mann,**  
**Redaktionsleitung**  
**TEAG-Magazin**  
**(redaktion@teag.de)**

“



**Impressum** Herausgeber: TEAG Thüringer Energie AG, Schwerborner Straße 30, 99087 Erfurt, Telefon Kundenservice: 03641-8171111, elektronischer Kontakt: kundenservice@teag.de, www.teag.de. Wird kostenlos verteilt. Redaktion: Janine Mann, in Zusammenarbeit mit trunnit GmbH, Uferstraße 21, 04105 Leipzig, Layout: Nina Döllein (trunnit GmbH | trunnit Publishers), Druck: Evers-Druck GmbH, Meldorf, Auflage: 458.393 Exemplare, Fotos: Titel, Seite 2-3: Guido Werner, Seite 19: ttsz/iStock, RobinOlimb/iStock, mauritius images/Reinhard Dirscherl, Ecocapsule, Seite 20-21: David Nolte, Stadt Sömmerda/Anett Hädrich, Alte Feuerwache, Guido Werner, Seite 24: Guido Werner, Seite 29: octomeseccam/iStock, Seite 32-33: Guido Werner, Seite 34: LightFieldStudios/iStock. Der für die TEAG gültige Verhaltenskodex ist unter [www.teag.de](http://www.teag.de) einseh- und abrufbar.

Am Puls von  
Deutschlands  
grünem

# Herze



## Neben hochmodernen Verfahren haben auch althergebrachte Techniken ihren festen Platz bei der Bewirtschaftung des Waldes.

**E**s ist ein sonniger Vormittag im Forstrevier Oberhof, an dem Pferderücker Jens Nattermann mit seinen beiden Thüringer Kaltblütern seiner täglichen Arbeit nachgeht. Nach einem kurzen Ruck an den Zügeln und dem traditionellen Ruf „Hotteweg“ setzen sich Fino und Hans mit schier unbändiger Kraft in Bewegung. Scheinbar mühelos navigiert das Gespann einen dicken Baumstamm durch das Unterholz zum nächsten Waldweg. Dort werden die Stämme dann von einem Lader eingesammelt.

Jens Nattermann ist Pferderücker durch und durch. Die traditionellen Kommandos wie Hotteweg (links), Hareweg (rechts) oder Brrr (halt) hat er von seinem Großvater gelernt – zu Zeiten, in denen allein in der Region Suhl im Wald noch 120 Pferde im Einsatz waren. Heute sind es nur noch eine Handvoll. „Ich bin praktisch in der Pferdekrippe groß geworden“, erzählt er mit einem Lachen. Seit 33 Jahren, seinem achtzehnten Geburtstag, ist er bei Wind und Wetter mit seinen vierbeinigen Arbeitskollegen im Wald unterwegs – 290 Tage waren es im vergangenen Jahr. Und selbst wenn der Europameister im Pferderücken einmal jährlich zwei wohlverdiente Wochen Urlaub nimmt, zieht es ihn nach spätestens einer Woche zurück zu seinen vier Tieren.

In Zeiten vollautomatischer Erntemaschinen scheint das Holzrücken mit Pferdekraft wie ein Relikt aus vergangenen Tagen. Dass dem keineswegs so ist, erklärt Revierförster Nico Lohfing: „Vor allem auf nassen Böden oder bei Bäumen mit mittlerem Durchmesser ist das Pferdegespann immer noch ungeschlagen.“ Die schweren Maschinen würden auf dem durchnässen Waldboden massive Schäden anrichten. Der Abtransport zu Pferde ist da deutlich schonender.



**Forstwirtschaft mit 2 PS: Im tiefen Gelände und bei dicken Stämmen ist das Dreier-Team aus Hans, Fino und Jens Nattermann auch heute noch unverzichtbar.**

**Text** Andreas Göbel  
**Fotos** Guido Werner

em

**Oben**  
Jens Nattermann verlässt sich auf die Zugkraft seiner Thüringer Kaltblüter, um im Wald für Ordnung zu sorgen.

**Mitte**  
Forstunternehmer Silvio König (li.) und Revierförster Nico Lohfing arbeiten Hand in Hand, um den Wald der Zukunft zu gestalten.

**Unten**  
Um den Wald zu hegen, zu pflegen und forstwirtschaftlich zu nutzen, setzt Thüringenforst auf einen Mix aus Tier, Mensch und Maschine. Sogar Drohnen und Satellitentechnik kommt zum Einsatz.



**333.000.000**

Bäume wachsen in Thüringen



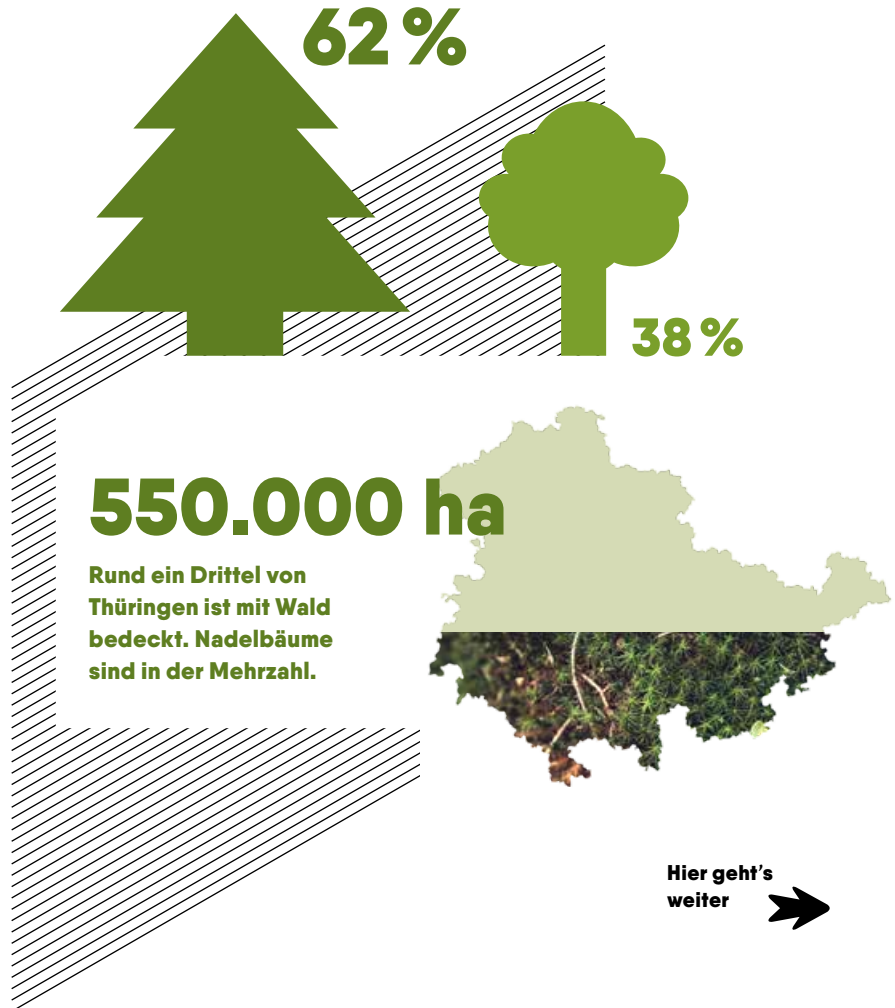
### Schädlinge und Trockenheit setzen Wäldern zu

Aktuell gibt es in den Wäldern Thüringens viel zu tun. Nicht nur Stürme haben dem Wald schwer zuge-setzt. Auch die Trockenheit der vergangenen zwei Jah-re hat Bäume geschwächt oder ganz absterben lassen.

„Wenn die Abwehrkräfte eines Baumes leiden, ha-ben Schädlinge und Krankheiten leichtes Spiel.“ Nico Lohfing und seine Kollegen sind deshalb jeden Tag im Wald unterwegs, um etwa Borkenkäferbefall möglichst frühzeitig zu entdecken. Eine schier endlose Aufgabe: „Man kann morgens einen Rundgang machen und drei Stunden später sind schon wieder neue Bäume befallen.“ Bei den riesigen Thüringer Waldflächen ist das eine Sisyphusarbeit. Um die Aufgabe zu erleichtern, setzen auch Forstanstalten immer mehr auf technische Unterstützung. Mittlerweile werden Thüringenforst-Vorstand Volker Gebhardt zufolge etwa 70 Pro-zent der Fällungen von den automatischen „Harves-tern“ vorgenommen. Nur etwa fünf Prozent der Holzrückungen werden von Mensch und Tier geleistet. Und bei der Erfassung, wie viele Bäume es in den Thü-ringer Wäldern gibt und wie deren Zustand ist, kom-men Satellitenbilder und Drohnen zum Einsatz. „Ver-zichtbar ist der Mensch bei dieser Arbeit aber nicht. Manche Dinge können nicht von Maschinen erledigt werden.“

### Satelliten erfassen Waldzustand

Bereits in den 90er Jahren hat Thüringenforst ange-fangen, mit Drohnen zu experimentieren, erklärt Ser-gej Chmara, Leiter des Referates Digitale Waldinfor-mationssysteme. „Im Jahr 2019 waren wir die ersten, die auch im operativen Geschäft Satellitenbilder nutz-ten, um die Vitalität des Waldes zu erfassen.“ Weil viele Satellitenbilder kostenlos erhältlich sind, muss nur die Auswertung gezahlt werden. Das ist nicht nur eine enorme Kostenersparnis im Vergleich zu den vorher üblichen Luftaufnahmen: „Besonders nach Stürmen haben wir innerhalb von Stunden einen Überblick über die Schäden. Vorher hat so etwas Wochen in Anspruch genommen.“ Aktuell wird sogar an Verfahren ge-forscht, auch seltenere Baumarten aus dem All zu er-kennen und zu kartieren. Auch zur Früherkennung von Borkenkäfern oder für Aufnahmen durch dicke Wolkendecken gibt es Projekte. Und während vor allem für den großflächigen Überblick auch weiter Satelliten die wichtigste Informationsquelle bleiben dürften, er-gänzen Drohnen mit detaillierten und zielgenauen In-formationen das Bild vom Wald.



