

Heimatvorteil

Ein Gewinner des AVU-Schulwettbewerb: die Grundschule Schnellmark mit ihrem grünen Klassenzimmer

Wir machen das

Gemeinsam für eine
sozial und ökologisch
gerechtere
Zukunft

WWW.AVU.DE

ANSCHAULICH LERNEN im grünen Klassenzimmer
GRÜNER H₂ CAMPUS Welches Potenzial bietet Wasserstoff?
WEIHNACHTEN Geschenke, die von Herzen kommen

Thema dieser Ausgabe

Wir machen das

SEITE 08 INTERVIEW

Prof. Dr. Mi-Yong Becker ist überzeugt: Nachhaltigkeit geht alle an und muss deshalb gerecht gestaltet werden.

SEITE 12 NOBODY'S PERFECT

Warum nachhaltige Neujahrsvorsätze so häufig scheitern und wie sich das ändern lässt. Ein Leitfaden.

SEITE 18 FERNWÄRME

Die AVU Netz checkt das Potenzial von Wasserstoff für die Wärmewende. Kann H₂ zukünftig sogar Erdgas ersetzen?

SEITE 26 IHRE STÄRKE

In unserer AVU-Vorteilswelt finden Sie viele Angebote, die für Entschleunigung und positive Momente im Alltag sorgen.



STROM VOM PARKPLATZ

Solar-Parkplätze erzeugen dezentral grünen Strom und nutzen bereits versiegelte Flächen sinnvoll. Die AVU testet das jetzt an ihrem Unternehmenssitz in Gevelsberg.



10

VON NEBENAN

Bewusst lokal einkaufen stärkt die heimische Wirtschaft, schont die Umwelt und bringt obendrein auch Vorteile für einen selbst.



14

FRISCH GEKÜRT

17 nachhaltige Schulprojekte im Ennepe-Ruhr-Kreis haben beim AVU-Schulwettbewerb 2024 gewonnen. Wir stellen zwei der frisch gekürten Gewinnerprojekte vor.

24

VEGGIE CHRISTMAS

In vielen Familien gehört die Weihnachtsgans auf den Tisch, während andere sich traditionell an Kartoffelsalat mit Würstchen halten. Aber es gibt inzwischen auch vegetarische Alternativen. Lecker!



Liebe Leserinnen, liebe Leser,

oh du stressfreie Weihnachtszeit! Kaum ist der goldene Herbst zu Ende, läuft der Countdown zum Weihnachtsfest. Der Kopf ist voll

mit dem Jahresabschluss bei der Arbeit, Ideen für Geschenke und der Menüzusammenstellung für die Feiertage. Dabei würde es so guttun, sich die wohlverdiente Ruhe zu gönnen, um das – viel zu kurze – Jahr Revue

passieren zu lassen und an das zu denken, was wirklich im Leben zählt: an das Miteinander, an Mitmenschlichkeit und die Zuwendung zu Menschen, die uns nahestehen.

Und daher habe ich schon jetzt viele gute Vorsätze für das neue Jahr. Ich möchte nachhaltiger leben, toleranter sein, mich mehr engagieren ... Mal sehen, ob ich durchhalte. Die Schülerinnen und Schüler, die sich an unserem Nachhaltigkeits-Wettbewerb beteiligt haben, haben das jedenfalls problemlos geschafft. Wie, lesen Sie in diesem Heft.

Ein ruhiges, gemütliches Weihnachtsfest und ein glückliches neues Jahr wünscht

Britta Worms

Britta Worms, Chefredaktion
Heimatvorteil



IMPRESSUM

HERAUSGEBER: AVU Aktiengesellschaft für Versorgungs-Unternehmen, An der Drehbank 18, 58285 Gevelsberg, Internet: www.avu.de, Telefon 02332 73-168, Fax: 02332 73-314, E-Mail: heimatvorteil@avu.de • FOTOS: Martin Leclair (Titel, 3, 14-17, 22-23); iStock.com - PhonlamiPhoto, evgenyatamanenko, Larisa Stefanuyk (4); LUKAS PALIK FOTOGRAFIE (8-9); iStock.com - Hispanolistic (10-11); Good on You (11); iStock.com - Iryna Melnyk (12); iStock.com - Helena Kudinova, Olena Kudinova, Panptyts (13); stock.adobe.com - asetrova (15); iStock.com - Panptyts (16); iStock.com - FrankRampott (17); iStock.com - Jian Fan, Mike Triapitsyn, Steven van Soldt, Scharfsinn86, Cristina Gaidau (20-21); iStock.com - chinumaru (22-23); ANTJE PLEWINSKI (24-25); Picture Press (25); iStock.com - mediaphotos (26); iStock.com - SolStock, gradyreese (27) • REDAKTION: Britta Worms und Nicole Lücke • VERANTWORTLICH: Ines Wingenbach in Zusammenarbeit mit trurnit GmbH, Hohe Straße 1, 44139 Dortmund • LAYOUT: Anne Dahms, trurnit GmbH | trurnit Publishers, Ottobrunn • DRUCK: Evers-Druck GmbH – ein Unternehmen der Eversfrank Gruppe, Meldorf. Heimatvorteil wird im Auftrag der AVU an alle Haushalte im AVU-Netzgebiet kostenlos zweimal im Jahr verteilt.

NEWS
aus der Region



Das ist Julia

HILFE IN ALLEN FRAGEN

Um Sie einfacher, gezielter und schneller beraten zu können, gibt es ab sofort unsere neue digitale Mitarbeiterin Julia. Sie ist ein Chatbot und 24 Stunden am Tag für Sie da. Julia beantwortet schnell und effizient Ihre Fragen und liefert Infos zu Themen rund um die AVU. Natürlich befindet sich Julia noch in der Ausbildung und lernt mit jeder Frage dazu. Sie möchten zum Beispiel die aktuellen Öffnungszeiten unserer Treffpunkte wissen oder Sie haben Interesse an einem unserer Produkte? •

 **Fragen Sie Julia!**
www.avu.de/service

All inclusive: Ihre Heizung jetzt auch zur Miete



TSCHÜSS ANSCHAFFUNGSKOSTEN! Planung, Kauf und Installation einer neuen Heizung haben ihren Preis. Wir haben die richtige Lösung für Sie: Mieten Sie einfach Ihre neue Heizung!

