



# nah dran

Das Magazin der **STADTWERKEGRUPPE**  
DELMENHORST

Nr.27 | 2020



## ÜBER UNS

Klimaschutz kann jeder: Auch die StadtWerkegruppe hat eine Reihe von Maßnahmen ergriffen, um CO<sub>2</sub> einzusparen. Welche das sind, erfahren Sie in dieser Ausgabe.

Seite 6

## SCHWERPUNKT

Möglichst viel in kurzer Zeit erledigen: „Beschleunigung“ heißt ein Phänomen unserer Zeit. Um einen Ausweg zu finden, wirkt eine Entschleunigung Wunder.

Seite 8

## STAUNEN

Wie ein Arbeitstag bei der Abfallwirtschaft aussieht, erfahren Sie in dem Erlebnisbericht von zwei Mitarbeiterinnen der StadtWerkegruppe in der Rubrik „Staunen“.

Seite 13

## PRESSESCHAU

### JUGEND PROFITIERT VON GELDSEGEN

„Statt auf Anträge setzten die Verantwortlichen in Zusammenarbeit mit der StadtWerkegruppe auf eine Crowdfunding-Plattform im Internet. (...) Insgesamt zwölf Projekte wurden 2019 von 569 Einzelspendern über die Plattform unterstützt und mit einem Gesamtvolumen von über 50.000 Euro erfolgreich abgeschlossen.“

(Quelle: NWZ online, 23.01.2020)

### STADTWERKE-CHEF FORDERT „MUT, RADIKALER ZU DENKEN“

„Wir überlegen, Kreisel als Blühwiesen auszugestalten, zum Beispiel am Hasporter Damm/Seestraße oder an der Rudolf-Königer-Straße.“

(Quelle: Delmenhorster Kreisblatt, 01.02.2020)

### GASPREISSTREIT: BGH ENTSCHEIDET ZUGUNSTEN DER SW DELMENHORST

„Die Gaspreis-Anpassungen der Stadtwerke Delmenhorst in den Jahren 2004 bis 2011 waren berechtigt. Das hat der Bundesgerichtshof laut einer Pressemitteilung bestätigt.“

(Quelle: Zeitung für kommunale Wirtschaft, 04.02.2020)

## AKTUELLES AUS DEN LEISTUNGSBEREICHEN



### VERSORGUNG

Nachdem die Sanierung der Enteisungsfilter im Wasserwerk Annenheide abgeschlossen ist, sind nun die Manganfilter an der Reihe. Nach und nach werden alle drei Filter saniert. In diesem Zusammenhang findet bei Bedarf auch eine Erneuerung der Beschichtung und ein Austausch der Düsen statt.



Im Wasserwerk Annenheide konnte ein Großteil der Sanierungsarbeiten bereits fertiggestellt werden.



### FREIZEIT

Mit großen Schritten nimmt das Kursbecken immer mehr Gestalt an und kann schon bald fertiggestellt werden. Aktuell findet neben den Malerarbeiten die Verlegung des Bodenbelages am Beckenumgang statt. Zudem wurde das Becken noch einmal mit Wasser befüllt, um weitere Tests an der Wassertechnik durchzuführen. Wegen der großen Nachfrage starteten 2018 die Vorbereitungen für ein neues Kursbecken.



Sichtbarer Baufortschritt: Noch in diesem Jahr kann das neue Kursbecken öffnen.



### ENTSORGUNG

In der Friedensstraße startet in wenigen Monaten der 2. Bauabschnitt für einen weiteren Stauraumkanal. Noch im ersten Quartal dieses Jahres wird es eine Anliegerversammlung geben, auf der die Anwohner über die bevorstehende Maßnahme informiert werden.



Maßgeblicher Fortschritt: In wenigen Wochen starten die Arbeiten für einen weiteren Stauraumkanal.



### LIEBE DELMENHORSTER, LIEBE KUNDEN DER STADTWERKEGRUPPE DELMENHORST,

oft hat uns der stressige Alltag fest im Griff. Doch wie lässt es sich im ganz normalen täglichen Wahnsinn abschalten? Und wie findet ein unruhiger Geist Erholung? Achtsamkeit und Entschleunigung sind die Schlüssel zu einem gelasseneren Leben. Tipps rund um das Thema haben wir in unserem Schwerpunkt gesammelt.

Selbst wenn es bei ihnen mal hektisch wird, sie bewahren die Ruhe: die Frauen und Männer der Freiwilligen Feuerwehr Delmenhorst. Dabei entpuppen sie sich als echte Helden des Ehrenamts. Wer die freiwillige Truppe genauer kennenlernen möchte, der hat auf den Seiten 10 und 11 die Gelegenheit dazu.

In unserer aktuellen Welt gerät das Thema Umweltschutz und damit verbunden die Abfallproblematik immer deutlicher ins Bewusstsein. Im Trend liegen daher sogenannte Unverpackt-Läden, in denen es Lebensmittel ohne Verpackung zu kaufen gibt. Auch Delmenhorst hat bald einen solchen Laden. Mehr über das grüne Geschäftsmodell erfahren Sie in der Rubrik Lokales.

Auch die StadtWerkegruppe hat sich den Klimaschutz auf die Fahnen geschrieben. Welche Projekte wir unterstützen und welche konkreten Maßnahmen wir ergreifen, das können Sie auf den Seiten 6 und 7 nachlesen.

Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Lesen der „nah dran“,  
Ihr

Hans-Ulrich Salmen



## INHALT

<b>News</b> .....	4
<b>Über uns</b> .....	6
Von grünen Dächern bis hin zu Kochherden in Mali	
<b>Schwerpunkt</b> .....	8
Achtsamkeit im Alltag: Auf dem Weg zur Entschleunigung	
<b>Wissen</b> .....	10
Helden des Alltags: die Freiwillige Feuerwehr Delmenhorst	
<b>Lokales</b> .....	12
Aus dem Konzept gebracht: Supermarkt ohne Verpackungen	
<b>Staunen</b> .....	13
Schnuppertag bei der Abfallwirtschaft	
<b>Denken</b> .....	14
Rätselspaß	



### IMPRESSUM

<b>Herausgeber:</b> Stadtwerke Delmenhorst GmbH Fischstraße 32-34 27749 Delmenhorst V. i. S. d. P.: Anneka Maury	<b>Konzept:</b> BRASILHAUS Unternehmens- kommunikation GmbH Altenwall 1-3 28195 Bremen	<b>Redaktion und Grafik:</b> Borgmeier Media Gruppe GmbH Lange Straße 112 27749 Delmenhorst	<b>Redaktion:</b> Hannah Bädjer, Nane Köberlein, Tanja Probst, Niklas Bädjer, Claudia Krütgen, StadtWerkegruppe Delmenhorst <b>Grafik:</b> Michaela Schnöink, Denise Gerken	<b>Lektorat:</b> Jette Frantz <b>Fotos:</b> P. Strodthoff, S. Meißner; js-photo, dampoint, AboutLife, Christoph Walter, japolia, – stockadobe.com
--	--	---	---	--

präsentiert von 

## BODOS APP-EMPFEHLUNG KOMM MIT RAUS, ENTDECKERMAUS

Wolltest du schon immer mal wissen, wie es in der Höhle der kleinen Entdeckermaus aussieht? Und mit ihr gemeinsam den Wald entdecken, im Teich auf Tauchgang gehen und den Garten vor der Haustür erkunden? Ja?! Dann komm mit raus, zur Entdeckermaus! Die liebevoll gestaltete App des tschechischen Studios Circus Atos lädt zum Lernen und Entdecken ein. Gemeinsam mit der kleinen Maus entdecken Kinder