### Drohende Katastrophe zwingt zur Nachhaltigkeit

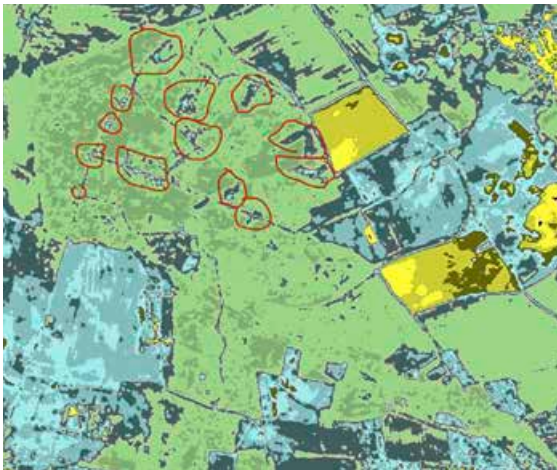
„Vielen Menschen ist nicht bewusst, dass der Wald sich ständig verändert“, erklärt Volker Gebhardt. „Ohne den Eingriff des Menschen wäre Thüringen heu-te bis auf wenige Flecken komplett bewaldet. Es gibt keinen Quadratmeter, der in den vergangenen Jahr-hunderten nicht schon zehnmals umgestaltet wurde.“ Auch die Vorstellung, dass vor einigen hundert Jahren die Waldwelt noch völlig in Ordnung war, habe mit der Realität wenig zu tun. Ganz im Gegenteil: „Vor etwa 250 Jahren war der Wald in Thüringen an seinem Li-mit.“ Die Bäume dienten damals als zentraler Energie-träger für die stetig wachsenden Siedlungen sowie für Industriezweige wie den Bergbau oder die Glasherstel-lung. Obendrein lieferte er Viehfutter, Einstreu für Ställe und war ein wichtiges Exportgut. „Damals wur-de dem Wald mehr Material entnommen, als nach-wachsen konnte. Die Wälder waren leergefegt und vie-le Höhenzüge völlig kahl.“

Alte Unterlagen zeigen, dass im 18. Jahrhundert we-niger als die Hälfte des heutigen Baumbestandes vor-handen war. Angesichts der absehbaren Katastrophe

**15**  
Tonnen Sauerstoff setzt ein Hektar Laubwald pro Jahr frei, ein Nadelwald sogar 30 Tonnen.

**Rechts**  
Gegenüber den Erntemaschinen, die tiefe Spuren hinterlassen, sind Pferde echte Leichtfüßer.

**Links**  
Im Satellitenbild (vom 13. März) sind die neuen Kahlfächen rot markiert.



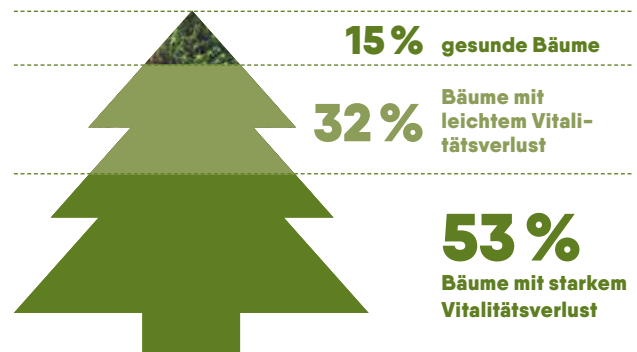
begann ein Umdenken. „Das war die Geburtsstunde der nachhaltigen Waldwirtschaft. Eine Thüringer Erfindung, die weltweit Schule gemacht hat“, erzählt Volker Gebhardt. Das simple Prinzip dahinter: Dem Wald nicht mehr an Biomasse zu entnehmen, als jedes Jahr nachwachsen kann. Obwohl dieses Prinzip zum Credo für die Waldwirtschaft wurde, gab es immer wieder Rückschläge: So wurden in Kriegszeiten die Einschlagmengen drastisch erhöht. Nach dem Krieg gingen Holzlieferungen als Reparationsleistungen an die Siegermächte. Von 1947 bis 1956 lief eine massive Wiederaufforstung. „Die jungen Pflänzchen wurden damals mit Erdreich zusammen zu Fuß auf die Berge getragen, weil durch Erosion alles weggespült war.“ Weil sie innerhalb relativ kurzer Zeit sehr viel und gutes Holz liefert, kam vor allem die Fichte zum Einsatz, die bis heute dominierende Baumart im Freistaat. Eine Entscheidung, die zunächst vor allem Probleme mit Schädlingen brachte, die in den Monokulturen freie Bahn hatten.

Die neueste Herausforderung ist die Klimaveränderung, der die Fichte besonders in Tieflagen nicht viel entgegenzusetzen hat. „Dass diese Veränderung so schnell kommt, hat keiner von uns vorausgesehen“, erklärt Volker Gebhardt. Das Ökosystem Wald sei jedoch wegen der langen Lebensspanne von Bäumen immer

**50**  
Tonnen Ruß und Staub filtert ein Hektar Wald pro Jahr aus der Atmosphäre.

ein Generationenprojekt. Das Rezept für die Zukunft sei vor allem die starke Durchmischung mit vielen verschiedenen Arten. Neben den früher weit verbreiteten Rotbuchen und Weißtannen wird daher auch ausprobiert, wie die vor der Eiszeit in Thüringen heimische Douglasie, die Roteiche oder die Schwarzkiefer mit den neuen Gegebenheiten zurechtkommt. Zudem wird mit Orient-Buchen, Libanon-Zedern oder der Silberlinde experimentiert. „Wir legen jetzt die Grundlagen für die Zukunft – ob die Rechnung wirklich aufgeht, wird keiner von uns erleben.“

**Vitalität/Zustand des Waldes 2019**





Schöne Grüße aus dem Museum!  
Oder erinnern Sie sich noch ans  
Testbild nach Sendeschluss oder  
an Ihr erstes Handy?

**Von der Flimmerkiste zum Flatscreen**

Als die Bilder in den 1930er Jahren laufen lernten, hieß Fernsehen Fern-tonkino. Zum Massenmedium wurde es Anfang der 1950er Jahre. Das erste Highlight war die Liveübertragung der Krönung von Elisabeth II. am 2. Juni 1953. Damals sah die Flimmerkiste wie ein Möbelstück aus und hatte mit den heutigen Geräten nicht viel gemein. Die neuesten 8k-Geräte lösen Bilder inzwischen in 7.680 x 4.320 Pixel auf und sind dank QLED-Bildtechnik weniger als 2 cm dick.

Text Lars Schuster

Illustrationen Adrian Sonnberger

# Auf Zeitreise



**Ein Knochen wird zum Alleskönner**

1983 brachte Motorola mit dem DynaTAC 8000X das erste Handy auf den Markt. Der Preis entspräche heute etwa 10.000 US-Dollar. Das Handy wog 800 Gramm, war 34 cm lang und konnte 30 Nummern speichern. Was draus geworden ist, sehen Sie, wenn Sie Ihr Smartphone aus der Tasche holen. Ein universeller Alleskönner, mit dem jeder Deutsche durchschnittlich fast vier Stunden täglich fotografiert, surft, chattet, Termine koordiniert und einkauft, aber inzwischen nur noch selten telefoniert.

**Frisch gepresst**

1887 erfand Emil Berliner das Grammophon. Auf den Geräten drehten sich anfangs Hartgummipplatten, bevor Berliner ab 1896 auf Schellackplatten setzte. Erst 1930 kam die erste Vinylangspielplatte auf den Markt. Damit wurde das Grammophon zum Plattenspieler. Nachdem die CD ab den 1980er Jahren die Schallplatte vom Markt verdrängte, feiert diese seit einiger Zeit ihr Comeback.





# Wie aus einer anderen Welt



**Susan Liebold hat sich mit ihrer Glaskunst inzwischen weit über die Grenzen Thüringens hinaus einen Namen gemacht. Erfahren Sie mehr über Susan Liebold und wie sie ihre Objekte zum Leuchten bringt: ➔ [www.teag.de/einblicke](http://www.teag.de/einblicke)**

**A**m Anfang stehen profane Stäbe aus Borosilikatglas in verschiedenen Stärken, wie sie in der Glasindustrie millionenfach für unterschiedlichste Anwendungen gebraucht werden. Dieser einfache Werkstoff verwandelt sich mithilfe eines Gasbrenners unter den Händen von Susan Liebold in aufregende Objekte, die den Betrachter sofort in ihren Bann ziehen. Ihre Gebilde bestehen aus einem feinen Gitternetz aus Glas, das in viele Richtungen gleitet und fließt. Diese so komplexen wie filigranen Strukturen sind auf den ersten Blick kaum zu erfassen. Die 43-jährige Künstlerin schafft sie in einem oft monatelangen, sehr arbeitsintensiven Prozess. „Mein Gefühl sagt mir irgendwann, dass sie fertig sind“, erklärt Susan Liebold.

Schon bei Tageslicht wirken Liebolds Arbeiten faszinierend, doch sie haben noch eine zweite Ebene: Zum Glas kommt das Licht. „Durch den Einsatz von Licht wandelt sich das Objekt in Erscheinungsform und



**Das Glashandwerk gehört zum Thüringer Wald wie Bäume und Berge. Die Künstlerin Susan Liebold baut auf dieser Tradition auf und ringt dem alten Werkstoff aufsehenerregende Facetten ab.**

Wesen“, sagt sie. Dabei nutzt die Künstlerin ganz unterschiedliche Lichtquellen, die von LED-Bändern bis zu speziell für sie entwickelten phosphoreszierenden und fluoreszierenden Gläsern reichen. Lichttemperatur und -farbe können sich verändern und bringen jeweils andere Aspekte einer Glasskulptur zum Vorschein. In der Dunkelheit wirken ihre leuchtenden Objekte mehr denn je wie Dinge aus einer anderen Welt.

Die enge Beziehung zum Glas wurde Susan Liebold quasi in die Wiege gelegt, wurde sie doch in eine südthüringische Glasmacherfamilie hineingeboren. Bereits als Kind experimentierte sie dort mit dem Werkstoff. Doch eine Glasmacherlehre in Lauscha brach sie schnell ab, zu unkonventionell waren ihre Vorstellungen und Arbeitsweisen bereits in jungen Jahren. Ein Studium an der Hochschule für Kunst und Design in Halle beförderte Liebolds Experimentierfreude. Sie ist bis heute ungebrochen.

➔ [www.glaswerk-atelier.de](http://www.glaswerk-atelier.de)

**Links**  
Eine Inspirationsquelle für Liebolds Glaswesen ist die Unterwasserwelt der Tiefsee.

**Rechts**  
Traditionelle Glasmachertechniken treffen auf Liebolds Experimentierfreude.

**Text** Dörthe Gromes  
**Fotos** Guido Werner

# Nur wer loslässt, hat die Hände frei

Wie gehen wir mit Veränderungen um? Kerstin Gaßmann beantwortet diese Frage als Coach ganz individuell und unterstützt ihre Klienten dabei, neue Wege zu gehen.



**Kerstin Gaßmann**

ist Heilpraktikerin für Psychotherapie, diplomierter Systemischer Coach und Mental Coach sowie Hypnose-therapeutin mit eigener Praxis in Erfurt. Sie kennt das Thema Veränderung aus eigener Erfahrung sehr gut, war langjährige Führungskraft im Finanzdienstleistungssektor und begleitet seit 2014 erfolgreich Privatpersonen und Unternehmen in Veränderungsprozessen auf ihrem Weg zu persönlicher Zufriedenheit und beruflichem Erfolg.