Wir kümmern uns um die optimale Wärmeversorgung für Ihr Zuhause, um Einbau, Wartung, Notdienst und alles Weitere. Abgestimmt auf Ihre Bedürfnisse bieten wir Ihnen smarte Heizsysteme wie die Kombination aus einer Gasbrennwertheizung plus Wärmepumpe, Wärmepumpe mit oder ohne Photovoltaik •

 **Weitere Infos:**
www.avu.de/Heizungsmiete

Günstige Energie nutzen

AVU DYNAMICSTROM: Unser besonderes Angebot für Smart-Meter-Kunden. Ob es um die Waschmaschine geht oder das Aufladen des Elektroautos: Schließen Sie Geräte an, wenn besonders viel erneuerbare Energie ins Netz eingespeist wird und dadurch die Strompreise fallen. So können Sie Ihren Verbrauch und die Kosten selbst managen. Denn unser Tarif folgt den dynamischen Preisentwicklungen am Strommarkt •

 **Wollen Sie mehr wissen?**
www.avu.de/dynamicstrom

NEWS
aus der Region



Es grünt so grün ...

WEISSE WINTERLANDSCHAFT

– wie langweilig. Wenn Sie in der grauen Jahreszeit Lust auf Farbe haben, gehen Sie einfach mit offenen Augen durch Ihre Stadt. Die Graffiti-Künstler Martin Heuwold aka MEGX und Ognjen Pavic haben jetzt noch mehr Verteilerschränken der AVU Netz einen neuen Look verpasst: mit Bildern von blühenden heimischen Heilkräutern. Echte Hingucker für alle, die den Frühling herbeisehnen •



VERTEILER-KÄSTEN

Hier können Sie die Kunstwerke bewundern. Im Kreis im Uhrzeigersinn von links oben: Kastanie, Schwelm, Walderdbeere, Sprockhövel. Artischocke, Breckerfeld. Sonnenblume, Gevelsberg. Königskerze, Breckerfeld. Hagebutten, Breckerfeld. Knoblauchsrauke, Gevelsberg.

Abonnieren Sie unseren Newsletter

Dranbleiben. Wissen, was los ist bei der AVU und in der Region EN – mit unserem Newsletter bekommen Sie regelmäßig aktuelle Infos aus der Region, Hinweise zu Produkten, Dienstleistungen und Sonderaktionen, dazu praktische Tipps für mehr Energieeffizienz. Das alles schicken wir Ihnen kostenlos per Mail. Melden Sie sich gleich an:



WIR MACHEN DAS
SONNE TANKEN

**DOPPELT
GENUTZTER
PLATZ**

So wird der Parkplatz
vorm Verwaltungs-
gebäude der AVU
bald aussehen. Solar-
module sammeln die
Sonnenenergie ein.

Top für Umwelt und Schattenparker

Bei der AVU werden die Parkplätze
bald zum **SOLARKRAFTWERK**.

PV-PARKPLÄTZE sind ein prima Lieferant für sauberen Strom und helfen, versiegelte Flächen sinnvoll zu nutzen. Ganz schön nachhaltig, oder? Es gibt noch einen dritten Vorteil: Jeder Sonnenstrahl, der auf diese Solarpaneele trifft, wird zu sauberer Energie für E-Autos, die direkt vor Ort geladen werden können.

Für Technikfans hier noch alle wichtigen Daten auf einen Blick: Auf dem 1.968,4 Quadratmeter großen Solarparkplatz werden 1.008 Module verbaut (Gesamtleistung 443,52 kWp). Zusammen werden

sie etwa 414.000 Kilowattstunden sauberen Strom pro Jahr liefern.

Fast die Hälfte des produzierten PV-Stroms wird die AVU direkt am Standort An der Drehbank in Gelsberg nutzen. Der Rest wird ins öffentliche Stromnetz eingespeist.

Das tolle Projekt wird durch das Förderprogramm progres.nrw – Klimaschutztechnik unterstützt. Konzeption und Gestaltung der Parkplatz PV stammen von „Rübsamen Partner“ •

 Sie wünschen sich ebenfalls Solarmodule? Hier finden Sie Infos: <https://avu.de/meinsolar>

Gerechtigkeit für alle



„MENSCHEN
KÖNNEN IHRE
GEWOHNHEI-
TEN UND UNTER-
NEHMEN IHRE
GESCHÄFTS-
MODELLE HIN-
TERFRAGEN UND
ZUKUNFTSFÄHIG
MACHEN!“

**PROF. DR.
MI-YONG BECKER**
ist überzeugt, dass Nach-
haltigkeit alle angeht und
deshalb gerecht gestaltet
werden muss.

NACHHALTIGKEIT geht uns alle an, und damit ist nicht nur das Thema Klimaschutz gemeint.

MI-YONG BECKER IST PROFESSORIN für Nachhaltigkeit mit ökonomischer Ausrichtung an der Hochschule Bochum. Beim „zeero day“ 2024 in Hattingen, der sich an Unternehmen richtete und von der AVU mitorganisiert wurde, war sie Referentin für das Thema Nachhaltigkeit. Wir haben mit ihr über gesellschaftlichen Wandel und Bio-Gurken gesprochen.

Heimadvorteil: Frau Becker, was ist Nachhaltigkeit?

Mi-Yong Becker: Nachhaltigkeit bedeutet im Wesentlichen, den Zugang zu Ressourcen gerecht zu verteilen. Das betrifft alle Dimensionen. Also wer wird wie mit Gütern bedacht und ausgestattet?