Natur in ihrer Umgebung und treffen auf ihren Streifzügen durch Höhlen, Gänge, den Garten und den Teich auf zahlreiche Tiere und Pflanzen. Die Besonderheit der App sind die eingeblendeten Infotafeln, die sich beim Nutzen der Riesen-Lupe öffnen. Sie verraten nicht nur spannende Sachinformationen über die Tier- und Pflanzenwelt, sondern zeigen auch Fressvorlieben der gezeigten Tiere, erklären den Aufbau der abgebildeten Pflanzen oder den Lebenslauf von Käfern und Larven. Die Erklärungen

sind sehr kindgerecht und anschaulich illustriert und wer die Infotafeln selber noch nicht lesen kann, entdeckt auch in den Illustrationen Spannendes. Allen, die nach dem Spielen der App weiter auf Forschungsreise gehen wollen, sei das gleichnamige Sachbilderbuch der Entdeckermaus ans Herz gelegt, erschienen im cbj-Verlag. Eine faszinierende Forschungsreise durch unsere Natur, die ein wirkliches Gesamtkunstwerk aus Musik, Text und Illustration ist!

Verlag: **Circus Atos**  
Kosten: **4,99 €**  
ab **5 Jahren empfohlen**




ANDROID      IOS

## NACHHALTIGE ROTBUCHENAKTION

Jeder neu gepflanzte Baum hilft, das Klima zu schützen, denn Bäume spielen für unser globales Ökosystem eine bedeutende Rolle. Nicht zuletzt geben sie zahlreichen Tieren und Pflanzen ein Zuhause, reinigen die Luft von Schadstoffen und prägen auch das Landschaftsbild von Delmenhorst. Ihre Erhaltung ist deshalb von zentraler Bedeutung. Dennoch werden seit Jahrzehnten so viele Bäume gefällt, dass diese nicht in gleicher Menge nachwachsen. Das möchte die StadtWerkegruppe ändern: Bei Abschluss eines Strom- oder Gaslieferungsvertrages über 24 Monate erhalten Kunden deshalb noch bis zum 31. März 2020 einen Gutschein für eine Rotbuche gratis dazu.



## STADTWERKE ERNEUT „TOP-LOKALVERSORGER“

„Wir können das“ – in den Versorgungsbereichen Gas, Strom und Wasser ist die StadtWerkegruppe erneut top. Dieses Lob hat die Stadtwerke Delmenhorst GmbH jetzt zum wiederholten Male in Form des Gütesiegels TOP-Lokalversorger 2020 von dem Label Energieverbraucherportal bekommen. Wie schon im vergangenen Jahr konnten die Bereiche Strom, Gas und Wasser überzeugen, sodass die Stadtwerke erneut drei Gütesiegel erhalten haben. Regionales Engagement und verbraucherfreundliche Öffnungszeiten haben auch zur Auszeichnung beigetragen.

Im Bereich Strom überzeugte das ausschließliche Angebot von Ökostrom. Im Bereich Gas konnte die Stadtwerke GmbH mit ihrem klimaneutralen Angebot punkten. Im Bereich Wasser kam insbesondere der ökologische Aspekt zum Tragen: Dazu zählt die Kooperation mit der örtlichen Landwirtschaft ebenso wie der Gewässerschutz. Die Auszeichnung ist das Ergebnis umfangreicher Untersuchungen: Bewertet wurden Kriterien zum Thema Umwelt, Service und Engagement. Das Gütesiegel dient als Kennzeichen für Qualitäts- und Servicestandards.



## TABATA UNTER WASSER

Hochintensiv, schnell und effektiv: Der in Kürze startende „Aqua Tabata“-Kurs in der GraftTherme sorgt für ein anspruchsvolles Training. Das vielseitige Kraftausdauertraining besteht aus mehreren kurzen Intervallen. Im Flachwasser werden einfache, schnelle Übungen mit oder ohne Trainingsgerät ausgeführt. Die Teilnehmer können sich dabei völlig auspowern. Dabei sorgt die hohe Belastungsintensität dafür, dass effektiv Muskeln aufgebaut werden und die Fettverbrennung angekurbelt wird. Teilnehmen kann jeder, der körperlich gesund ist und Lust auf ein intensives Ganzkörpertraining hat. Interessierte erfahren die Kurstermine demnächst auf der Internetseite der GraftTherme.

## FRAUEN AN DIE FRACHT

Du hast Lust, Berufskraftfahrerin zu werden? Dann bewirb dich jetzt bei der StadtWerkegruppe! Denn was Mann kann, kann Frau erst recht. Der große Vorteil dabei – tagsüber haben die Auszubildenden die Möglichkeit, die großen Lkws zu fahren, den Abend verbringen sie jedoch zu Hause. Interessierte melden sich einfach per E-Mail unter: [personal@stadtwerkegruppe-del.de](mailto:personal@stadtwerkegruppe-del.de). Es ist noch ein Ausbildungsplatz für den Start im August 2020 frei. Nähere Infos dazu unter: [www.stadtwerkegruppe-del.de](http://www.stadtwerkegruppe-del.de).



# KATHARINA SCHMIDT

23 Jahre, Masseurin und Kosmetikerin

### Seit wann sind Sie bei der StadtWerkegruppe Delmenhorst?

Seit August 2019 bin ich Teil des GraftTherme-Teams.

### Welche Position üben Sie aus?

Ich bin Masseurin und Kosmetikerin im Wellnessbereich der GraftTherme.

### Wie gestaltet sich Ihr Arbeitstag?

Mein Arbeitsalltag ist sehr abwechslungsreich und richtet sich auch danach, welche Massagen oder Kosmetikbehandlungen von unseren Gästen gebucht werden. Dann bereite ich den Raum und alle für die Behandlungen nötigen Utensilien vor. Nach der Massage oder der Kosmetikbehandlung gestalte ich alles wieder schön für den nächsten Gast.

### Warum haben Sie sich für diesen Beruf entschieden?

Ich habe mein Hobby zum Beruf gemacht. Das Interesse an Kosmetikthemen und Wellness war schon immer da. Wenn ich

Gästen dann mit meiner Arbeit ein Lächeln ins Gesicht zaubern kann, macht mir meine Arbeit noch mehr Spaß.

### Gibt es besondere Voraussetzungen für Ihren Beruf?

Man sollte motiviert sein, Freude im Umgang mit Menschen haben und immer offen sein, etwas Neues zu lernen bzw. sich weiterzubilden. Denn: Man lernt nie aus.

### Welchen Ort in Delmenhorst mögen Sie ganz besonders?

Natürlich die GraftTherme!

### Gibt es einen Ort, den Sie unbedingt noch einmal kennenlernen möchten?

Thailand möchte ich unbedingt mal kennenlernen – das Land, die vielfältige Kultur und natürlich die tollen Strände sind sicher eine Reise wert.

### Wenn Sie für einen Tag in die Rolle einer anderen Person schlüpfen könnten, wen würden Sie wählen und warum?

Ich möchte gerne mal eine Millionärin sein, damit man sich alles kaufen kann, was man möchte.