➔ [www.gassmann-coaching.de](http://www.gassmann-coaching.de)

”

## Wenn du nichts veränderst, wird sich auch nichts verändern!

Sparky Anderson

“

**D**ie Corona-Pandemie hat uns seit mehreren Monaten im Griff. Hat sich dadurch auch Ihr Leben verändert?

*Gaßmann:* Zuerst Schockstarre, dann Bestandsaufnahme: Ich bin gesund, ich kann meine Miete bezahlen und meine Klienten benötigen nach wie vor Unterstützung. Das hat mir die Tür zu Veränderungen im eigenen Umfeld geöffnet. Themen, die ich vor Corona für unmöglich hielt, z. B. Videocoaching, wurden plötzlich zum festen Bestandteil meiner Tätigkeit. Insgesamt ist vieles anders, vieles auch besser.

### Wie gehen wir mit Veränderungen um?

*Gaßmann:* Der Mensch ist ein Gewohnheitstier. Gewohnheiten sind per se auch nichts Schlechtes. Im Gegenteil: Wir brauchen diese Routinen im Alltag. Immerhin treffen wir fast die Hälfte unserer Entscheidungen instinktiv aus Gewohnheit. Aber spätestens wenn sich äußere Rahmenbedingungen ändern, müssen wir reagieren. Dabei geht jeder seinen individuellen Weg. Stichwort Digitalisierung: Es gibt Menschen, die Mühe haben, über das Smartphone eine Nachricht zu versenden, weil sie damit eigentlich nur telefonieren. Andere wiederum können gar nicht mehr ohne.

### Welche Auslöser von Veränderung nehmen Sie wahr?

*Gaßmann:* Krankheit, der Verlust eines lieben Menschen, der Verlust des Arbeitsplatzes, die Corona-Pandemie – diese äußeren Veränderungen treffen uns oft wie ein Blitz: plötzlich und unerwartet. Viele Menschen tragen aber auch einen Wunsch nach Veränderung in sich. Dieses innere Bedürfnis kann ganz konkret sein. Bei vielen meiner Klienten besteht allerdings eine Diskrepanz zwischen Sein und Wollen, also eine Unzufriedenheit, die sie noch gar nicht genauer spezifizieren können.

Veränderung setzt aus meiner Sicht zwei Dinge voraus: Leidensdruck und Veränderungsbereitschaft. Ist beides noch nicht groß genug, kommt der Mensch nicht aus dem Trott, weil die Gewohnheiten stärker sind als der Reiz des Neuen. Dann bleibt er in der sogenannten Komfortzone.

### Wie helfen Sie Ihren Klienten, diese Komfortzone zu verlassen?

*Gaßmann:* Ich stelle immer wieder fest, dass meine Klienten nicht sagen können, was sie wollen. Meistens wissen sie aber, was sie nicht mehr wollen – eine gute Basis, um herauszufinden, was stattdessen sein soll. Das „Alte“ zu verabschieden, spielt im systemischen Coaching eine große Rolle. Haben wir das, was wir loslassen wollen, nicht gewürdigt, wird es das Neue sehr schwer haben.

Oft ist es dann viel Arbeit, bis sich die Klienten ein Ziel vor Augen führen, an das sie auch wirklich glauben. Scheint es noch in zu großer Ferne, hilft es, sich kleine realistische Teilziele zu setzen. Diese zu formulieren, fällt den Betroffenen sogar leicht, wenn sie ihr großes Ziel kennen. Sie liegen ja förmlich auf dem Weg. Hier unterstütze ich die Klienten mit dem Skalierungstool aus dem Coaching und der Psychotherapie.

### Genügt es, mir das alles vorzustellen oder aufzuschreiben?

*Gaßmann:* Ich habe früher geglaubt, dass ich durch das Lesen so vieler Bücher doch alles verstanden haben müsste und es jetzt richtig losgehen kann. Richtig. Verstanden

hatte ich es schon. Es war in meinem Verständnis. Es aber selbst zu fühlen, zu erleben und es auch umzusetzen – das erst führt zu Erkenntnis. Damit wird das Thema zu meinem Thema und das Ziel zu meinem Ziel. Daraus entwickelte ich in meiner Coachingpraxis einen Dreiklang zwischen Denken, Fühlen und Handeln. Wirkliche Veränderung funktioniert nur, wenn dieser Dreiklang besteht.

### Wir haben ja nun alle unser eigenes Päckchen zu tragen. Sind wir nicht zu verschieden für standardisierte Instrumente?

*Gaßmann:* Obwohl ich natürlich meine Methoden habe, ist das Coaching sehr individuell. Und es gibt trotz aller Unterschiede Gemeinsamkeiten. In meiner Praxis erlebe ich Menschen, die im Ungleichgewicht sind. Zum einen sind da die Grübler, die alles zerdenken und nicht zum Handeln kommen. Dann gibt es noch die Aktionisten, die erstmal planlos losrennen. Und die Gefühlsmenschen, die sich schlecht fühlen, sogar körperliche Schmerzen haben oder so feinfühlig sind, dass sie sich einigeln, um sich zu schützen.

Nur wenn es gelingt, diesen Dreiklang aus Denken, Fühlen und Handeln in Bezug auf das Ziel in Balance zu bringen, kann Veränderung gelingen. Die Gefühlsmenschen und Grübler ins Handeln zu führen, den Aktionisten zum Reflektieren und Einfühlen.

### Wie sehen Sie hier Ihre Rolle als Coach?

*Gaßmann:* Ich biete meinen Klienten Hilfe zur Selbsthilfe. Ich gebe keine Lösungen vor, sondern ich öffne Türen. Hindurchgehen muss jeder selbst.

Text Lars Schuster  
Foto www.fraulinse.de

# Alltagstest im E-Auto

**Für Sven Luther war der Umstieg in die E-Mobilität der Start in ein ganz neues Fahrgefühl - und das Ende vieler Vorurteile.**

**Text** Andreas Göbel **Fotos** Guido Werner

**Während Sven Luther ganz entspannt ist, steht sein Kia an der heimischen Ladebox ordentlich unter Strom.**







**A**n einem sonnigen Tag sitzt Sven Luther auf der Terrasse seines Hauses im idyllischen Winne bei Breitung. Einige Schritte entfernt ist sein neues Elektroauto vor seiner Garage an der Ladebox angeschlossen. Während er genüsslich an seinem Kaffee nippt, erzählt er über seine persönlichen Erfahrungen mit dem Umstieg auf die E-Mobilität – eine Entscheidung, die ihn bis heute begeistert. Seit April dieses Jahres fährt Sven Luther einen „Vollstromer“ von Kia. „Viele Leute können sich schlicht nicht vorstellen, wie gut das Fahrgefühl ist“, erklärt er. „Das Auto macht einfach Spaß.“ Wie viele andere habe er anfangs durchaus Zweifel gehabt: Wie ist das mit der Reichweite? Wird alles funktionieren? Wie sieht es mit der Ladeinfrastruktur aus? „Das alles sind Befürchtungen, die man von Skeptikern immer wieder zu hören bekommt. Aber bisher wurden alle entkräftet, für unseren Bedarf ist dieses Auto einfach ideal.“

Begonnen hatte alles mit einem Vortrag bei Sven Luthers Arbeitgeber Automotive Lighting: Am Standort Brotterode ist der staatlich geprüfte Techniker der Fachrichtung Elektrotechnik für die Elektroplanung zuständig. „Mein Job ist sozusagen die Energieeinsparung.“ Bei einer Präsentation zum Thema Energiemanagement waren Energieexperten der TEAG zu Besuch im Werk. Eines der Themen: Die Potenziale der Elektromobilität für große Unternehmen.

### **Elektro-Lkw für den internen Lieferverkehr**

Auf dem großen Werksgelände sind jeden Tag rund um die Uhr Lkw und Transporter für den internen Service unterwegs. Auch Fahrten zum etwas entfernt gelegenen firmeneigenen Logistikzentrum sind an der Tagesordnung. „Perspektivisch wollen wir auf diesen Wegen die Fahrzeuge mit herkömmlichem Verbrennungsmotor durch Elektrovarianten ersetzen.“ Auf den kurzen Strecken kann die E-Mobilität ihre Vorteile voll ausspielen.

Testfahrzeuge sind am Markt zwar aktuell kaum erhältlich, trotzdem fiel bei Automotive Lighting mit dem Bau einer ersten Ladestation 2019 die Entscheidung, in diese Richtung weiterzugehen. Wenn die Technik ausgereift ist, könnten Elektro-Lkw den gesamten internen Pendelverkehr übernehmen. „Davon würden nicht nur die Umwelt, sondern auch die Ein-





wohner von Brotterode profitieren“, erklärt Sven Luther. „Denn auf dem Weg zum Logistikzentrum müssen die Lkw durch die zum Teil schmalen Bergstraßen quer durch Brotterode – mit einem Elektroantrieb würden die Emissionen deutlich reduziert.“

Mit der Zeit reifte bei Sven Luther die Entscheidung, auch privat auf einen „Stromer“ umzusteigen. „Zu Hause die nötige Infrastruktur dafür zu schaffen, war völlig problemlos – nicht zuletzt dank des TEAG-Einsteigerangebots.“ Für Einsteiger ins Thema E-Mobilität bietet die TEAG verschiedene Lösungen an, wie das AutoPaket inklusive Auto-Leasing, Ladebox und Ökostromlieferung oder das Ladepaket inkl. kostenloser Ladebox kombiniert mit der europaweit einsetzbaren TEAG-Ladekarte – je nach Bedarf des Kunden.

### Ohne Nachladen nach Hamburg

Nach einigen Monaten täglicher Nutzung seines neuen Autos ist das Fazit von Sven Luther durchweg positiv. „Ein Elektroauto ist einfach eine ganz andere Art des Fahrens“, erklärt er. Ohne einen dröhnenden Motor sei man sehr viel angenehmer unterwegs, die ökologischen Vorteile lägen auf der Hand. „Dass er beim Anfahren so stark anzieht, macht einfach Spaß. Auch meine Frau will nichts anderes mehr fahren.“ Der Respekt vor großen Distanzen wurde dem Ehepaar

bei einer Fahrt nach Hamburg genommen. „Meine Frau sagte irgendwann unterwegs, wie schön es sei, ohne den üblichen Geräuschpegel einfach so dahinzugleiten.“ Die rund 400 Kilometer schaffte das Auto ohne Nachladen. Dank der TEAG-Ladekarte und des mittlerweile gut ausgebauten Ladenetzes sei auch der Ladevorgang in Hamburg kein Problem gewesen. „Als Fahrer eines Benziners hat man das gar nicht so im Blick, wie viele Ladesäulen es mittlerweile überall gibt. Selbst auf dem Land ist das heutzutage kein Problem mehr.“ Auch die anfänglichen Bedenken seiner Frau über den vermeintlich komplizierten Ladevorgang wurden schnell entkräftet. „Man muss ihn einfach nur anschließen, der Rest passiert von ganz alleine.“

Skeptiker begegnen dem bekennenden Strom-Fahrer aber immer wieder. „Die Kritiker frage ich immer als Erstes, ob sie denn selbst schon mal ein E-Auto gefahren sind. Denn wer das einmal getan hat, ist schnell überzeugt.“ Eine Theorie, die sich bei Testfahrten mit E-Mobilitätskritikern aus dem Bekanntenkreis immer wieder bestätigt habe. Was Sven Luther oft fehle, sei eine wirklich sachliche Bewertung der E-Mobilität in der öffentlichen Diskussion. „Grundsätzlich würde ich mir mehr Offenheit wünschen – und dass man die großen Chancen und Vorteile sieht, die so eine neue Technik mit sich bringt.“