In der öffentlichen Diskussion ist mit Nachhaltigkeit meistens Klimaschutz gemeint.

Klar, der ist zentral, aber der Erhalt der Biodiversität etwa ist genauso wichtig. Unterm Strich geht es darum, als Gesellschaft fit für die Zukunft zu bleiben, und zwar über Zusammenhalt – und Produktivität.

Das klingt sehr abstrakt. Wo soll man anfangen?

Wir müssen uns ein Gesamtbild verschaffen. Erst dann wird klar, was für Anforderungen sich daraus beispielsweise für Kommunen und für jede einzelne Person ergeben.

Können Sie ein Beispiel geben, was das für den Einzelnen bedeutet?

Meines Erachtens wäre es sinnvoll, so denn möglich, die eigene Widerstandskraft zu stärken – um seine Ressourcen so lange wie möglich zu erhalten.

Kommen wir doch einmal kurz zum Thema Klimaschutz.

Viele Menschen haben das Gefühl, dass es ohnehin nichts bringt, wenn sie im Kleinen etwas tun, also beispielsweise Bio-Produkte kaufen. Was sagen Sie denen?

Natürlich ändert es die Welt nicht, Äpfel aus der Region zu kaufen, statt aus Neuseeland. Was viele Menschen aber unterschätzen, ist ihre Vorbildfunktion. In dieser Hinsicht sind Bio-Produkte ein gutes Beispiel. Sie gehören inzwischen selbstverständlich zum Sortiment jedes Supermarktes. Das war vor einigen Jahren anders. Wer selbst nachhaltig handelt,

trägt also dazu bei, dass ein gesellschaftlicher Wandel stattfindet.

In welcher Hinsicht nehmen Sie privat eine Vorbildfunktion ein?

Ich habe zum Beispiel kein Auto, was meistens funktioniert. Im Zug kann ich gut arbeiten, auch das ist eine von vielen Lösungen. Es muss alltagstauglich sein und man muss ausprobieren!

Welche Rolle spielen Unternehmen, wenn es um Vorbildfunktionen geht?

Bei Unternehmen geht es um verschiedene Ebenen. Auf der einen Seite bieten sie neue Möglichkeiten, etwa das Job-Rad, ein gutes Grünflächen-Management oder nachhaltige Lieferketten. Unternehmen schaffen aber auch Lebensverhältnisse für ihre

NEUE REGELUNG

Laut der neuen Corporate Sustainability Reporting Directive (EU), kurz CSRD, müssen große Unternehmen künftig darstellen, wie sie mit sozialen und ökologischen Herausforderungen umgehen. Die AVU erstellt ihren ersten Nachhaltigkeitsbericht bereits für 2024, ein Jahr vor der offiziellen Verpflichtung •

Beschäftigten. Dazu gehören zum Beispiel die Bereiche betriebliche Gesundheitsförderung und lebenslanges Lernen. Und schließlich können sie ihre Geschäftsmodelle infrage stellen – und zukunftsfähig ausrichten.

Ist es aktuell so, dass viele Unternehmen aktiv versuchen, nachhaltiger zu werden?

Es findet definitiv ein Umdenken statt. Allerdings ist das häufig von außen getrieben, wie etwa durch die Nachhaltigkeitsberichtserstattung nach CSRD.

Welche Bedeutung hat diese Nachhaltigkeitsberichtserstattung?

Deutlich mehr Unternehmen sind ab dem Geschäftsjahr 2025 verpflichtet, einen entsprechenden Bericht zusammen mit ihrer Jahresbilanz vorzulegen. Interessant ist dabei, dass sich dadurch der strategische Blick in den Unternehmen verändern wird. Nachhaltigkeit rückt stärker in den Fokus, weil die Unternehmen für potenzielle Investoren attraktiv bleiben müssen.

Also wird in nachhaltige Unternehmen mehr Geld investiert?

Das ist das Ziel. Es ist mittlerweile auch verpflichtend für Banken, dass sie Nachhaltigkeitskriterien anlegen, bevor sie einen Kredit vergeben und dass sie über ihre Kreditvergabe in Richtung Nachhaltigkeit ebenfalls berichten •

Nachhaltigkeit von nebenan

Wie schön, wenn man im **KLEINEN LADEN UM DIE ECKE** die letzten Geschenke und beim Feinkosthändler in der Innenstadt die Zutaten für das Festessen bekommt. Wäre das nicht mehr ein Stück Lebensqualität verloren.

VIELLEICHT FRAGEN SIE SICH, warum Sie regional kaufen sollten, wenn es doch im Onlineshop ein bisschen günstiger ist. Doch es geht hier nicht nur ums Geld. Regional einkaufen bedeutet auch nachhaltig einkaufen und in die Zukunft der Region investieren. Wer lokal einkauft, unterstützt regionale Geschäfte, Handwerksbetriebe, Dienstleister oder auch einen Energieversorger wie die AVU. Sie alle sichern Arbeits- und Ausbildungsplätze vor Ort, zahlen hier Steuern und investieren ihre Gewinne wieder in die Region. Sie unterstützen Vereine und engagierte Menschen in der Region. So entsteht ein gesunder Wirtschaftskreislauf, von dem Sie, Ihre Nachbarn und auch noch zukünftige Generationen profitieren werden. Klar, dass auch der Umweltaspekt

bei regionalem Shoppen nicht zu verachten ist. Oft wissen wir nicht, welche Reise das Essen hinter sich hat, bis es im Laden ankommt. Ganz anders bei einer regionalen Dienstleistung: Sie ist schon an der Postleitzahl zu erkennen. Die Transport- und Anfahrtswege sind kürzer und dadurch wird die Luft weniger verschmutzt. Der Geldbeutel profitiert ebenfalls, denn jeder Kilometer weniger muss nicht bezahlt werden. Beim Anbieter um die Ecke ist zudem die richtige Ansprechpartnerin meist schneller gefunden, die Beratung ist persönlich und individuell. Und noch etwas ist von Vorteil: Vor Ort lässt es sich viel leichter überprüfen, ob den Nachhaltigkeitsversprechen, die große Unternehmen auf ihren Internetseiten anpreisen, in Wirklichkeit auch Taten folgen.