### Sie müssen alleine auf eine Insel – welche drei Dinge würden Sie unbedingt mitnehmen?

Eine Leuchtpistole, ein Zelt und meinen Hund

### Entweder oder:

- Spielfilm      oder       Tatort
- Bier              oder       Wein
- Stadt             oder       Land
- Bügeln          oder       Abwaschen
- Flohmarkt      oder       eBay



### Kurzer Abriss des bisherigen Berufslebens:

Ich habe die Kosmetikschule in Bremen besucht. Danach habe ich eine Weiterbildung in einem Wellnesshotel in Scharbeutz absolviert.



*E-Bikes stellen eine nachhaltige und klimaschonende Fortbewegungsmöglichkeit dar und können schon zu günstigen Konditionen geleast werden.*

## VON GRÜNEN DÄCHERN BIS HIN ZU KOCHHERDEN IN MALI

Der Klimawandel ist längst bei uns angekommen: heiße Sommer mit langen Trockenperioden, Starkregen. Winter, die keine mehr sind. So weiterzumachen wie bisher können wir uns nicht leisten – es muss sich etwas ändern: Die StadtWerkegruppe ist da schon länger am Ball und hat eine Reihe von Maßnahmen ergriffen sowie in Vorbereitung.

### Photovoltaik

Seit vielen Jahren betreibt die StadtWerkegruppe die Photovoltaikanlage am Bahnhof und eine an der Fassade des Verwaltungsgebäudes. Alle jüngeren Neubauten beziehungsweise Dachsanierungen sind für eine spätere Bestückung mit Photovoltaikmodulen vorbereitet. Dazu zählen die Dächer des Parkhauses, des Reinwasserspeichers sowie des Betriebsgebäudes der Kläranlage. Derzeit befinden sich weitere Neubauten in der Planung, die ebenfalls mit Photovoltaikmodulen ausgestattet werden. Dazu gehört unter anderem

der Neubau eines Werkstattgebäudes mit angrenzenden Sozialräumen. Neben der Errichtung von Photovoltaikanlagen auf den eigenen Gebäuden prüft die StadtWerkegruppe derzeit, ob sie auch die Delmenhorster Bürger und Unternehmen bei der Stromselbstversorgung mit einem Produkt unterstützt.

### Grüne Dächer und Fassaden

Seit vielen Jahren hat die StadtWerkegruppe einige ihrer Dächer begrünt. Bereits bei der Erweiterung des Verwaltungsgebäudes an der Fischstraße wur-

den begrünte Dachflächen eingesetzt. Auch die GraftTherme verfügt über eine Dachbegrünung. Das aktuellste Projekt ist die Dachsanierung des Betriebsgebäudes der Kläranlage. Dort wurde erstmals eine Form der Dachbegrünung gewählt, die sowohl der Entseigerung der Gebäudefläche zugutekommt als auch für die Energiegewinnung ausgelegt ist. Diese Form der Kombination aus begrüntem Dach und Photovoltaikanlage soll ebenfalls bei dem Neubau des Werkstattgebäudes mit angrenzenden Sozialräumen eingesetzt und weiter erprobt werden.

### Weniger Kunststoff

Die StadtWerkegruppe hat sich auf die Fahne geschrieben, den Kunststoffverbrauch zu minimieren. Neben dem Einsatz von Mehrwegbechern, sowohl im Arbeitsalltag als auch auf Veranstaltungen, wurde ein Einwegbecher-Kaffeautomat auf recycelbare Becher umgestellt. Ein weiteres Ziel: die komplette Umstellung auf Mehrweggeschirr. Im Rahmen einer Aktion haben alle Mitarbeiter der StadtWerkegruppe bereits vor Jahren einen Coffee-to-go-Becher aus Edelstahl erhalten. Besonders hoch ist der Einsatz von Einweggeschirr und Besteck in der GraftTherme – das soll sich ebenfalls ändern und daher wird dort derzeit Mehrweg- oder nachhaltiges Geschirr für Gäste erprobt.

### Fuhrpark elektrifizieren

Die StadtWerkegruppe hat sich verpflichtet, den eigenen Fuhrpark zu elektrifizieren. Jede Neuanschaffung muss ein Hybrid-, Plug-In-Hybrid- oder auch ein reines E-Fahrzeug sein. Derzeit besitzt die StadtWerkegruppe sechs reine E-Fahrzeuge, ein Plug-In-Hybrid- sowie acht Hybrid-Fahrzeuge. Alle E-Fahrzeuge werden ausschließlich mit 100% Ökostrom an der eigenen Infrastruktur geladen. Wo derzeit eine elektrifizierte Neuanschaffung weder wirtschaftlich sinnvoll noch technisch möglich ist, wird der Einsatz des Kraftstoffes GTL-FUEL geprüft. Neben dem eigenen Fuhrpark möchte die StadtWerkegruppe dazu beitragen, den Verkehr in Delmenhorst zu elektrifizieren. Aus diesem Grund betreibt sie neun öffentlich zugängliche Ladepunkte an drei Standorten. Das Laden von Fahrzeugen ist dort derzeit kostenlos und erfolgt durch 100% regenerativ erzeugten Strom. Darüber hinaus bietet die StadtWerkegruppe ihren Kunden auch eine Möglichkeit an, ihr Fahrzeug zu Hause mit einer Wallbox zu laden. Analog zu dieser Ladestation für Privatpersonen berät und unterstützt die Gruppe auch Unternehmen bei dem Aufbau von Ladeinfrastrukturen für den



*Die StadtWerkegruppe setzt auch bei ihrem eigenen Fuhrpark auf E-Fahrzeuge.*



*Plastik ade: Auch die GraftTherme setzt auf nachhaltiges Besteck für ihre Gäste.*

eigenen Fuhrpark. Zusätzlich zur E-Mobilität setzt die StadtWerkegruppe weiterhin auf Erdgas als Kraftstoff und betreibt eine Erdgastankstelle in Adelheide in der Nähe der Autobahn.

### E-Bikes dienstlich und privat nutzen

Auch wenn es um klimaschonende Mobilität geht, unterstützt die StadtWerkegruppe ihre Mitarbeiter: Daher können sie zu attraktiven Konditionen ein Fahrrad oder auch E-Bike für den privaten Gebrauch leasen. Ebenfalls stehen ihnen E-Bikes zur Verfügung, um dienstliche Wege innerhalb des Stadtgebietes zu tätigen. Überregionale Fahrten, beispielsweise zu Weiterbildungszwecken, werden grundsätzlich mit öffentlichen Verkehrsmitteln getätigt. Darüber hinaus wird angestrebt, generell externe Termine durch E-Learnings und Videokonferenzen zu ersetzen, um die Reisetätigkeiten weiter zu reduzieren. Auch der Gast des Schwimmbades soll bei seinem Besuch ermutigt werden, auf das Auto zu verzichten: Die StadtWerkegruppe betreibt direkt vor dem Haupteingang der GraftTherme eine öffentliche E-Bike-Ladestation.

### Wildblumenwiesen und Bienenvölker

Im Zuge der Erneuerung und des Austausches von Bushaltestellen hat die StadtWerkegruppe ausschließlich Wartehäuschen mit begrünten Dächern in Planung. Beim Wasserwerk befindet sich bereits eine Wildblumenwiese. Im Außenbereich der GraftTherme soll ebenfalls eine Blumenwiese angelegt werden. Außerdem hält die StadtWerkegruppe Ausschau nach weiteren Flächen, um noch mehr dieser Wiesen einzurichten. Auf einigen Grundstücken der StadtWerkegruppe gibt es Bienenvölker, die von einem Imker betreut werden.