**Links**  
Auch bei Sven Luthers Arbeitgeber gibt es Möglichkeiten, die Elektrofahrzeuge zu laden.

**Rechts**  
Per App können die wichtigsten Fahrzeugdaten und der Zustand des Akkus gecheckt werden.

**Ihr Einstieg in die Elektromobilität:**  
➔ [www.teag.de/](http://www.teag.de/)  
Privatkunden/  
Elektromobilitaet

„Halt’ mich am Vorne fest,  
es fühlt sich wacklig an.  
Herzlich willkommen,  
Neuanfang!“ Clueso, Neuanfang

Früher



**Damals war die Welt noch in Ordnung ...**  
**... vor 300 Millionen Jahren umfasste der Urkontinent Pangaea alle vorhandenen Landmassen. Vor rund 150 Millionen Jahren zerbrach er und die Erdplatten drifteten auseinander. In 200 bis 250 Millionen Jahren werden sich die Platten wieder vereinen. Wie die Erde dann aussehen wird, darüber streiten die Forscher noch.**

Heute



**Bewusstseinsveränderung**

**Wer bin ich – und wenn ja, wie viele?**  
Diese Fragen kann man mit dem sogenannten holotropen Atmen (von griechisch holos „ganz“ und trepein „sich begeben“) beantworten. Das ist eine Atemtechnik, die darauf abzielt, unbewusste Anteile der Persönlichkeit zu entdecken. Dabei ist die Wirkung der gewollten Hyperventilation ähnlich wie die von LSD.

**Verwandlungskünstler**

**Seeschlange, Flunder oder Krebs?**  
Der Mimik-Oktopus ahmt andere Tierarten nach, um sich vor seinen Fressfeinden zu schützen. Dazu passt er neben Farbe und Form auch sein Verhalten an. Ganze 15 verschiedene Tarntrachten sind der Forschung bisher bekannt.



**Leben im autarken Wohnen**

Im Tiny House der slowakischen Architektenfirma nice architects leben Bewohner völlig unabhängig von der Außenwelt. Küche, Bad und Schlafzimmer befinden sich auf nur zehn Quadratmetern; ein Windrad und mehrere Solarzellen versorgen die sogenannte Ecocapsule mit Strom. Eine Batterie speichert die überschüssige Energie – so können die Bewohner bis zu fünf Tage lang auch ohne Wind und Sonne überleben.

➔ [www.ecocapsule.sk](http://www.ecocapsule.sk)



## Die Milchmädchenrechnung geht auf

Die Rhönhöfe aus Kaltensundheim liefern schon seit Jahren Frischmilch frei Haus. Die Frischmilch, die abends von 800 Kühen gemolken wird, wird noch pasteurisiert und dann am nächsten Morgen ausgeliefert. Fünf „Milchmädchen“ sind an mehreren Wochentagen unterwegs und liefern die gefüllten Mehrwegflaschen an etwa 1.200 Kunden in der Region. —

Lust auf Milch?  
Milch-Telefon: 036946 20624  
frischmilch@rhoenhoefe.de



# Echt engagiert

Hier trifft Kreativität auf Engagement.

## Lesefutter auf Bestellung

Anne Schmidt ist die Leiterin der Stadt- und Kreisbibliothek in Sömmerda. Als auch ihr Haus von heute auf morgen schließen musste, entschloss sie sich mit ihrem Team sehr schnell, neue Wege zu gehen. „Eine Bemerkung eines Stammlesers ging mir einfach nicht mehr aus dem Kopf. Er meinte: ‚Wenn die Bibliothek schließt, dann fehlt mir meine geistige Nahrung und ich werde verhungern.‘“

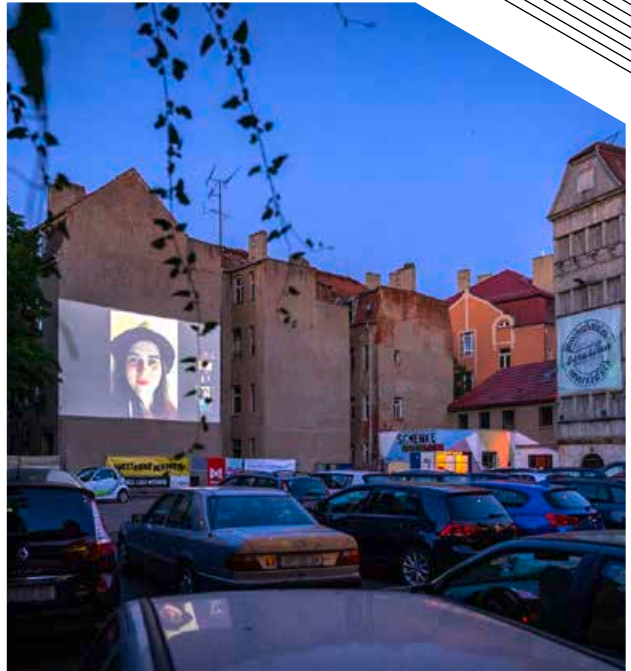
Auch wenn es nicht bei allen Lesern um Leben und Tod ging, brachten Anne Schmidt und ihre Mitarbeiterinnen die Idee eines kontaktlosen Bücher-Lieferservices innerhalb eines Tages auf die Straße und die Bücher damit zu den Lesern. Der Bikerdom in Sömmerda lieh den Bibliothekarinnen ein Lastenrad, mit dem sie fortan die Medien, die ihre Leser per E-Mail oder telefonisch bestellten, auslieferten. „Innerhalb der ersten drei Wochen haben wir 190 Lieferungen ausgefahren“, erinnert sich Schmidt. „Es war für uns alle eine ganz neue Erfahrung, aber die Reaktionen der Menschen haben uns gezeigt, dass unser Serviceangebot in der Krise herzlich willkommen ist.“ Mittlerweile hat die Bibliothek wieder zu den gewohnten Öffnungszeiten ihre Türen geöffnet, aber nach wie vor rollt der Lieferdienst zu den Risikogruppen der Stadt. —



## Bühne frei fürs Ehrenamt

Ehrenamtliches Engagement ist essentiell für unsere Gesellschaft. Das gilt immer. Aber Krisen wie die Corona-Pandemie führen uns das vor Augen. In der heißen Phase des Lockdowns unterstützte die Thüringer Ehrenamtsstiftung unbürokratisch 121 ehrenamtliche, selbstorganisierte Projekte der „Nachbarschaftshilfe“ mit maximal 300 Euro pro Projekt. So konnten mehr als 32.000 Euro an Initiativen vergeben werden, die sich innerhalb der Corona-Krise zivilgesellschaftlich engagieren.

Die Projekte haben auf wunderbar kreative Weise in einer Zeit, in der alle auf Abstand gehen mussten, Menschen zueinander gebracht. So öffnete der Verein Neustädter Buchförderung e.V. einen YouTube-Kanal mit einer täglichen Lesung durch Vereinsmitglieder und Gastleser. Die VG Hermsdorf hat in dem Projekt „Generationen bauen Brücken“ Kinder und ältere Menschen durch das Schreiben von Briefen zueinander geführt. 30 Brieffreundschaften sind so entstanden. Der Verein Alte Feuerwache Weimar e.V. öffnete den Innenhof des Gebäudekomplexes der Feuerwache für das ehrenamtlich organisierte Lichtblick-Autokino.



➔ [www.thueringer-ehrenamtsstiftung.de](http://www.thueringer-ehrenamtsstiftung.de)

➔ [www.lichtblick-weimar.de](http://www.lichtblick-weimar.de)



## Das Gemeinschaftsleben stärken

Alexander Becht kümmert sich – und das im wahrsten Wortsinn. Er ist der Dorfkümmerer in der Gemeinde Kyffhäuserland mit seinen acht Ortschaften. Dort ist er für alle Bürger ein wichtiger Ansprechpartner und zugleich Bindeglied zur örtlichen Verwaltung. „Schriftverkehr mit Behörden, eine unterbrochene Telefonleitung, eine überteuerte Rechnung – es gibt kleine und größere Probleme, bei denen ich sofort helfe. Aktuell stehe ich besonders mit Blick auf die Corona-Krise mit Rat und Tat zur Seite“, sagt Dorfkümmerer Becht, der telefonisch und per E-Mail jederzeit erreichbar ist.

Die Dorfkümmerer sollen in den beiden Modellregionen Kyffhäuser- und Unstrut-Hainich-Kreis das Gemeinschaftsleben stärken. Wer in diesen und anderen Regionen auch als Dorfkümmerer tätig werden will, meldet sich bei seiner zuständigen Gemeindeverwaltung.

# Völlig von der Rolle

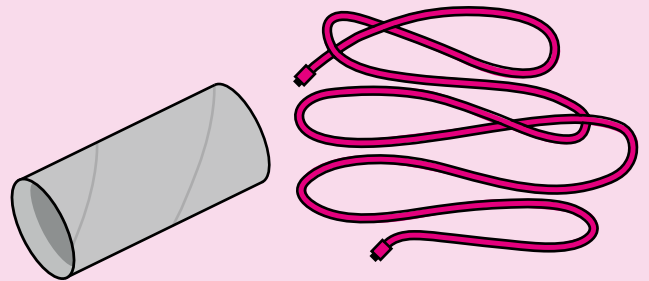
Da war doch was ... Im März kauften die Deutschen dreimal so viel Klopapier wie sonst. Theoretisch gibt es nun also genug leere Rollen, aus denen Sie ganz praktisch tolle Dinge basteln können.



1

### Hältst du mal kurz?

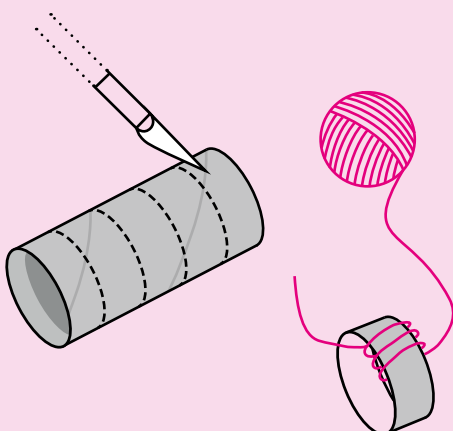
So sind die Hände frei für die wichtigen Dinge im Leben: Wer aus einer Klopapierrolle ein Stück Pappe heraus-schneidet, kann sie als Halte-rung fürs Handy benutzen – zum Ansehen von Kochvideos oder beim Skypen mit Freun-den. Farbtupfer verleihen dem praktischen Alltagshelfer den gewünschten Anstrich.