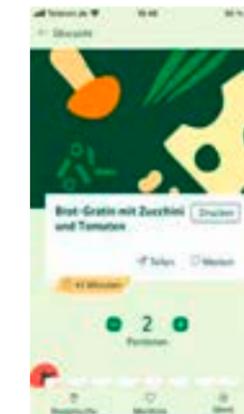
Nachhaltigkeit bei der AVU

Wir bei der AVU nehmen Nachhaltigkeit sehr ernst. Schon beim Einkauf von Materialien zählt bei uns der Umweltaspekt. Wir bauen viele Anlagen, die grüne Energie erzeugen. Wir unterstützen Sie auf dem Weg zu mehr Klimafreundlichkeit und helfen Unternehmen, umweltfreundlicher zu wirtschaften. Zudem erstellen wir einen Nachhaltigkeitsbericht. Was für viele nur eine Pflicht ist, ist für uns eine Herzensangelegenheit. Daher haben wir Kund*innen, Lieferanten, Kapitalgeber, Lokalpolitiker*innen, Mitarbeitende und Aufsichtsgremien zum Thema Nachhaltigkeit befragt. Die Ergebnisse werden gerade ausgewertet und sollen uns helfen, unsere tägliche Arbeit künftig in Ihrem Sinne hier vor Ort nachhaltiger zu gestalten •



MIT DIESEN SMARTEN APPS

fällt es Ihnen womöglich leichter, Ihren Alltag nachhaltiger zu gestalten.



LEBENSMITTEL RETTEN XXL: ZU GUT FÜR DIE TONNE

Lecker mit Resten kochen? Das geht ganz einfach mit der App Zu gut für die Tonne! des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft. Mit vielen kreativen Rezepten sowie Tipps zur Haltbarkeit und Aufbewahrung von Lebensmitteln hilft sie Ihnen bei der leckeren Resteverwertung – so easy ist es, Essen zu retten!



REGIONAL EINKAUFEN: REGIOAPP

Kurze Wege sparen Energie für Transport und Lagerung. Regionale Produkte sollten bei einem nachhaltigen Einkauf daher ganz oben auf der Liste stehen. Dabei hilft die RegioApp. Sie zeigt unter anderem Wochenmärkte und Hofläden im Umkreis und liefert zusätzliche Infos wie Öffnungszeiten, Angebote und Bio-Siegel.

ECOSIA

DIE GRÜNSTE SUCHMASCHINE: ECOSIA

Ecosia ist eine umweltfreundliche Suchmaschine, die ihre Einnahmen aus Werbeanzeigen nutzt, um Bäume zu pflanzen. Mit jeder Suche auf Ecosia tragen Nutzer*innen dazu bei, weltweit ökologische Projekte zu unterstützen.

NACHHALTIGE MODE: GOOD ON YOU

Sie möchten Kleidung kaufen, die unter fairen Bedingungen produziert wurde und ohne schädliche Stoffe? Die App Good on you bewertet Marken für Sie, und zwar international. Die Ökobilanz von mehr als 2.000 Brands ist dort gelistet.

Mehr bewegen, mit dem Rauchen aufhören – oder **nachhaltiger leben**. Solche Neujahrsvorsätze scheitern häufig schon nach wenigen Tagen. Wie lässt sich das ändern? Ein Leitfaden.



Nobody's perfect

ROUTINEN PRÄGEN unseren Alltag mehr, als wir denken. Der „Autopilot“ hilft uns dabei, den Arbeitsspeicher im Hirn zu entlasten. Je weniger wir über unsere Handlungen nachdenken müssen, desto effizienter funktionieren wir.

Gewohnheiten bewusst machen

Deshalb fällt es uns schwer, einmal gelernte Handlungsmuster abzulegen. Der erste Schritt zu einem nachhaltigen Leben liegt also darin, sich die eigenen Gewohnheiten bewusst zu machen. Schiebe ich zum Beispiel alte Joghurts im Kühlschrank immer nach hinten und werfe sie irgendwann einfach weg?

Positive Ziele setzen

Der nächste Schritt sind Vorsätze, um etwas zu verändern. Diese sollten positiv und möglichst konkret formuliert sein – und nicht zu hoch greifen. Nicht: „Ich esse ab sofort kein Fleisch mehr.“ Solch ein Verbot

fühlt sich nicht gut an. Nehmen Sie sich stattdessen vor: „Ich probiere jeden zweiten Tag ein tolles vegetarisches Gericht aus.“

Checkliste anlegen

Schreiben Sie auf, was Sie zu Ihrer neuen Gewohnheit machen möchten, und gegenüber notieren Sie die Handlungsmuster, die Sie damit ersetzen möchten. Dinge abzuhaken, aktiviert das Belohnungssystem im Gehirn und macht uns happy.

Dranbleiben

Seien Sie geduldig mit sich selbst: Es ist völlig normal, mal durchzuhängen. Ziele müssen nicht gleich über Bord geworfen werden, nur weil eine Woche mal nicht so gut war. Starten Sie einfach neu! •

„DAS GEHEIMNIS DES VORANKOMMENS BESTEHT DARIN, DEN ERSTEN SCHRITT ZU MACHEN.“

Mark Twain

Beginnen Sie mit dem **LEICHTEN!** 6 Anregungen für Ihren Alltag.



SCHÖNER SCHENKEN

Produzieren Sie an Weihnachten keine Müllberge: Schlagen Sie Geschenke in Kalenderblätter vom Vorjahr ein. Tolle Alternativen sind Geschirrtücher oder T-Shirts – dann ist die Verpackung ein zusätzliches Geschenk.