### Auf LED setzen

Bis jetzt hat die StadtWerkegruppe circa 1.000 Laternen im Stadtgebiet durch LED-Leuchten aus-

getauscht. Um den Energieverbrauch weiter zu reduzieren, kommt im Parkhaus und auf dem Verwaltungsgelände eine intelligente, bedarfsgerechte Lichtsteuerung zum Einsatz. Ebenfalls umweltentlastend ist die Umstellung von papierbetonten Arbeitsprozessen auf digitale Lösungen. Im Betrieb der GraftTherme wurden viele Maßnahmen ergriffen, um energetisch CO<sub>2</sub>-neutral beziehungsweise umweltneutral zu sein. Dazu gehören die passive Solarnutzung, der Betrieb des Blockheizkraftwerkes (BHKW), die Wärmerückgewinnung in Lüftung sowie die Badwasseraufbereitung und auch das Badwasserrecycling. Neben dem BHKW bei der GraftTherme besitzt die StadtWerkegruppe zwei weitere BHKWs zur Strom- und Wärmegewinnung. Diese werden ausschließlich mit Biomethan beziehungsweise Klärgas betrieben. Außerdem befinden sich zwei Windenergieanlagen im Bestand der StadtWerkegruppe und tragen zur CO<sub>2</sub>-freie Stromproduktion bei.

### Engagement bis nach Mali

Aber nicht nur innerhalb der Gruppe soll zur CO<sub>2</sub>-Reduzierung beigetragen werden, sondern auch in Delmenhorst. Aus diesem Grund verkauft die StadtWerkegruppe ausschließlich 100 % Ökostrom an ihre Kunden. Im Produktportfolio befinden sich ebenfalls ein CO<sub>2</sub>-neutral gestellter Gastarif sowie Biomethan. Zusätzlich hat jeder Kunde die Möglichkeit, seinen Beitrag zur Papierreduzierung zu leisten. Denn neben dem Online-Vertragsabschluss bietet die StadtWerkegruppe ihren Kunden an, Anfragen auf papierlose Bearbeitung umzustellen und die Rechnung per Mail zu erhalten oder über das Kundenportal abzurufen. Zusätzlich beteiligt sich die StadtWerkegruppe seit vielen Jahren an externen Projekten: energieeffiziente Kochherde für städtische Haushalte in Mali, saubere Energie aus Wasserkraft in Himachal Pradesh (Indien), nachhaltige Energie in der Ziegelproduktion in Brasilien sowie die Pflege heimischer Wälder und Naturlandschaften in unserer Region.

**„Die Welt, in der wir leben, ist uns von den Insekten nur geliehen worden“, hat der französische Naturwissenschaftler und Dichter Jean-Henri Fabre sehr treffend formuliert. Dieses Zitat nimmt die StadtWerkegruppe ernst und wird sich weiterhin für den Klimaschutz einsetzen.**

# WACHTSAMKEIT IM ALLTAG: AUF DEM WEG ZUR ENTSCHEUNIGUNG

Möglichst viel in möglichst kurzer Zeit gleichzeitig erledigen: „Beschleunigung“ heißt ein Phänomen unserer heutigen Zeit. Durch das Mehr an Möglichkeiten stehen viele Menschen unter dem ständigen Druck, das Leben auszukosten und bloß nichts zu verpassen. Dabei gleicht das Leben einer rasenden Achterbahnfahrt – gestresste Workaholics hetzen von einer Aufgabe zur nächsten, schon beim Frühstück kreisen die Gedanken um die Arbeit. Beim Abendessen steht dann bereits die Planung des nächsten Tages im Vordergrund – die Gesellschaft ist stetig in Eile, ständig auf dem Sprung, selten im Hier und Jetzt.



Entschleunigung hilft uns dabei, Abstand vom hektischen Alltag zu finden, zur Ruhe zu kommen und den Stress abzubauen.

## Besinnung auf sich selbst

Um einen Ausweg aus dem Dauerstress zu finden, wirkt eine Entschleunigung Wunder. Mehr Entspannung, eine gesunde Einstellung und bewusstes Innenhalten schaffen Wohlbefinden und innere Ausgeglichenheit. Wer entschleunigt, besinnt sich auf sich, die eigenen Bedürfnisse und das persönliche Wohlbefinden. Die Achtsamkeit stellt dabei eine Form der Meditation dar, die ursprünglich aus dem Buddhismus stammt. Konkret geht es darum, Momente be-

wusst zu erleben und auf seine inneren Regungen zu horchen – ohne jegliche Wertung. Doch um bewusst herunterzuschalten, müssen Betroffene zunächst die persönlichen Stresssignale wahrnehmen. Ein gut entwickeltes Ich-Bewusstsein hilft dabei, Gedanken, Gefühle und Handlungen zu hinterfragen. Schon kleine Veränderungen führen zu einer Verbesserung des Ich-Bewusstseins. Oft hilft es schon, sich mehrmals am Tag eine Minute Zeit zu nehmen und in dieser Zeit bewusst nichts zu tun.

## Vielfältige Möglichkeiten zum Abschalten

Es muss nicht immer eine Reise ans andere Ende der Welt sein, um sich eine Auszeit zu nehmen – oft genügt schon ein Tag oder auch nur eine Stunde, um zur Ruhe zu kommen. Ob ein Spaziergang an der frischen Luft, Fahrradfahren, Meditieren, ein Besuch in der Sauna, eine wohltuende Badewanne oder einfach mal nichts tun: Jedem hilft etwas anderes, zu entspannen. Allerdings gilt hier eine Grundregel: Regelmäßige Lücken im Kalender

## Schon gewusst?

Um eine wohltuende Auszeit vom Alltag zu erleben, bietet etwa die Graft-Therme vielfältige Möglichkeiten, dem Körper und der Seele Entschleunigung zu bieten. Erholung pur verspricht dabei beispielweise der 11.000 Quadratmeter große Saunabereich. Neben der Reinigung und Entschlackung des Körpers und der Stärkung des Immunsystems stellt das Saunieren für den ganzen Körper eine Wohltat mit positiven Nebenwirkungen dar. Mehr Informationen finden Interessierte auf der Homepage des Delmenhorster Wohlfühlbades: [www.grafttherme.de](http://www.grafttherme.de).



Bewusst mal nichts tun: Schon kleine Auszeiten im Alltag sorgen für eine bessere Lebensqualität.

helfen, bewusst Auszeiten in den Tagesablauf einzuplanen. Zudem hilft es, das Smartphone in den Ruhepausen abzuschalten, denn auch die ständige Erreichbarkeit kann zu einem enormen Stressaufbau beitragen.

## Bye-bye, Multitasking!

Mails checken, kurz telefonieren und nebenbei noch ein paar Termine in den Kalender eintragen? Wenn alle Aufgaben des Tages durcheinanderwirbeln, dann sollte einen Moment innegehalten und der Fokus auf die wichtigste Aufgabe gelenkt werden. Denn der Versuch, mehrere Dinge gleichzeitig zu erledigen, stresst nur umso mehr.