### Tschüss Kabelsalat!

Das kennt jeder: Unter Tischen, Schränken und neben dem Bett verheddert sich das Handy-lade-kabel mit der Schnur der Lieblingslampe. Eine als Kabelschlauch umfunktionierte Klopapierrolle bringt Ordnung ins Chaos. Sie hält ungenutzte Ka-bel zusammen und erleichtert die Aufbewahrung.

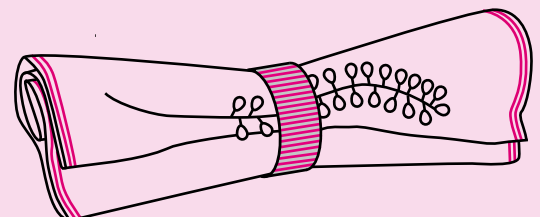
2

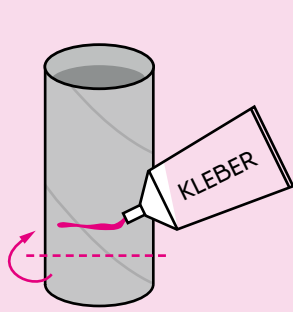


### Tischlein, deck dich!

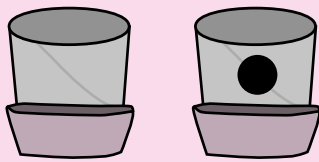
Selbstgebastelte Serviettenringe ver-wandeln jeden Esstisch in eine Festta-fel: Dazu eine Klopapierrolle mit einem Messer in mehrere Ringe schneiden. Mit einem hübschen Band oder Faden die Ringe so lange umwickeln, bis von der Pappe nichts mehr zu sehen ist. Die Fadenenden befestigen und die Serviette hindurchstecken. Dazu pas-sen Zweige oder Blumen aus dem eigenen Garten.

3



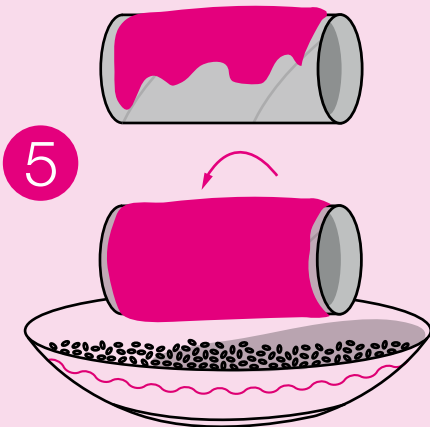


4



**Hängende Gärten**

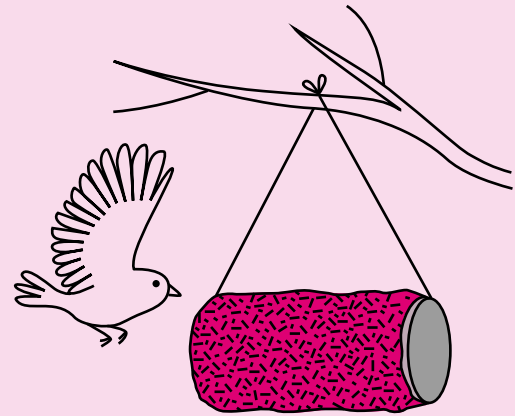
Mit Blumentöpfen aus Klopapierrollen verwandeln sich Wände, Türen oder Schränke im Handumdrehen in einen vertikalen Garten. Einfach den unteren Teil einer Papprolle nach hinten umknicken und befestigen. Mit einem Kleber einen Magneten auf der Rückseite anbringen, die Hängetöpfe bemalen und mit Luftpflanzen bestücken. Die exotischen Gewächse benötigen keine Erde und müssen nur zwei Mal die Woche mit etwas Wasser bestäubt werden.



5

**Futter von der Rolle**

Mit einer Klopapierrolle, ungesalzener Erdnussbutter und einer Futtermischung eröffnet man im Garten das Buffet für heimische Vogelarten. Die Papprolle mit Erdnussbutter bestreichen und anschließend durch ein Gefäß mit Vogelfutter rollen, sodass die Körner haften bleiben. Dann eine Schnur durch das Loch ziehen, fest verknoten und aufhängen. Die Futterstation hilft Wildvögeln durch die kalte Jahreszeit, für Hobbyvogelkundler ist sie ein prima Ort für Naturbeobachtungen.



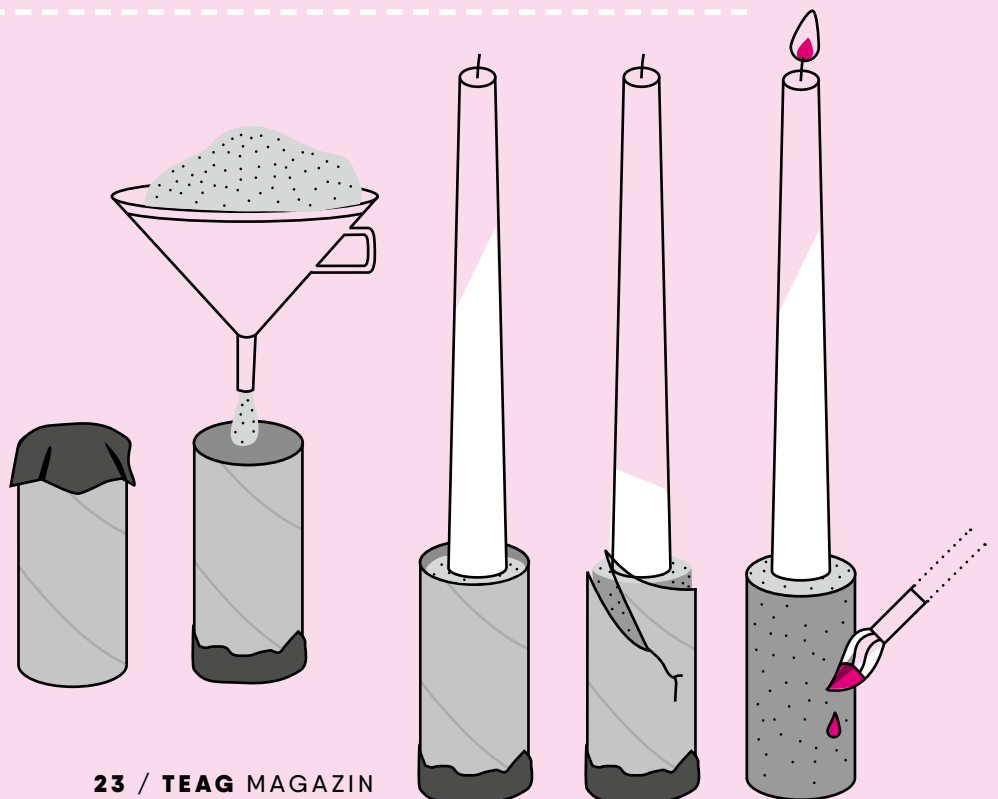
Text Maria Posselt

Illustrationen Julia Friese

6

**Helle Freude**

Für Kerzenständer aus Beton Klopapierrollen, breites Klebeband, eine Betonmischung und natürlich Kerzen bereitlegen. Einfach die Papprollen auf einer Seite mit dem Klebeband verschließen, die entstandenen Zylinder fast vollständig mit der Betonmischung füllen und eine Kerze in den noch flüssigen Beton stecken. Sobald dieser getrocknet ist, einfach die Klopapierrolle ablösen. Wer möchte, kann die fertigen Kerzenhalter noch bemalen.



Lust auf echte  
Wettkampfatmosphäre?

➔ [www.legendofcross.de](http://www.legendofcross.de)  
➔ [www.braveheartbattle.de](http://www.braveheartbattle.de)

**E**igentlich wollte ich am 16. Mai beim Rennsteiglauf zum ersten Mal den 73,9 Kilometer langen Supermarathon absolvieren. Eigentlich. Denn der Rennsteiglauf musste wegen Corona abgesagt werden. Nach der großen Enttäuschung über die Absage meldete sich sofort der Sportler in mir: Ich zieh das trotzdem durch! Die Organisatoren haben mit ihrer Aktion RENNSTEIGLÄUFERatHOME sogar die Voraussetzungen für einen virtuellen Wettkampf geschaffen. Und so stand ich am 16. Mai um 6 Uhr morgens am Start. Nicht in Eisenach, von wo aus ich mit tausenden anderen Supermarathonis eigentlich nach Schmiedefeld gelaufen wäre. Ich startete bestens trainiert vor meiner Haustür in Heringen. Statt Rennsteig also ein 73,9-Kilometer-Rundkurs durch Nordthüringen. Statt der anderen Athleten beglei-



# Ich zieh das trotzdem durch

**Corona hat auch die Wettkampfkalender tausender Sportler durcheinander gewirbelt. Roy Hildebrandt wollte dieses Jahr beim Rennsteiglauf den Supermarathon absolvieren. Der ambitionier- te Läufer ist bei der TEAG für das Sponso- ring verantwortlich und blickt auf dieses besondere Sportjahr.**

teten mich ein Freund und meine Schwester. Statt der vielen Helfer verpflegte mich meine Frau und statt tausender Zuschauer in Schmiedefeld überraschten mich nach 08:21:24 h Freunde und Familie jubelnd an der Ziellinie vor der Haustür. Es war anstrengend, bewegend und motivierend genug, um mich direkt für den Supermarathon 2021 anzumelden. Hoffentlich dann wieder unter Normalbedingungen.

## Hoffnung auf heißen Herbst

Dass die Sportwelt aus den Fugen geriet, zeigt auch ein Blick auf den Sponsoringkalender der TEAG. Allein bis zur Jahresmitte mussten wir 40 Events streichen. Wir bleiben als Sponsor natürlich bei der Stange, aber es ist schmerzlich, weil die Veranstalter immer mit viel Herzblut dabei sind. Insofern freue ich mich, wenn sich die Lage hoffentlich normalisiert und einige Events auch mein Läuferherz wieder höher schlagen lassen.

So können der TEAG - LEGEND OF CROSS in Mühlberg am 1. November und das BraveheartBattle in Steinach eine Woche später hoffentlich stattfinden. Beides sind Crossläufe, die wir als Sponsor unterstützen und bei denen ich auch an den Start gehen möchte. Nicht eigentlich und virtuell, sondern ganz normal - mit meinem TEAG-Team, viel Schlamm, Schweiß und echtem Zieljubiläum.