MIT PLAN EINKAUFEN

Doppeleinkäufe sorgen für mehr Lebensmittelabfälle. Deshalb vor dem Einkaufen die Vorräte checken. Eine Einkaufsplaner-App hält von Impulskäufen ab.



ENTSPANNT UNTERWEGS

Bewegung ist gesund, trägt zum Stressabbau bei – und ist extrem umweltfreundlich. Wege unter zwei Kilometern sind für die meisten Menschen locker zu Fuß zu schaffen. Probieren Sie es aus!



GRÜNSTROM NUTZEN

Mit dem Wechsel zu AVU grünstrom beziehen Sie klimafreundliche Energie und unterstützen den Bau neuer Anlagen oder Effizienzmaßnahmen in der Region.



DINGEN EIN ZWEITES LEBEN GEBEN

Kaufen Sie Refurbished-Smartphones oder -Laptops. Diese gebrauchten Geräte sind vom Hersteller generalüberholt, kosten weniger und sparen wertvolle Ressourcen.

WENIGER RETOUREN

Bestellen Sie online nur Produkte, die Sie im stationären Einzelhandel nicht bekommen. Außerdem können Sie den Energieaufwand für Retouren reduzieren, indem Sie auf Bewertungen anderer Kund*innen etwa zu Größe und Passform achten •



Die AVU hilft Ihnen dabei, nachhaltiger zu leben: zum Beispiel mit Solar-Lösungen für Ihr Haus, mit Services wie dem Energieausweis, aber auch mit vielen Energiespartipps für jeden Tag. www.avu.de/nachhaltigkeit

WIR MACHEN DAS
Schulen unterstützen



DOPPELTER NUTZEN

Streuobstwiesen sind wichtig für die Artenvielfalt. Und selbst gesammelte Äpfel schmecken natürlich immer am besten.

Mit dem **SCHULWETTBEWERB** fördert die AVU nachhaltige Projekte.

„**LECKER!**“, „Der schmeckt ja süß!“, „Der beste Apfelsaft, den ich bisher getrunken habe!“ – Sarvin aus der Klasse 7a der Mathilde-Anneke-Schule in Sprockhövel ist ein bisschen stolz. Schließlich hat er geholfen, das tolle Projekt „Von der Streuobstwiese zum eigenen Apfelsaft für die Mensa“ mit auf die Beine zu stellen. Und klar, der Saft schmeckt nicht nur ihm. Er ist einfach köstlich, und man ahnt, dass er von heimischen Äpfeln stammt, die fleißig von Sarvin und seinen Mitschüler*innen gesammelt wurden.

Auch Mario Bierwirth, sein Lehrer, freut sich über das nachhaltige Projekt. „Nicht zuletzt galt es, zu-



LECKERER APFELSAFT

Saft wächst nicht im Supermarkt. Die Schüler*innen lernen bei dem Projekt unter anderem, wie toll es ist, Lebensmittel selbst herzustellen.



sammenzuarbeiten und sich gegenseitig zu helfen. Wichtige soziale Fähigkeiten waren also gefragt“, erklärt er. Was das Ganze noch nachhaltiger macht, ist die Kooperation mit einem Seniorenheim. „Schon einige Jahre läuten wir gemeinsam mit den Senior*innen die Weihnachtszeit ein. Dass wir dort bei der Suche nach einer passenden Streuobstwiese fündig wurden, war ein toller Zufall“, sagt Mario Bierwirth.

„300 Liter Saft wurden auf dem Bauernhof unseres Schulsozialarbeiters gepresst“, erzählt der engagierte Lehrer weiter. Die wurden nun in nachhaltigen Kartons im Schuldesign auf Basaren und Weihnachtsmärkten in Sprockhövel verkauft. Und natürlich gibt es den köstlichen Saft jeden Tag in der Schulmensa. Für 50 Cent. Denn was mit Herz und Hand hergestellt wurde, hat halt seinen Preis. →

Zukunft auf dem Stundenplan

WIR MACHEN DAS
Schulen unterstützen



EIN GROSSES SPIELZIMMER

Toben, erkunden,
entdecken und ler-
nen: Durch das grüne
Klassenzimmer ent-
wickeln die Kinder
eine besondere Nähe
zur Natur.



Der Wald als Lernort

Die Mathilde-Anneke-Schule mit ihrem nachhaltigen Apfelsaft ist ein Gewinner des AVU Schulwettbewerbs. Ebenso wie die Grundschule Schnellmark in Gevelsberg. Dort wird mit der Gewinnsumme das „Grüne Klassenzimmer“ neu ausgestattet. Es befindet sich im Wald ganz in der Nähe der Schule. Zur großen Freude von Schulleiterin Silke Heintze: „Die Atmosphäre in der Natur ist super und die Kinder lieben es einfach, dort zu sein“, berichtet sie begeistert. Das ist ja auch kein Wunder, denn wenn man im Wald hautnah jede Menge über Pflanzen und Tiere erfährt, macht das viel mehr Spaß, als im Schulbuch zu lesen. Und wenn die Kinder bei Naturspielen Dinge suchen

müssen, die nicht in den Wald gehören, dann erkennen sie schnell, wie wichtig es ist, seinen Müll nicht einfach auf den Waldboden zu werfen. Ganz nebenbei fördert das Freiluftklassenzimmer das ökologische Bewusstsein, nachhaltiges Denken und Handeln und ein Gemeinschaftsgefühl. „Die Kinder bewegen sich mehr, und es ist schön zu sehen, dass sie in der Natur tatsächlich viel kreativer und ruhiger werden“, freut sich Silke Heintze.

Sie und ihr „tolles Team“ haben noch viele Ideen für das grüne Klassenzimmer. Ein alter Barfußpfad soll wiederbelebt werden, Besuche von Imkern, Förstern oder Umweltpädagog*innen sind geplant und im nächsten Frühjahr auch ein Schulgarten mit Kräutern und Gemüse •



UNTERRICHT IM GRÜNEN

Die Kinder lieben es,
den Wald zu erkun-
den, aber das Lernen
gehört auch zum Grü-
nen Klassenzimmer.