## Bewegung als Lösung

Stressabbau mithilfe von Sport gilt als altbewährtes Mittel. Um zu entschleunigen, eignen sich bereits einfache Sportarten wie Joggen oder Nordic Walking. Viele setzen jedoch auch auf ganzheitliche Sportarten wie Yoga. Sie sollen Körper, Geist und Seele gleichermaßen trainieren und dadurch beim Entspannen helfen.

## Slow Food

Selbst für das Essen nehmen sich die Menschen heutzutage immer weniger Zeit. Doch wer auf Dauer sein Essen herunterschlingt, muss negative Folgen für seine Gesundheit befürchten. Wer bewusst



Slow Food steht für gesunde Ernährung und bewusstes Genießen der einzelnen Mahlzeiten.

langsam isst, schafft eine kleine Auszeit mitten im Alltag. Denn auch hier gilt: langsam essen, achtsam sein und sich ganz auf den Moment der Nahrungsaufnahme konzentrieren.

## In sich hineinhorchen

Der Mensch gilt als Gewohnheitstier und ebenso, wie er sich das „Beschleunigen“ antrainiert hat, kann er üben, die „entschleunigten“ Momente immer öfter Teil seines Lebens werden zu lassen. Deshalb sollten gestresste Menschen zuallererst in sich hineinhorchen, was sie selbst möchten. Dies hilft gleichzeitig, zu erkennen, dass es guttut, auch mal das zu machen, was man selbst möchte und nicht nur das, was andere von einem erwarten.



Schon ein Spaziergang im Grünen trägt zur inneren Entspannung und Entschleunigung bei.

# HELDEN DES ALLTAGS: DIE FREIWILLIGE FEUERWEHR DELMENHORST



Die Freiwillige Feuerwehr Delmenhorst ist gut ausgestattet: Herzstück sind die Einsatzfahrzeuge.

Vom Kindheitstraum in die Wirklichkeit: Was die Frauen und Männer der freiwilligen Feuerwehr leisten, wofür sie ihre Freizeit opfern und warum sich für sie alles um das Wohl der Delmenhorster dreht.

## Struktur der Feuerwehr Delmenhorst

Die Stadt Delmenhorst ist nach dem Niedersächsischen Brandschutzgesetz Träger der kommunalen Feuerwehr innerhalb der Stadtgrenzen. Im Stadtgebiet leben mehr als 80.000 Einwohner. Zur Sicherstellung des Brandschutzes und der Hilfeleistung unterhält Delmenhorst seit 2012 eine Berufsfeuerwehr mit einem eigenen Fachdienst und drei freiwillige Ortsfeuerwehren.

### Die drei freiwilligen Ortsfeuerwehren gliedern sich in:

- Ortsfeuerwehr Stadt
- Ortsfeuerwehr Süd
- Ortsfeuerwehr Hasbergen

## Hundertschaft für Delmenhorst

125 Jahre Feuerrrettung: 1895 gründete sich die Freiwillige Feuerwehr Delmenhorst-Stadt auf Geheiß der damaligen Stadtväter. Seinerzeit ging die Einheit aus den Mitgliedern des Delmenhorster Turnvereins hervor, welche die „Delmenhorster Turner-Feuerwehr“ ins Leben riefen. Heute handelt es sich dabei um die Freiwillige Feuerwehr Delmenhorst-Stadt, die zugleich mit etwa 111 Frauen und Männern die größte Wehr im Stadtgebiet ist. Seit 1974 ist sie an der Rudolf-Königer-Straße zusammen mit der Berufsfeuerwehr (ehemals Hauptamtliche Wachbereitschaft) und der Jugendfeuerwehr untergebracht. Vor fast zwanzig Jahren wurden die Gebäude saniert und um einen Zweckbau erweitert, sodass mehr Platz auf dem Gelände entstand. 1927 wurde die Ortsfeuerwehr Hasbergen

gegründet, damals noch in der Gemeinde Hasbergen im Landkreis Oldenburg. Seit der Eingemeindung 1974 gehört sie nun zu Delmenhorst. Mit derzeit 107 Mitglieder ist sie die zweitgrößte Wehr in der Stadt und zog 2018 in das neue, moderne Feuerwehrhaus im Horster Weg. Die jüngste der drei Ortsfeuerwehren ist die Ortsfeuerwehr Süd. Im Zuge der Überprüfung der Leistungsfähigkeit der Delmenhorster Feuerwehr wurde 1992 von der Bezirksregierung Weser-Ems empfohlen, eine weitere Ortswehr zu gründen. Fünf Jahre später war es dann so weit, die Ortsfeuerwehr Delmenhorst-Süd entstand. Am Anfang noch beheimatet in der Rudolf-Königer-Straße, um den Fuhrpark der Ortsfeuerwehr Stadt mitzunutzen, zog sie 1998 in das damals frisch erbaute Feuerwehrhaus in der Annenheider Straße.

## Von Einsatz zu Einsatz

Im Schnitt wird die Freiwillige Feuerwehr Delmenhorst zusätzlich zur Berufsfeuerwehr jeden dritten Tag alarmiert. Professionalität, Flexibilität und Engagement – das verlangen die vielfältigen

Einsätze jedem einzelnen Kameraden ab. Daher wird auch von Februar bis Dezember wöchentlich geübt und alle Handgriffe werden trainiert. Denn im Ernstfall muss alles schnell gehen. Lebenslanges Lernen gehört selbstverständlich auch zu den Aufgaben der ehrenamtlichen Brandbekämpfer: Regelmäßige Fortbildungen und Lehrgänge an der Niedersächsischen Akademie für Brand- und Katastrophenschutz bereiten die Mannschaft auf künftige Einsätze vor. Grundsätzlich hat jede Feuerwehr ihren eigenen Zuständigkeitsbereich, aus dem auch die Mitglieder kommen. Das hat den Vorteil, dass die Freiwilligen keine langen Anfahrtswege haben und sich in ihrem Stadtgebiet auskennen. Trotzdem wird gegenseitige Unterstützung großgeschrieben: Zur Verstärkung anderer Einheiten fahren nach Bedarf auch immer zusätzlich einzelne Orts-, Gemeinde- und Kreisfeuerwehren zu den jeweiligen Einsatzorten, auch wenn diese außerhalb ihrer Zuständigkeitsbereiche liegen. Die Berufsfeuerwehr Delmenhorst ist für das gesamte Stadtgebiet zuständig, die Freiwillige Feuerwehr Hasbergen kümmert sich um das Gebiet nördlich der Friedensstraße und des Laufs der Heidkruger Bäke bis zur Stadtgrenze. Zwischen Friedensstraße und Bäke bis einschließlich der Autobahn 28 / Bundesstraße 75 ist die Freiwillige Feuerwehr Stadt zuständig, ab der Autobahn 28 südlich bis zur Stadtgrenze nimmt sich die Freiwillige Feuerwehr Süd des Schutzes der Bürger an.