**Oben**  
Roy Hildebrandt (re.) hat mit seinem Laufteam den TEAG - LEGEND OF CROSS im Blick.

**Unten**  
Beim Supermarathon wurde Roy Hildebrandt (re.) von Jens Fleischer unterstützt.





---

# Neues aus der **TEAG**

---

Serviceangebote und Produkte der  
**TEAG Thüringer Energie AG**

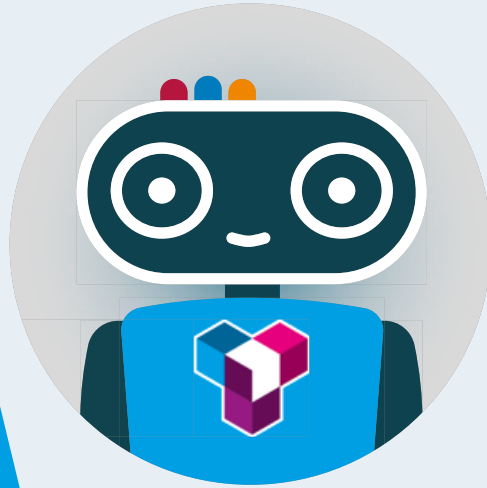
**TEN Thüringer Energienetze GmbH & Co. KG**

**Thüringer Netkom GmbH**

**TWS Thüringer Wärme Service GmbH**

**KomSolar Service GmbH**

---



**„Willkommen bei TEAG! Wie kann ich Ihnen helfen?“**

# Ein ganz besonderer Kollege

Dürfen wir vorstellen: Der TEAG-Chatbot – unser neuer Arbeitskollege und digitaler Assistent. Er hat einen ganz besonderen Arbeitsplatz, denn er ist täglich unter [www.teag.de](http://www.teag.de) im Einsatz. Was er dort macht? Ganz einfach: Er hilft Ihnen, sich auf unserer Homepage zurechtzufinden, und beantwortet Fragen rund um das Thema Energie.

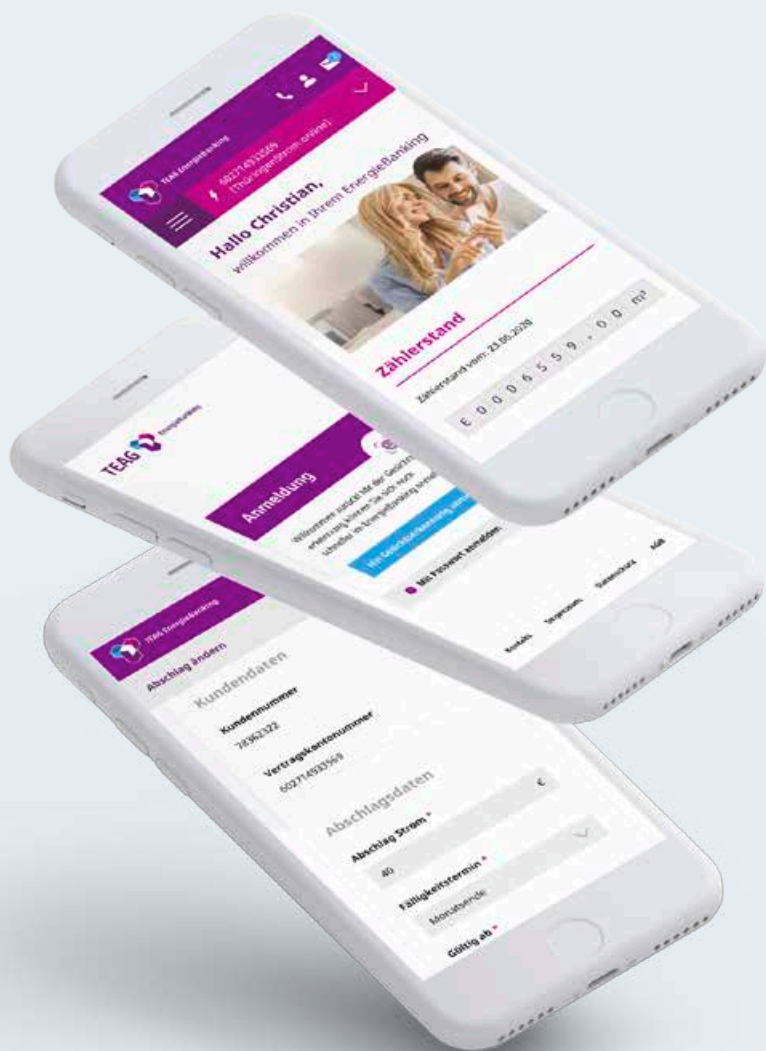
Hinter dem digitalen Assistenten versteckt sich ein intelligentes Dialogsystem – auch Chatbot genannt. Ein Chatbot ist eine Art Roboter für Kommunikationsaufgaben. Klickt ein Kunde auf der Startseite auf den Roboter, öffnet sich ein Dialogfenster und er fragt, wie er helfen kann. Egal, ob nach Umzug, Zählerstandsmeldung oder Elektromobilität gefragt wird – die Antworten kommen von ihm.

Der neue Kollege befindet sich noch in der Einarbeitungszeit. Als künstliche Intelligenz ist er in der Lage, aus den verschiedenen Antworten und Formulierungen zu lernen. Er wird dadurch mit jeder Nachricht besser. Der neue Assistent beantwortet die Fragen jeden Tag rund um die Uhr.

Es ist geplant, den digitalen Assistenten bei weiteren Themengebieten einzusetzen. Zunächst soll er aber richtig ankommen und erste Erfahrungen sammeln. —

## Live-Chat mit den Kunden

Wer lieber mit unseren echten Kollegen aus dem Kundenservice Kontakt aufnehmen möchte, kann sie nun auch über unseren neuen Live-Chat kontaktieren. Auf ausgewählten Seiten, wie zum Beispiel im EnergieBanking-Bereich, steht Ihnen ein Kundenbetreuer während unserer Servicezeiten im Live-Chat zur Verfügung, der Ihre Fragen im elektronischen Dialog direkt beantworten kann.



# Eine App voller Energie

Mit unserer kostenlosen EnergieBanking-App erledigen Sie alle Themen rund um Ihren Strom- und Erdgasvertrag jetzt digital und sagen dem Papierkram ade!

**Sie können mit unserer neuen TEAG-EnergieBanking-App rund um die Uhr schnell und unkompliziert:**

- Ihre Zählerstände melden
- Ihre Abschläge ändern
- Ihre persönlichen Daten anpassen und ergänzen
- Vertragsdaten, Rechnungen und Schriftverkehr einsehen
- einen neuen Strom- und Erdgasvertrag abschließen
- Ihr aktuelles Produkt wechseln
- Ihren Umzug melden
- eine Benachrichtigung auf Ihr Smartphone bzw. Tablet erhalten, wenn neue Dokumente für Sie vorliegen

## Hinweis:

Das EnergieBanking steht nur Privat- und Gewerbekunden der TEAG Thüringer Energie AG zur Verfügung. Wenn Sie noch kein TEAG-Kunde sind, ist eine Registrierung nicht möglich. Wir freuen uns aber, wenn Sie TEAG-Kunde werden:

➔ [www.teag.de](http://www.teag.de)



Unsere neue EnergieBanking-App können Sie kostenfrei für iOS-Geräte im App Store und für Android im Google Play Store herunterladen.

Sie sind TEAG-Kunde und haben das EnergieBanking bisher per Web-Browser genutzt? Dann laden Sie jetzt die App und melden sich mit Ihren persönlichen Zugangsdaten für das EnergieBanking in der App an. So profitieren Sie sofort von unseren umfassenden Online-Services.

Sie sind TEAG-Kunde und haben das EnergieBanking bisher NICHT genutzt? Dann laden Sie jetzt die App und registrieren sich erstmalig mit Hilfe Ihrer Kundennummer in der App. Nach wenigen Minuten profitieren Sie so von unseren umfassenden Online-Services.



iOS

Scannen Sie den QR-Code mit dem Link zur EnergieBanking-App!



Android

# Leitfaden im Sanierungs-Dschungel

## Thüringen-Premiere des Sanierungsfahrplans in Ehrenberg.

**G**emeinsam mit dem Energieberater Stefan Stein stehen Anne-Kathrin Westhäuser und ihr Mann Christian vor ihrem Haus in Ehrenberg. Vor einigen Jahren hat das frisch verheiratete Paar das von den Großeltern gebaute Gebäude übernommen. Ständig wurde an- und umgebaut und das Haus den Bedürfnissen angepasst – von neuen Räumen bis hin zu Fenstern und der Heizung. Nun steht die nächste Sanierung an. „Wir wollen jetzt klären, welche Umbauten sinnvoll sind und in welcher Reihenfolge wir am besten vorgehen“, sagen die beiden. „Als Laie hat man ja heutzutage kaum noch einen Überblick über die verschiedenen technischen Lösungen und Fördermöglichkeiten.“

### Umfassende Beratung

Der Sanierungsfahrplan soll nun Licht ins Dunkel bringen. „Wir ermitteln vor Ort zunächst einmal den Ist-Zustand und die Pläne der künftigen Nutzung“, erklärt Stefan Stein beim Rundgang durch das Haus. Von der Heizung über die Dämmung bis hin zu den Fenstern macht sich der Experte ein genaues Bild von den Gegebenheiten vor Ort. Innerhalb von vier Wochen entwickelt er dann einen Leitfaden für die mögliche Sanierung, der auch alle Infos zu Fördermöglichkeiten beinhaltet. Auf dieser Grundlage können sich die Bauherren dann entscheiden, welcher Weg für sie der Richtige ist.

„Wir wollen auf jeden Fall eine Photovoltaikanlage auf dem Dach installieren – vielleicht zusammen mit einer Pelletheizung“, erklärt Anne-Kathrin Westhäuser. Genauso denkbar ist natürlich auch die Kombination mit einer umweltfreundlichen Wärmepumpe, deren Einbau ebenso bis zu 45 Prozent vom Staat gefördert wird. „Ob und in welcher Dimension das wirklich



### Links

**Im Beratungsgespräch können die Wünsche der Kunden diskutiert werden.**

### Rechts

**Energieberater Stefan Stein macht sich vor Ort ein Bild.**

**Text** Andreas Göbel

**Fotos** Guido Werner

Sinn ergibt, wissen wir aber nicht genau.“ Das Problem: Jeder Installateur, der sie beraten hat, war nur Spezialist auf seinem eigenen Gebiet. Einen Gesamtüberblick zu erhalten, sei sehr schwer. „Durch Zufall sind wir auf den Sanierungsfahrplan der TEAG gestoßen. Unser Eindruck bisher ist wirklich sehr gut, weil wirklich jeder Aspekt beleuchtet wird.“

**Sie interessieren sich für das Angebot?**

**Dann nehmen Sie gerne Kontakt auf:**

**Tel.: 0361 652 2004**

**E-Mail: foerdermittel@teag.de**



**Große Pläne. Anne-Kathrin und Christian Westhäuser möchten das Haus, das die Großeltern einst gebaut haben, modernisieren.**

## - TEAG - Sanierungsfahrplan

Die energetische Sanierung von Wohnhäusern leistet einen wichtigen Beitrag zur Energieeinsparung und zur Reduzierung der CO<sub>2</sub>-Emissionen. Allerdings ist es oft schwierig für Hausbesitzer, einen objektiven Überblick über den Gesamtzustand ihres Hauses zu erhalten.

Der Sanierungsfahrplan der TEAG gibt Hausbesitzern einen individuellen Leitfaden an die Hand, welche Sanierungsmaßnahmen sinnvoll sind und welche Umbauten sich auch langfristig auszahlen.

Die TEAG arbeitet hierfür mit professionellen Dienstleistern zusammen, die vor Ort den aktuellen Zustand des Hauses analysieren und Vorschläge erarbeiten – mit besonderem Augenmerk auf Gebäudehülle und Heizung.