DER AVU- SCHULWETTBEWERB

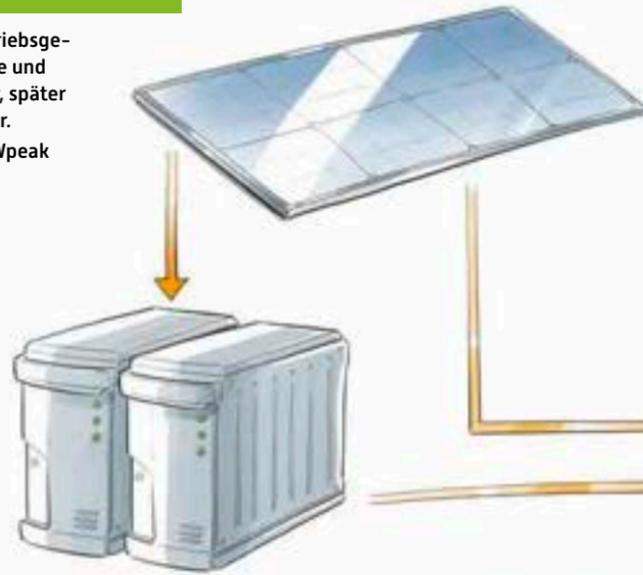
Die Auswahl war groß, die Entscheidung fiel entsprechend schwer: Insgesamt 38 Projekte von Schulen im Ennepe-Ruhr-Kreis traten zum neuen AVU-Schulwettbewerb an. Mit Prämien von 1.000 und 500 Euro wurden schließlich 17 von ihnen bedacht. Neben vielen Umweltprojekten werden an zwei Schulen Kinder zu Streitschlichtern ausgebildet. Aus dem Rahmen im besten Sinn fallen zwei Projekte: Die Grundschule Wasseraus in Ennepetal will sich fächerübergreifend mit nachhaltigen Textilien beschäftigen. Und die Schule am See in Wetter nimmt sich „Deutsch als Zweitsprache im Färbergarten“ vor: Schülerinnen und Schüler aus Kriegsgebieten lernen beim Anlegen eines Gartens für Biofarben „nebenbei“ Deutsch.

Weitere Informationen siehe unter:
<https://www.avu.de/schulprojekte>



PHOTOVOLTAIK-ANLAGE

- Sie versorgt Betriebsgebäude, Ladesäule und Batteriespeicher, später den Elektrolyseur.
- Leistung: 100 kWpeak



BATTERIESPEICHER

- Er speichert Überschüsse aus der PV-Anlage.
- Speicherkapazität: 137 Kilowattstunden

STROM

- Falls mehr Strom benötigt wird, als die PV-Anlage erzeugt, besteht ein Anschluss ans reguläre Stromnetz.



ELEKTROLYSEUR

- Wasser wird aufbereitet und in Wasserstoff und Sauerstoff gespalten.
- Wasserstoffproduktion: 0,2 Kilo pro Stunde, Strombedarf: 10 kW



WASSER

- Trinkwasser zur Aufbereitung und Aufspaltung wird aus dem Wassernetz bezogen.
- Bedarf: 8 Liter pro Stunde



WASSERSTOFFSPEICHER

- Speicher für überschüssig erzeugten Wasserstoff
- Speicherkapazität: 80 kWh, Speicherdruck: 35 bar



TESTSTRECKE

- auf dem Betriebsgelände Oststraße (Leitungen aus Stahl und Polyethylen)
- leicht zugängliche Armaturen und Messstellen



GASTHERME

- Brennwertgerät zu 100 % wasserstofftauglich
- Heizleistung: ab 6,5 kW



DAS PROJEKT IM ÜBERBLICK

In dieser Illustration sind die einzelnen Elemente des Projekts und ihre jeweiligen Funktionen dargestellt.



START DES PROJEKTS

Im Laufe des nächsten Jahres wird alles fertig sein. Die AVU erhofft sich aus dem Projekt wichtige Erkenntnisse.

Grüner H₂ Campus

Welches **POTENZIAL** hat Wasserstoff? Kann er zukünftig vielleicht sogar Erdgas ersetzen? Die AVU Netz macht zurzeit den Check.

LEARNING BY DOING könnte man die Wasserstoff-Teststrecke nennen, die bald auf dem Gelände der AVU Netz gebaut wird. „H₂ Campus“ lautet der offizielle Titel des Projekts, das durch Fördermittel des Landes NRW unterstützt wird. Dabei wird aus Solarstrom, der auf dem Dach der AVU-Werkstatt in Gevelsberg produziert wird, mit einem modularen Elektrolyseur grüner Wasserstoff erzeugt, der wiederum eine Wasserstofftherme speist. „Unser Ziel ist es, Erfahrungen zu sammeln mit dem Medium Wasserstoff, unsere Techniker schlau zu machen und sie gleichzeitig zu befähigen, mit H₂ zu arbeiten“, erklärt Ralf Holtmann, Geschäftsführer der AVU Netz.

Schon seit Wasserstoff heiß gehandelt wird, als umweltfreundliche Alternative zu fossilen Brennstoffen,

beschäftigt sich die AVU Netz intensiv mit diesem Thema. Gemeinsam mit Partnern und Verbänden aus der Branche werden Möglichkeiten ausgelotet und Konzepte erarbeitet. Und ganz klar: Auch mit den Städten der Region wird dieses Thema diskutiert, denn es geht ja schließlich auch um die Kommunale Wärmewende. Im Vordergrund steht dabei meist die Wasserstoff-Nutzung in der Industrie. Hier wird zukünftig die wesentliche Einsatzmöglichkeit gesehen. Ob Wasserstoff zusätzlich eine Option für die Wärmeversorgung sein kann, ist aktuell noch offen. Die AVU Netz bereitet sich auf alle Szenarien vor •

„Das Wasser ist die Kohle der Zukunft.“
Jules Verne, 1874

H

Wasserstoff gilt als **WUNDERWAFFE** gegen den Klimawandel. Aber wo kommt er her?