## Auch online präsent

Außerhalb der Einsätze gibt unter anderem die Facebook-Seite der Freiwilligen Feuerwehr Stadt Delmenhorst Sicherheitstipps, klärt auf, infor-

## Nachwuchs erwünscht!

Kinder und Jugendliche ab einem Alter von 10 Jahren können bei der Jugendfeuerwehr mitmachen, zusammen lernen, spielen und viel Neues entdecken. Dabei bringen sich alle aktiv bei der Planung des Programms ein. Hier sind alle richtig, die schon immer wissen wollten, wie die Feuerwehr funktioniert und Interesse an gemeinschaftlichen Aktivitäten haben. Denn bei der jungen Feuerwehr ist, wie bei der erwachsenen Ausgabe, jeder willkommen – egal welchen Geschlechts oder welcher Herkunft. Kontakt: [stadtjugendwart@t-online.de](mailto:stadtjugendwart@t-online.de)

miert über Unfälle, Straßensperrungen oder nahendes Unwetter. Der Social-Media-Kanal versteht sich dabei als serviceorientierte Informationsquelle für die Einwohner der Stadt. Auch die Internetseiten der Ortsfeuerwehr Stadt ([www.ff-delmenhorst-stadt.de](http://www.ff-delmenhorst-stadt.de)) und der Ortsfeuerwehr Süd ([www.feuerwehr-delmenhorst-ortsfeuerwehr-sued.de](http://www.feuerwehr-delmenhorst-ortsfeuerwehr-sued.de)) bieten viele interessante Information und Kontaktmöglichkeiten. (E-Mail: [sbm@feuerwehr-delmenhorst.de](mailto:sbm@feuerwehr-delmenhorst.de))

## Jugend ist Zukunft

Im Ehrenamt hat besonders die Jugendarbeit und Nachwuchsförderung einen hohen Stellen-



Zusammenhalt und Loyalität kennzeichnen die ehrenamtliche Truppe, die sich immer über Nachwuchskräfte freut. Hier bei der Kreisausbildung der Maschinisten in Hasbergen.

wert. Auch die Delmenhorster Freiwilligen sehen das so: Seit 1992 existiert die Jugendfeuerwehr Delmenhorst. Mit ihren drei Ortsfeuerwehren Süd, Hasbergen und Stadt betreiben sie mit dem Ziel der Nachwuchsförderung eine gemeinsame Stadtjugendfeuerwehr, zu der rund 60 Mädchen und Jungen zählen. Ein wichtiges Anliegen besteht in dem Heranführen von Jugendlichen an die Aufgaben der Feuerwehr. Aufgrund der aktuellen demographischen Entwicklung ist diese Förderung sehr wichtig, da gerade kleinere freiwillige Feuerwehren schon jetzt Personalsorgen haben. Leider ist die Zahl der Quereinsteiger in die Einsatzabteilungen rückläufig, sodass vielerorts die Jugendfeuerwehr die größte Nachwuchsquelle an Einsatzkräften ist. Jeden Dienstag treffen sich die Mitglieder zum gemeinsamen Übungsdienst. Dabei liegt der Fokus auf der feuerwehrtechnischen Ausbildung. Es geht um viele Fragen rund um das Ehrenamt: Wie löscht die Feuerwehr Brände? Wie hilft man bei einem Verkehrsunfall? Welche Geräte sind auf einem Feuerwehrgewagen und wie kommen sie zum Einsatz? So lernt der Nachwuchs bei der praktischen und theoretischen Ausbildung von Anfang an, Verantwortung zu übernehmen. Neben dem Wissen und der Handhabung der technischen Geräte, dem praktischen Umgang mit Strahlrohr und Kübelspritze, Schläuchen und Hydranten lernen die Jüngsten viel über Erste Hilfe. Aber auch das Miteinander und die Förderung der sozialen Kontakte spielen bei der Jugendfeuerwehr eine große Rolle. Die engagierte, internationale, solidarische und auch lustige Truppe erlebt gemeinsam attraktive Freizeitaktivitäten wie Zeltlager, Ausflüge, Sport und Spiel.

## Ehrenamt – ein Leben lang

Viele der ehemals aktiven Ehrenamtlichen gehören zur Seniorenabteilung. An jedem ersten Donnerstag im Monat treffen sich die Ehemaligen im Feuerwehrhaus zum Reden, Lachen, Diskutieren und Beisammensein. Auch gemeinsame Ausflüge stehen auf dem Programm. Manche der Ehemaligen sind auch nach langjähriger Dienstzeit für die Feuerwehr engagiert: sei es in der Jugendabteilung, im Feuerwehrhaus oder beim Ausbau von Fahrzeugen. Denn auch nach der offiziellen, aktiven Laufbahn nimmt das Interesse an den Belangen der Feuerwehr nicht plötzlich ab. Einige Senioren erfuhren bereits Ehrungen für mitunter über 60 Dienstjahre. Das Ehrenamt wird als lebenslange Aufgabe begriffen, der Dienst an Stadt und Mensch endet nicht mit der Pension. Echte Helden des Alltags eben.

## AUS DEM KONZEPT GEBRACHT: SUPERMARKT OHNE VERPACKUNGEN

Unverpackt-Läden liegen im Trend. Gerade in Zeiten von steigendem Umwelt- und Nachhaltigkeitsbewusstsein nimmt ihre gesellschaftliche Bedeutung zu. Auch Delmenhorst steigt auf den Unverpackt-Zug auf: Im April 2020 eröffnet Pia Sattler den ersten Laden, der auf Einwegverpackungen verzichtet – mitten in der Delmenhorster Innenstadt. Ein in das Geschäft integriertes Café mit vegetarischen und veganen Speisen in Bio-Qualität ist ebenfalls in Planung und soll voraussichtlich im Sommer die ersten Kunden empfangen.

### Müll, so weit das Auge reicht

Noch nie war der Anteil an Verpackungsabfällen so hoch wie heutzutage: Ob an der Kühltheke, in der Obst- und Gemüseabteilung oder den Regalen im Gang – potenzieller Müll findet sich in Supermärkten zuhauf. Laut Umweltbundesamt stieg der Anteil an Verpackungsabfällen im Jahr 2017 mit 18,7 Mio. Tonnen auf den bisher höchsten Wert, an dem der private Endverbraucher mit einem Anteil von 47,2 Prozent beteiligt ist. Der deutliche Anstieg von Verpackungen geht neben dem stetig wachsenden Versandhandel auf ein verändertes Verzehr- und Konsumverhalten zurück.

### Kursänderung

Eine regelrechte Gegeninitiative stellen Unverpackt-Läden wie der von Pia Sattler dar, die auf Verpackungen jeglicher Art verzichten. Auch bei den Lieferanten wird darauf geachtet, dass die Waren mit so wenig Verpackung wie möglich auskommen. In Gebinden von 5 bis 25 kg erreichen die Inhalte in doppelwandigen Papiersäcken den

Laden. Was sich dort nicht unterbringen lässt, wird in Plastikeimern geliefert, die nach einem Pfandsystem geregelt sind. Völlig verpackungsfrei lassen sich die Waren dennoch nicht beschaffen. Ein deutschlandweit organisierter Verband der Unverpackt-Szene setzt sich allerdings für die Umstellung auf ein Glaspfandsystem ein, um das Müllaufkommen noch weiter zu reduzieren.

### Supermarkt mal anders

Kennzeichnend für Ladenkonzepte mit unverpackten Waren sind sogenannte „Bulk Bins“. Aus an den Wänden befestigten Glaspfändern lassen sich beliebige Mengen an Nudeln, Bulgur, Haferflocken oder sonstigen Trockenwaren abfüllen. Obst und Gemüse befinden sich darüber hinaus lose in Kisten, Flüssigwaren lagern in Kanistern oder Metallfässern und stehen zum Selbst-Abzapfen bereit. Die Rohstoffe können in eigens mitgebrachte oder im Laden erwerbbar Mehrwegbehälter abgefüllt werden, deren Leergewicht vor dem Einkauf abgewogen und daher nicht mit verrechnet wird.