Der Eigenanteil für Eigenheimbesitzer zur Durchführung des Sanierungsfahrplans beträgt mit BAFA-Förderung **nur 199 Euro**. Das Angebot kann auch außerhalb Thüringens in Anspruch genommen werden.

➔ [www.teag.de](http://www.teag.de)

# Wärmstens zu empfehlen

Insbesondere ältere Gebäude verschwenden viel Heizenergie. Für die Wärmeverluste gibt es unterschiedliche Ursachen, die mit bloßem Auge nicht erkennbar sind. Der ThermografieCheck der TEAG zeigt mithilfe von Infrarotaufnahmen die Schwachstellen Ihres Hauses auf.

### ThermografieCheck

- erster Überblick über den Gebäudezustand
- für alle Gebäudetypen
- Thermografie-Bericht
- Hinweise auf Schwachstellen und allgemeine Modernisierungstipps
- 6 Wärmebild-Aufnahmen vom Gebäude
- Außenthermografie
- Normalpreis 135 Euro



**Frühbucher-Rabatt**  
jetzt bis zum 30.11. buchen  
und sparen

**ThermografieCheck  
+ Sanierungsfahrplan für nur 299 €**

Buchen Sie den Sanierungsfahrplan zusammen mit dem ThermografieCheck bis 30.11. und sparen Sie 35 Euro.

**ThermografieCheck für nur 125 €**

Bestellen Sie den ThermografieCheck bis zum 30.11. und erhalten Sie 10 Euro Rabatt auf den normalen Einzelpreis.

### Infrarot-Hotline

Servicezeiten montags bis freitags  
von 8 bis 17 Uhr

Tel.: 0361 652-2007

E-Mail: [thermografiecheck@teag.de](mailto:thermografiecheck@teag.de)

# Die Kurven müssen grade laufen

**Text** Lars Schuster

**Fotos** Guido Werner



**Thor-Ralf Breuer und Dennis Martini haben bei der TEAG erfolgreich ihre Ausbildung zum Elektroniker für Betriebstechnik absolviert. Jetzt sorgen die beiden Jungfacharbeiter im Heizkraftwerk (HKW) Schwarza für Energieschübe.**

**Thor-Ralf Breuer (li.) und Dennis Martini haben als Jungfacharbeiter die ersten Stufen der Karriereleiter erfolgreich absolviert.**



**E**in Kraftwerk ist eine Welt für sich – hier ticken die Uhren anders, hier spricht man eine eigene Sprache und hier ist Energie zu Hause. Wer hier arbeitet, wird zum Herrscher über die Elemente – über Luft, Wasser und vor allem über das Feuer. Das haben Thor-Ralf Breuer und Dennis Martini auch sofort erfahren, als sie diese Welt das erste Mal betreten haben. „Am ersten Tag unserer Ausbildung hat uns der Kraftwerksleiter durch die Anlagen geführt. Dabei konnten wir auch einen Blick in den Feuerraum eines Dampferzeugers, das Herz des Kraftwerks, werfen“, erinnert sich Breuer. Und Martini ergänzt: „Ein winziges Fenster aus Sicherheitsglas trennte uns von einer zehn Meter langen Flamme, die Erdgas bei 1.200 Grad Celsius verbrennt. Das ist immerhin ein Drittel der Temperatur, die im Inneren unserer Erde herrscht. Mit der Riesenflamme wird Heißdampf erzeugt, der dann wiederum Turbinen antreibt, die Strom erzeugen.“

Das ist das Grundprinzip der drei Heizkraftwerke, mit denen die TEAG in Jena, Bad Salzungen und Schwarzta in umweltfreundlicher Kraft-Wärme-Kopplung aus Erdgas Strom und Heißwasser für Fernwärme für hunderttausende Thüringer erzeugt.

### Ausbildung in der TEAG Akademie

Für Breuer und Martini liegt der Ausbildungsbeginn im Heizkraftwerk Rudolstadt-Schwarzta nun schon einige Jahre zurück. Beide sind gelernte Elektroniker für Betriebstechnik. Sie sorgen mit ihren Kollegen im HKW in Schwarzta dafür, dass sich diese Welt aus Energie immer weiterdreht.

Einen Großteil ihrer Ausbildung brachten die Azubis in der TEAG Akademie in Erfurt. In dem modernen Ausbildungscampus werden die Grundlagen für den späteren Job gelegt, die in der Berufs-



Thor-Ralf Breuer inspiziert bei seinen Rundgängen auch das Flammenbild im Dampferzeuger. Der Schaltschrankschlüssel ist immer am Mann.

„  
Für das Arbeiten  
in Schichten  
muss man  
gemacht sein.“

“

der Werkstatt direkt anwenden“, sagt Martini, der nun in der Tagschicht in der Instandhaltung arbeitet.

### Wenn die Nacht zum Tag wird

Wer sich bei der TEAG zum Elektroniker für Betriebstechnik ausbilden lässt, kann sich für einen der Kraftwerksstandorte entscheiden. Die meisten Mitarbeiter sind in der Nachbarschaft der Kraftwerke zu Hause. So ist das auch beim Sitzendorfer Breuer und bei Martini, der in Bad Blankenburg lebt. Beide brauchen nur wenige Minuten bis zum Arbeitsplatz. „Dass wir hier in unserer Heimat arbeiten können, ist ein großer Pluspunkt, ebenso wie die gute Bezahlung in einem krisensicheren

schule theoretisch und im Kraftwerk ganz praktisch vertieft werden. „Das war das Tolle an der Ausbildung: Was wir in der Akademie in Erfurt gelernt haben, konnten wir im Kraftwerk in

Job und die Entwicklungsmöglichkeiten, die die TEAG als Arbeitgeber bietet“, zählt Martini auf.

Es dauert circa sechs Jahre, bis man im Kraftwerk für alle Eventualitäten gerüstet ist. Dann sorgt man nicht nur für den Betrieb der elektrischen Anlagen. „Man wird zum Läufer, Dampfer und Wassermann“, fachsimpelt Breuer und übersetzt: „Das sind die Tätigkeiten, die von der Mannschaft erledigt werden, damit die Kurven auf den Monitoren der Leitstände grade laufen. Der Läufer dreht seine Inspektionsrunden, der Dampfer überwacht die Vorgänge in den Kesseln und der Wassermann ist für das Prozesswasser verantwortlich, das bei der Erzeugung benötigt wird – und zwar rund um die Uhr.“ Und so haben die meisten Kraftwerker eine ganz eigene Zeitrechnung. „Ich habe zwei Tage Früh-, zwei Tage Spät-, zwei Tage Nachtschicht und dann zwei Tage frei – so geht das 365 Tage im Jahr. Dafür muss man gemacht sein. Aber die vielen freien Tage, die durch Urlaub und Überstunden anfallen, entschädigen dafür.“

➤ [www.teag.de/akademie](http://www.teag.de/akademie)  
➤ [www.tws-waerme.de](http://www.tws-waerme.de)

# Lust auf eine zweite Karriere?

Schule – Ausbildung – Job – Rente:  
Für manche passt diese klassische  
Karriere nicht in den eigenen Lebenslauf.  
Wer sich nach einigen Jahren im Job  
beruflich verändern möchte, kann seine  
zweite Karriere auch bei der TEAG starten.  
So wie diese drei Protagonisten.



## Neustart in den Job

Die TEAG Akademie bietet neben verschiedenen Ausbildungsberufen auch die 16-monatige Umschulung zum Industrieelektriker an. Eine abgeschlossene Ausbildung, egal in welchem Beruf, ist Voraussetzung. Da die Umschulung von der TEAG gezielt eingesetzt wird, um den Fachkräftebedarf im Unternehmen zu sichern, sind die Übernahmeaussichten nach erfolgreichem Abschluss sehr hoch.

Weitere Informationen finden Sie unter

➔ [www.teag.de/karriere](http://www.teag.de/karriere)

➔ [www.teag.de/akademie](http://www.teag.de/akademie)



## Rückkehr ins Zivilleben

Jan Sturm (35) diente zehn Jahre als Fernmelder bei der Bundeswehr. An der TEAG Akademie lässt er sich zum Industrieelektriker umschulen.

„Als Soldat dient man dort, wo man gebraucht wird. So verschlug es mich am Ende meiner Bundeswehr-Laufbahn zum Deutsch-Niederländischen Corps in die Niederlande. Als ich dann 2016 Vater wurde, war für mich klar, dass ich wieder in die Heimat nach Thüringen möchte. Nach zehn Jahren beendete ich deshalb mein Soldatendasein. Mit der Rückkehr ins zivile Leben möchte ich mir eine Zukunft aufbauen, in der Job und Familie unter einen Hut passen. Im Rahmen des Berufsförderungsdienstes der Bundeswehr machte ich mein Fachabitur in Naumburg. Dann erfuhr ich von der Umschulung an der TEAG Akademie, in der ich in 16 Monaten zum Industrieelektriker ausgebildet werde. Das passte perfekt in meine Lebensplanung. Zumal ich als Fernmelder bereits Erfahrungen im technischen Bereich gesammelt habe. Die Ausbildung hier in der Akademie ist klar strukturiert. Das habe ich bei der Bundeswehr schon schätzen gelernt. Und jetzt wo Sohnemann Nummer zwei unterwegs ist, hoffe ich natürlich auf eine Anstellung und eine berufliche Zukunft bei der TEAG.“





## Respekt vor der Schulbank

**Florian Greiner (30) wollte als gelernter Verfahrensmechaniker raus aus dem Schichtdienst. Seinen Platz als Umschüler zum Industrieelektriker verdankt er einer inspirierenden Begegnung an einem Hochspannungsmast.**

„Als ich im vergangenen August bei der TEAG anfang, blickte ich schon auf einige Jahre Berufserfahrung als Verfahrensmechaniker zurück. Viele davon habe ich im Schichtdienst gearbeitet. Irgendwann war dann Zeit für einen Wechsel. Zunächst arbeitete ich in einer Firma, in der wir Baugrunduntersuchungen durchführten. Man könnte es Schicksal nennen. Jedenfalls führte uns ein Auftrag nach Baden-Württemberg, wo wir den Boden in direkter Nachbarschaft eines Hochspannungsmastes untersuchten, an dem ein Netzmonteur im Einsatz war. So kamen wir ins Gespräch und ich zur TEAG. Ich habe lange überlegt, ob ich mir eine neue Ausbildung zutraue. Einerseits habe ich scharf kalkuliert. Schließlich muss ich während der Ausbildung mit weniger Geld auskommen. Das funktioniert aber gut. Andererseits hatte ich Respekt davor, nach 15 Jahren wieder die Schulbank zu drücken. Aber nach einigen Startschwierigkeiten gewöhnt man sich auch wieder an klassische Lernsituationen. Die Ausbildung ist komplett digitalisiert. Diese Lernformen liegen mir und ich bin von der Qualität der Ausbildung echt beeindruckt. Ich muss häufig daran denken, wie es bei meiner ersten Ausbildung zugeing, als die Azubis als Hilfsarbeiter eingesetzt wurden. Jetzt bekomme ich genau das vermittelt, was ich später im Job brauche.“



## „Erster Schritt in ein neues Leben“

**Florian Greyer (27) hat schon in verschiedenen Jobs gearbeitet – bislang ohne abgeschlossene Ausbildung. Warum er die nun an der TEAG Akademie nachholt, verrät er im Interview.**

### Herr Greyer, welche Ausbildung absolvieren Sie gerade?

*Greyer:* Ich werde an der TEAG Akademie drei Jahre lang zum Elektroanlagenmonteur ausgebildet.