2

WOHER KOMMT DER WASSERSTOFF?

Er steckt unter anderem in Wasser. Das ist das Tolle! Allerdings wird Energie benötigt, um das Wasser (H₂O) in Wasserstoff (H₂) und Sauerstoff (O) zu spalten. Das funktioniert zum Beispiel über den Prozess der sogenannten Elektrolyse •

das häufigste Element

14-mal leichter als Luft

ungiftig

geruchlos

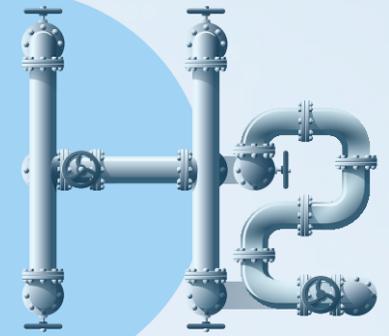
in Reinform nicht brennbar

in Verbindung mit Sauerstoff leicht entzündlich

farblos

VON A NACH B

Für den Transport über große Distanzen wird Wasserstoff entweder unter hohem Druck komprimiert, verflüssigt oder in Trägermedien wie Ammoniak umgewandelt. Ein großer Teil der bestehenden Erdgasleitungen könnte nach technischer Anpassung für Wasserstoff genutzt werden •



Und nun?

Genau genommen gibt es zwei gewichtige Probleme:

1. Es gibt noch kein Netz, um den Wasserstoff flächendeckend zu verteilen. Bis 2030 soll nach Plänen der Bundesregierung die erste Stufe, das sogenannte Kernnetz, fertig sein.

2. Wasserstoff ist noch sehr teuer. Der Schlüssel ist die [fehlende] Massenproduktion. Anders gesagt: Je mehr Wasserstoff erzeugt und verbraucht wird, desto günstiger wird er. Viele Fachleute fordern daher hohe Anfangsinvestitionen für H₂ – oder einen Preisaufschlag auf Erdgas •

GUTE FAHRT!

Selbst ein riesiger Akku ist schnell leer, wenn er Energie für einen Lkw oder ein Schiff liefern muss. Hier kommt Wasserstoff ins Spiel. Er kann direkt in Brennstoffzellen oder Verbrennungsmotoren genutzt oder zu synthetischen Kraftstoffen weiterverarbeitet werden. Übrigens: Ein Kilogramm Wasserstoff enthält etwa dreimal so viel Energie wie die gleiche Menge Benzin •



GRÜN, GRAU ODER BLAU?

Grüner Wasserstoff ist CO₂-neutral, weil er mit Strom aus erneuerbaren Energiequellen hergestellt wird. Für die Produktion von blauem Wasserstoff werden fossile Brennstoffe verwendet. Die Anlage fängt aber das dabei entstehende CO₂ auf. Grauer Wasserstoff ist schlecht für die Umwelt. Denn er wird aus Erdgas gewonnen und setzt CO₂ in die Atmosphäre frei •

Klimaneutrale Industrie

Die Industrie hat einen großen Energiehunger, und nicht nur das. Beispielsweise die Stahlindustrie braucht auch viel Hitze, die sich am besten erzeugen lässt, wenn etwas verbrannt wird – wie Wasserstoff. Er gilt daher als Schlüssel für die Energiewende •



100 % Weihnachten

Weihnachten ist die Zeit, in der wir den Menschen, die uns am Herzen liegen, etwas ganz Besonderes schenken möchten. Aber was? Wir haben vier **TIPPS** von AVU-Kolleginnen und -Kollegen für Sie zusammengetragen.



Mit Muße zubereitet, um sie in Ruhe zu genießen: die Weihnachtsmarmelade.

BRITTA WORMS: Selbst gemacht

Am liebsten verwöhne ich meine Lieben an Weihnachten mit selbst gemachten Köstlichkeiten. Dabei lasse ich meiner Kreativität freien Lauf, nicht nur bei der Zubereitung der Leckereien, sondern auch beim Verpacken. In einem schönen Glas mit einem netten Etikett machen die selbst gemachten Geschenke noch mehr Freude! Übrigens auch mir, denn die Zeit, die ich damit verbringe, ist wie eine Ruheinsel in der stressigen Adventszeit. Dieses Jahr ist auch eine Weihnachtsmarmelade dabei – das Rezept und die Aufkleber fürs Glas gibt's unter www.avu.de



Zusammen mit lieben Menschen einfach mal die Zeit vergessen.

ANDREAS BOSSELMANN: Zeit statt Zeug

Da jeder von uns in seinem Alltag stark eingespannt ist, stehen persönliche Beziehungen zu Freunden oder zur Familie oft hinten an. Deshalb nehme ich mir bewusst Zeit für wichtige Menschen in meinem Leben, ganz nach dem Motto: Mit jemandem Zeit zu verbringen ist viel schöner, als nur für jemanden Geld auszugeben. Ich sehe mir Veranstaltungskalender an. Sobald ich etwas finde, das zu dem wichtigen Menschen passt, versuche ich, Karten dafür zu kaufen. Meine Erfahrung ist, dass einfache Gutscheine häufig durch unseren getakteten Alltag nicht eingelöst werden. Ich freue mich schon auf die gemeinsame Zeit mit meinen Lieben und die tollen Erinnerungen, die wir zusammen sammeln werden.

WIR MACHEN DAS Geschenke

DORIS UND OLIVER VON DER LEY: Sehnsuchtskalender

Es ist schon eine kleine Tradition bei uns: Jedes Jahr schenke ich meinem Mann einen „Sehnsuchtskalender“ von dem Land, in das wir im nächsten Jahr reisen möchten. Auch wenn es immer wieder ein Kalender ist, freut er sich sehr darüber. Denn die Bilder und die Reiseziele sorgen immer wieder für eine Überraschung. Der Kalender steht auf seinem Schreibtisch, er freut sich jede Woche auf das neue Bild. Eine Mini-Auszeit vom Alltag.