Lebensmittel zum Selbst-Abfüllen: Pia Sattler setzt bald in ihrem eigenen Laden vermehrt auf Trockenwaren.

### Verpackungsfrei leicht gemacht

Diesem Schema folgt auch Pia Sattlers Unverpackt-Laden in Delmenhorst. Dabei konzentriert sie sich ausschließlich auf Trockenware wie Müsli, Reis, Mehl, Tee, Kaffee und Gewürze. Auch Öl, Essig und sogar Wein soll angeboten werden, auf jegliche Frischwaren verzichtet Sattler aufgrund des guten Angebots lokaler Anbieter. Auch Produkte, die wie Kosmetika, Kinderartikel, Tierfutter und Schmuck nur eingeschränkt oder online verfügbar sind, sollen das Sortiment beinhalten. Mit dem Ziel, auf den Verbraucher zuzugehen und ihm die Umstellung auf eine verpackungsfreie Einkaufsform so einfach wie möglich zu gestalten, plant Besitzerin Sattler auch die Einführung eines Onlineshops mit Lieferservice per E-Bike.



Mehrwegbehälter statt Plastikverpackungen: Hier gilt das Prinzip „zero waste“ – kein Müll.

## SCHNUPPERTAG BEI DER ABFALLWIRTSCHAFT

Für einen Schnuppertag der besonderen Art haben Anneka Maury und Vanessa Heilmann – beide für das Marketing der StadtWerkegruppe Delmenhorst zuständig – ihre Büros verlassen und bei der Abfallwirtschaft lehrreiche Erfahrungen gesammelt.

Es ist Mitte Oktober 2019 um 6.30 Uhr morgens. Um uns herum sind Kollegen in ihrer auffälligen, orangefarbenen Arbeitskleidung, die uns mit einem für diese Uhrzeit fröhlichen „Guten Morgen“ begrüßen. Wir sind heute beide auf einer Biomüll-Tour eingepflegt und versuchen schon jetzt realistisch einzuschätzen, ob wir diesen Arbeitstag heil überstehen. Nach dem Anprobieren unserer Arbeitskleidung und einer kurzen Einweisung verlieren wir keine Zeit, setzen uns zu Michael und Hartmut beziehungsweise Bernd und Ben in die modernen Lkws und brausen los. Wie sind wir da bloß reingeraten?

Das Team der StadtWerkegruppe erfüllt viele Aufgaben in ganz unterschiedlichen Tätigkeitsbereichen. Um einen Einblick in den Arbeitsalltag unserer Kollegen zu erhalten, haben wir die Chance bekommen, einen Tag lang einen ganz anderen Job auszuprobieren. Wir haben also unseren Bürostuhl und PC gegen einen „Orangemann“ und Arbeitshandschuhe bei der Abfallwirtschaft getauscht. Der Grund für unsere Wahl: Obwohl uns die Müllabfuhr jeden Tag begegnet, macht man sich oft keine Gedanken darüber, wie wichtig und anstrengend diese Arbeit ist.

Unser Verdacht, dass wir vielleicht einer besonders leichten Tour zugeteilt worden sind, bestätigt sich nicht. Wir wussten vorher beide nicht, wie schwer – besonders auch die kleinen – Biomülltonnen sein können. Und schon geht es los. Nach einer knappen Stunde, in welcher uns die Arbeit grundsätzlich erklärt wird, steigen wir aus und legen los. Wir sind beide beeindruckt, dass die Biomülltou-



Mit vollem Einsatz: Nach einer kurzen Einarbeitung saßen die Handgriffe beim Leeren der Tonnen.

ren nur von zwei Kollegen gefahren werden. Einer vorn am Steuer und nur eine Person hinten auf dem Trittbrett – und das Tag für Tag, bei Wind und Wetter. Wir sind beide glücklich, relativ gutes Wetter erwischt zu haben.

Die Grundsätze des Tonnen-Leerens klingen machbar. Man zieht den Mülleimer vom Gehweg zur Maschine und schiebt ihn hinten gegen die Anlage. Der Eimer rastet ein, man dreht sich selbst mit einem „eleganten“ Schritt zur Seite, während die Mechanik den Eimer automatisch zur Tonne hebt und ausklopft. Danach schiebt man den Eimer zurück auf den Gehweg, springt auf das Trittbrett und fährt zum nächsten Haus. Im Grunde hört sich das nicht so schwierig an, deshalb ist es umso überraschender, wie sehr man sich doch konzentrieren muss: Schnell ist der Eimer falsch eingehakt, die Knöpfe in der falschen Reihenfolge gedrückt oder der Eimer falsch herum wieder auf den Gehweg gestellt. Nach einer gewissen Einarbeitungszeit sitzen die Handgriffe aber einigermaßen und die Arbeit macht richtig Spaß. Es riecht eigentlich gar nicht so schlimm, wie man es sich bei Biomüll vorstellt. Dies liegt vielleicht aber auch daran, dass es

im Oktober tendenziell nicht mehr so warm ist. Außerdem erlebt man Delmenhorst mal aus einem ganz anderen Blickwinkel, wenn man so früh am Morgen unterwegs ist. Interessant ist auch mitzuerleben, wie die Anwohner auf unsere Kollegen und uns reagieren. Es gibt Menschen, die einfach durch einen hindurchschauen – als wäre man trotz der knallig-orangen Arbeitskleidung unsichtbar. Andere Personen kommen wiederum sogar zur Straße, um kurz mit uns zu schnacken.

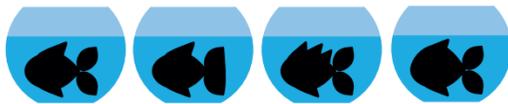
Tatsächlich finden wir die körperliche Belastung – für diesen einen Tag zumindest – erträglich, auch wenn das Tempo schon ziemlich schnell ist. Und vor allem fällt uns auf, wie gewissenhaft die Kollegen ihren Job machen und wie sie sich gegenseitig unterstützen – wenn es passt, wird aus der Fahrerkabine gesprungen, um beim Leeren der Tonnen zu helfen. Unzufrieden mit ihrem Job scheinen unsere vier Kollegen nicht zu sein, und das zu Recht – denn sie können stolz auf ihre Arbeit und das sein, was sie für Delmenhorst leisten. Hartmut ist schon seit 46 Jahren in diesem Beruf tätig, auch wenn der Job über die Jahre nicht einfacher geworden ist. Er hat sogar schon seine Ausbildung bei der Müllabfuhr gemacht. Wir finden wirklich, das hat Lob und Anerkennung verdient. Als wir beide gegen 15 Uhr von unseren Touren zurückkommen, sind wir kaputt, aber auch von einem erlebnisreichen und tollen Tag beeindruckt. Danke an Bernd, Ben, Michael und Hartmut für eure Geduld (wenn es mit den Tonnen etwas länger gedauert hat), die interessanten Gespräche und den Einblick in euren Arbeitsalltag. Da bleibt uns nur zu sagen: Respekt!



Kurzer Stopp: schnell ein Gruppenfoto als Erinnerung an einen interessanten und ereignisreichen Schnuppertag.