### Wie sah Ihre Berufslaufbahn bislang aus?

*Greyer:* Ich habe eine Ausbildung als Koch in Zell am See begonnen. Nach zwei Jahren habe ich gemerkt, dass mich der Job nicht glücklich machen wird und die Ausbildung dann kurzerhand abgebrochen. Danach war ich im Sicherheitsdienst in drei Firmen beschäftigt. Habe Post ausgetragen und im Supermarkt an der Kasse gearbeitet. Ich habe in den vielen Jobs auch viele Erfahrungen gesammelt und möchte die Zeit auch nicht missen.

### Woher dann der Sinneswandel?

*Greyer:* Ich habe inzwischen Familie. Muss Verantwortung für meine Freundin und drei Kinder übernehmen. Ohne abgeschlossene Ausbildung reicht der Verdienst

einfach nicht aus, um über die Runden zu kommen. Die Stiefmutter meiner Freundin arbeitet bei der TEN Thüringer Energienetze und konnte mich von den Vorzügen der TEN als Arbeitgeber aus erster Hand überzeugen. Die Ausbildung ist somit mein erster Schritt in ein neues Leben.

### Mit 27 sind Sie nicht mehr der Jüngste. Wie kommen Sie mit den jungen Kollegen in der Ausbildung zurecht?

*Greyer:* Florian, Jan und ich sind tatsächlich mit Abstand die Ältesten in der TEAG Akademie. Aber wir verstehen uns auch mit den jüngeren Azubis und gehen sogar freundschaftlich miteinander um. Uns vereinen ja Ziel und Inhalt der Ausbildung. Die Ausbilder pflegen zudem einen sehr kollegialen Umgangston und bringen viel praktische Erfahrung mit.

# Neue Ideen gesucht

Informationen rund um  
den Ideenwettbewerb und  
Bewerbung unter  
➔ [www.ideenmachenschule.de](http://www.ideenmachenschule.de)

## - Hier - bewerben

Bewerben können sich Schulen  
im aktuellen Schuljahr zu den  
Stichtagen **15. November 2020**  
und **15. Mai 2021**, unter anderem  
mit kreativen Projekten wie  
diesen:

Trappercamp – mit Huskies  
unterwegs

Fallschutz für den Niedrig-  
seilgarten

Nikolino – Unser Zirkusprojekt

Gewaltprävention

Kids and Cops

Umwelhelden vom Wiesenhügel

Kinder laufen für Kinder

International School Food Festival

Müllprojekt

Drogenaufklärungs-Event  
„Flashback“

Es gibt viele Möglichkeiten, mit einem Projekt an „IdeenMachenSchule“ teilzunehmen. Eines sollten die Ideen aber alle gemeinsam haben: das Ziel, das schulische Umfeld zu verbessern oder eine aktive Freizeitgestaltung zu ermöglichen. Ein neues Lesezimmer in der Schule, eine Baumpflanzaktion, die den Ausblick aus dem Klassenzimmer verschönert, ein Sportfest oder eine Theateraufführung – den Ideen sind keine Grenzen gesetzt.

Auch im neuen Schuljahr 2020/2021 freuen wir uns auf tolle Ideen aller Thüringer Schülerinnen und Schüler und engagierter Lehrerinnen und Lehrer – die wir mit bis zu 1.000 Euro für die sogenannten Leuchtturmprojekte unterstützen! Unsere TEAG-Jury entscheidet darüber, welche Projektteams sich über einen Gewinn freuen dürfen. —

**Seit dem Start von  
„IdeenMachenSchule“  
konnten wir schon  
viele spannende  
Projekte unterstützen:**

1.522 Bewerbungen  
seit 2012

258 Gewinner seit Beginn  
der Aktion

102 ausgezeichnete Leuchtturm-  
projekte in 8 Jahren

500 teilnehmende Schulen  
seit Aktionsstart

396.000 EUR Gesamt-  
förderung bisher



### **Fleißige Bienchen in der Neudietendorfer**

**Schulimkerei:** Bereits seit dem Schuljahr 2016/2017 kommen die Schülerinnen und Schüler des von-Bülow-Gymnasiums in einem dreiwöchigen Wettbewerb möglichst CO<sub>2</sub>-frei zur Schule. Im Schuljahr 2018/2019 bepflanzten sie ihr Schulgelände mit insektenfreundlichen Sträuchern und riefen eine Schulimkerei ins Leben.



**- Jetzt -  
abräumen**

**Lösen Sie unser Kreuzwort-  
rätsel und gewinnen Sie den  
Rasenmäheroter BOSCH  
INDEGO 400, eine Sofort-  
bildkamera oder einen  
Fitnesstracker.**

**Des Rätsels Lösung  
Senden Sie einfach eine frankierte  
Postkarte oder eine E-Mail mit Ihrem  
Absender und dem Lösungswort an:  
TEAG Thüringer Energie AG,  
Kennwort: Alles-bleibt-anders-Rätsel,  
Postfach 90 01 32, 99104 Erfurt,  
E-Mail: teagmagazin@teag.de,  
Einsendeschluss: 25. September 2020**

halb- amtlich	▼	griechi- scher Buch- stabe	▼	Feld- frucht, Getreide	▼	Frauen- kurz- name	Fluss in Kalifor- nien	einfalls- los
Frech- heit	▶				2	▼	▼	▼
Teil einer Festung		„Mutter der Armen“ † 1997	4	Sumpf- rohr	▶			
▶	3	▼						6
Vorname Nowitzkis			Meeres- bucht	▶			Bam- berger Domherr (11. Jh.)	9
▶		5		Frauen- kurz- name		franzö- sisch, span.: in	▼	
schotti- sche See- schlange			italie- nische Fladen- speise	▶			1	
▶					7	chem. Zeichen für Zirko- nium	▶	
antikes Reich in Süd- arabien	▶	8			Metro- pole am Tiber	▶		

**Teilnahmebedingungen für alle Gewinnspiele in dieser TEAG-Magazin-Ausgabe:** 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 Lösungswörtern verlost. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Der Gewinn wird nicht in bar ausbezahlt. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Sofern sich der Gewinner auf eine Gewinnerbenachrichtigung nicht innerhalb von zwei Monaten meldet, verfällt der Gewinn und es wird ein Ersatzgewinner ausgelost. Der Versand der Gewinne erfolgt nur innerhalb Deutschlands. **Datenschutzinformation gemäß DSGVO:** Verantwortliche Stelle: Thüringer Energie AG, Schwerborner Straße 30, 99087 Erfurt, Telefon: 0361 652-0, E-Mail: datenschutz@teag.de, Datenschutzbeauftragte: TEAG Thüringer Energie AG. Die von Ihnen angegebenen personenbezogenen Daten werden ausschließlich zur Durchführung der Gewinnspiele verwendet. Rechtsgrundlage hierfür ist Art. 6 Abs. 1 Buchst. b) DSGVO. Die Teilnahme am Gewinnspiel erfolgt freiwillig, ohne Koppelung an sonstige Leistungen. Weitere Informationen zum Datenschutz können Sie unserer Datenschutzerklärung entnehmen, die unter [www.teag.de/Datenschutz](http://www.teag.de/Datenschutz) abrufbar ist oder die Sie postalisch anfordern können.

Das TEAG-Magazin wurde 2019 für das Konzept und die Umsetzung mit dem FOX AWARDS in Silber ausgezeichnet.



## - TEAG-News - Jetzt anmelden

Bringen Sie mit dem TEAG-Newsletter frischen Wind in Ihr Postfach

Registrieren Sie sich jetzt für unseren TEAG-Newsletter und freuen Sie sich auf spannende Themen aus der Welt der Thüringer Energieexperten.

➔ [www.teag.de/newsletter](http://www.teag.de/newsletter)



AUSBLICK

**Jetzt  
wird's  
Zeit!**

Die nächste Ausgabe des TEAG-Magazins dreht an der Uhr.

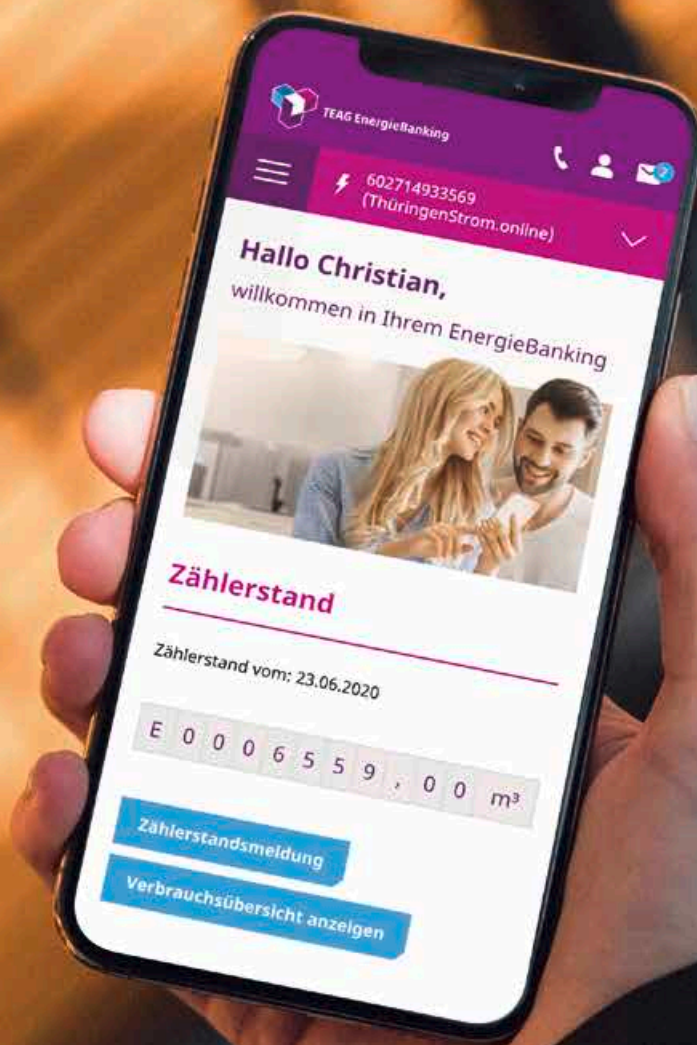


**Ausgabe  
03 | 2020**

Neue Wege gehen

mit mobiler Energie der TEAG

Die neue TEAG-EnergieBanking-App



TEAG



EnergieBanking

erhältlich für