## RÄTSELSPASS FÜR KINDER

Ordne jedem Glas den passenden Fisch zu.



a b c d



a b c d

## SCHON GEWUSST?

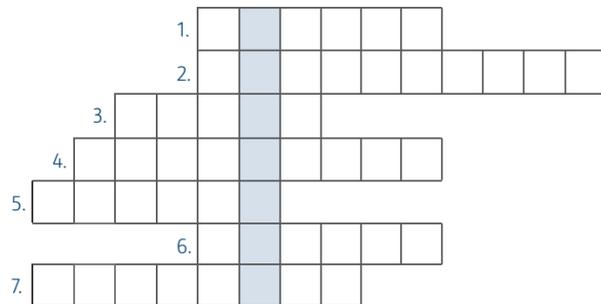
**Schaltjahr – ein Tag mehr oder weniger?**  
365 Tage – so lange dauert ein Jahr. Doch das entspricht nicht ganz der Wahrheit, was besonders am 29. Februar Geborene nur zu gut wissen. Genau genommen beträgt die Dauer eines Jahres nämlich 365 Tage, fünf Stunden, 48 Minuten und 46 Sekunden. Diese Zeit benötigt die Erde, um die Sonne einmal zu umrunden. Damit dauert das sogenannte Sonnenjahr knapp sechs Stunden länger als ein normales Jahr. Was auf den ersten Blick nicht viel erscheint, würde die Kalenderordnung in der Summe gehörig durcheinanderbringen: Im Schnitt würde sich damit die Aufteilung der Jahrestage alle vier Jahre um einen Tag verschieben. In 28 Jahren wäre es bereits eine ganze Woche und nach 120 Jahren ein kompletter Monat. In diesem Szenario läge Weihnachten im Januar und weitere 120 Jahre später im Februar, Jahreszeiten würden sich nicht mehr auf bestimmte Monate übertragen lassen und insgesamt wären kalendarische Stichtage hinfällig, weil sie keiner Regelmäßigkeit mehr unterliegen würden. Um dieses Durcheinander zu verhindern, gewinnt der Februar alle vier Jahre den 29. Tag hinzu – so auch im Jahr 2020. Da das Sonnenjahr jedoch nicht haargenau sechs Stunden länger als das Kalenderjahr ist, summiert sich auch diese Differenz auf Dauer. Aus diesem Grund fallen in 400 Jahren drei Schaltjahre aus, wie zuletzt 1900. Übrigens: Wer an einem 29. Februar geboren wurde, hat laut Bürgerlichem Gesetzbuch (BGB) offiziell am 1. März Geburtstag und erreicht beispielsweise auch an diesem Datum seine Volljährigkeit.

## MITMACHEN LOHNT SICH

Rätseln Sie mit und gewinnen Sie mit etwas Glück tolle Preise!

1. Preis: Teleskop
2. Preis: Crêpemaker
3. Preis: Sporttasche

Einfach Rätsel ausfüllen und Lösungswort bis zum 31.03.2020 per Post an: StadtWerkegruppe Delmenhorst, Stadtwerke Delmenhorst GmbH, Anneka Maury, Fischstr. 32-34, 27749 Delmenhorst oder per E-Mail an [marketing@stadtwerkegruppe-del.de](mailto:marketing@stadtwerkegruppe-del.de) senden.



1. Unverpackt-Läden erhalten ihre Waren zum Beispiel in doppelwandigen Säcken aus ...
2. Die Freiwillige Feuerwehr Delmenhorst-Stadt ging ursprünglich aus den Mitgliedern vom Delmenhorster ... hervor.
3. Was soll zur Begrünung der Stadt im Außenbereich der GraftTherme angelegt werden? Eine Blumen...
4. Zum elektrifizierten Fuhrpark der StadtWerkegruppe zählen aktuell sechs reine E-...
5. In welcher Farbe leuchtet die Arbeitskleidung der Abfallwirtschaft?
6. Ein Spaziergang an der frischen Luft, Fahrradfahren, Meditieren, ein Saunabesuch, eine Badewanne oder einfach mal ... zu tun, hilft beim Abschalten.
7. Wann treffen sich die Mitglieder der Jugendfeuerwehr Delmenhorst zum gemeinsamen Übungsdienst? Jeden ...

Teilnahmeschluss ist der 31.03.2020. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Mitarbeiter der StadtWerkegruppe Delmenhorst und deren Angehörige sind von der Teilnahme ausgeschlossen. Auflösung und Gewinner in Heft 28. Wir werden die Informationen nur insoweit speichern, verarbeiten und nutzen, soweit dies für die Durchführung des Gewinnspiels erforderlich ist bzw. eine Einwilligung des Teilnehmers vorliegt. Dies umfasst auch eine Verwendung zur Ausübung der eingeräumten Nutzungsrechte. Die Daten werden ausschließlich zur Durchführung des Gewinnspiels verwendet und anschließend gelöscht.

**Das Lösungswort des Rätsels in Ausgabe 26 lautete: RENTIER.**

Den 1. Preis, einen Wassersprudler, erhält Peter Goldmann. Den 2. Preis gewinnt Edna Ruppenthal, sie darf sich über eine Thermo-Trinkflasche freuen. Brunhild Köller gewinnt den 3. Preis, ein GraftTherme-Handtuch.

# FRAUEN AN DIE FRACHT

Interesse?  
Gleich  
bewerben.

## DU HAST LUST BERUFSKRAFTFAHRERIN ZU WERDEN? WIR SUCHEN DICH!

Mache Deine Ausbildung bei uns. Hier fährst Du die großen 40-Tonner und bist trotzdem jeden Abend zu Hause.

### Du hast Interesse?

Melde Dich gerne per E-Mail bei uns: [personal@stadtwerkegruppe-del.de](mailto:personal@stadtwerkegruppe-del.de)

Nähere Informationen findest Du im Internet: [www.stadtwerkegruppe-del.de](http://www.stadtwerkegruppe-del.de)

WIR KÜMMERN UNS DRUM.

**STADTWERKEGRUPPE**  
DELMENHORST

---

# 100% FÜR DEINE ZUKUNFT!

---

## Wir bieten Dir:

- || Interessante Ausbildungsberufe
- || Einen soliden Job mit Zukunft
- || Attraktive Vergütung
- || Geregelte Arbeitszeiten
- || Viele interne Seminare
- || Teambildungsfahrten
- || Eine ständige Azubi-Betreuung
- || Firmenfitness-Programm
- || Unterstützung bei der Wohnungssuche
- || Wir übernehmen die Fahrtkosten zur Berufsschule, Prüfungsvorbereitungskurse, Arbeitskleidung und Lehrmaterialien für Dich.
- || Freiraum für die Erledigung schulischer Aufgaben
- || Verantwortung für eigene Projekte
- || Perfekte Vorbereitung auf ein Studium

Zum 01. August 2020 suchen wir engagierte, junge Menschen (m/w/d) für die folgenden Ausbildungsberufe:

- || **Fachkraft für Kreislauf- und Abfallwirtschaft**
- || **Fachfrau/-mann für Systemgastronomie**
- || **Fachangestellte/r für Bäderbetriebe**
- || **Berufskraftfahrer/in**

**BEWIRB  
DICH  
JETZT!**

**Du hast es in der Hand: Gestalte Deine Zukunft!**

Bitte sende Deine Bewerbung per E-Mail an [bewerbung@stadtwerkegruppe-del.de](mailto:bewerbung@stadtwerkegruppe-del.de).  
Wir freuen uns, von Dir zu hören!

WIR KÜMMERN UNS DRUM.

**STADTWERKEGRUPPE**  
DELMENHORST