Vorfreude ist immer noch die schönste Freude.

MARCUS MERTINS: Genussmomente



Ein regionaler Spitzenkaffee schmeckt doch am besten.

Weihnachten ist für mich die Zeit, um mir selbst etwas zu schenken oder andere Menschen glücklich zu machen. Deshalb verschenke ich gerne Kaffee, so wie andere Tee oder Wein verschenken. „Kaffee-Momente“ sind für mich immer etwas Besonderes: Schon die Zubereitung – die Bohnen zu mahlen und dabei den köstlichen Duft in der Nase zu haben –, weckt bei mir positive Gefühle, die ich gerne weitergeben möchte. Und das Schönste daran ist, den Moment mit einer Tasse heißen, duftenden Kaffee, am liebsten mit Weihnachtskekse, gemeinsam zu genießen.



Veggie Christmas

Traditionell ist in den meisten Familien Fleisch fester Bestandteil des **FESTTAGSMENÜS**. Aber die Zeiten ändern sich. Lassen Sie sich inspirieren, wie Weihnachten vegetarisch schmecken kann.



Apfel-Erbssensuppe mit Granatapfel

ZUBEREITUNGSZEIT: ca. 45 Minuten

- 1 Zwiebeln in kleine Würfel schneiden
- 2 Äpfel schälen, vierteln, Kerngehäuse entfernen, Apfelviertel in dünne Scheiben schneiden und mit Zitronensaft beträufeln
- 3 Butterschmalz erhitzen, Zwiebeln und Äpfel darin 2 Minuten andünsten
- 4 Mit Wermut ablöschen
- 5 Gemüsebrühe und Milch zufügen, 15 bis 20 Minuten fortkochen
- 6 Wasser zum Kochen bringen, Salz hinzugeben
- 7 Erbsen 1 Minute lang darin kochen, dann in einem Sieb abtropfen lassen
- 8 Erbsen zur Suppe geben. Suppe sehr fein pürieren, Sahne unterrühren, kurz erhitzen
- 9 Mit Salz und Pfeffer abschmecken
- 10 Die Suppe mit Granatapfel-Kernen sowie -Sirup garnieren und servieren •

ZUTATEN (4 Portionen)

- 350 g Zwiebeln
- 250 g Äpfel (z. B. Pinova)
- Saft von 1/2 Zitrone
- 30 g Butterschmalz
- 5 EL Wermut
- 600 ml Gemüsebrühe
- 150 ml Milch
- 150 ml Wasser
- 1 TL Salz
- 300 g Tiefkühl-Erbsen
- 200 g süße Sahne
- Salz, Pfeffer
- Kerne von 1/2 Granatapfel
- 2 EL Granatapfel-Sirup



Wirsinggröllchen auf Pastinaken-Tahini-Püree

ZUBEREITUNGSZEIT: 50 Minuten

ZUTATEN (4 Portionen)

- 1 Zwiebel
- 4 Knoblauchzehen
- Stangensellerie
- 100 g Shiitakepilze
- 2 EL Wasser
- 100 g geröstete Walnusskerne
- 150 g gekochte weiße Bohnen
- 100 g Maronen, vorgegart
- 1 1/2 EL Senf
- 1 1/2 EL Balsamico-Essig
- 2 EL Tomatenmark
- 2 EL Hefeflocken
- 3 TL gemischte Kräuter
- 1 TL geräuchertes Paprikapulver
- 1 1/2 TL Paprikapulver, edelsüß
- 1 l Wasser
- 1 TL Salz
- 8 gr. Wirsingblätter
- 2 EL Butter oder Öl
- Salz, Pfeffer
- Preiselbeeren oder Preiselbeersauce

- 1 Zwiebel und Knoblauch pellen, fein würfeln. Sellerie waschen, in Stücke schneiden. Zwiebel, Knoblauch, Sellerie und Shiitakepilze mit Wasser in der Pfanne auf kleiner Einstellung ca. 10 Minuten unter gelegentlichem Rühren dünsten, bis sie weich sind. Gemüse in einer Schüssel mit Walnüssen, Bohnen, Maronen, Senf, Essig, Tomatenmark, Hefeflocken, Kräutern und Paprikagewürzen grob pürieren
- 2 Wasser mit Salz in einem Topf auf höchster Einstellung ankochen, Wirsingblätter 2 bis 3 Minuten im siedenden Wasser blanchieren, sofort in eiskaltem Wasser abschrecken, abtropfen lassen und auf einem Teller auslegen. Stiel und grobe Blattrippen mit einem Messer entfernen
- 3 Von der pürierten Gemüsefüllung je eine Handvoll in die Mitte des Blattes geben, alle Seiten einklappen, den Kohl aufrollen und mit einem Zahnstocher fixieren. Butter oder Öl in einer Pfanne auf mittlerer Einstellung erhitzen. Wirsingrouladen zufügen und auf jeder Seite 4 bis 5 Minuten braten, bis sie knusprig sind
- 4 Wirsinggröllchen im Ofen warm stellen, während Sie das Pastinaken-Tahini-Püree zubereiten. Die Zutaten und die genaue Kochanleitung dafür erfahren Sie über den QR-Code auf der linken Seite
- 5 Wirsinggröllchen auf dem Püree servieren, mit Preiselbeeren oder Preiselbeersauce anrichten •

Süßes

Hibiskus-Trüffel

ZUTATEN (ca. 39 Stück)

- 250 g weiße Kuvertüre
- 100 g Butter
- 30 g Schmand
- 30 g Soft-Cranberrys
- abgeriebene Schale von 1 unbehandelten Zitrone
- Puderzucker zum Formen
- 45 g Puderzucker
- 20 g Hibiskuspulver (z. B. aus dem Reformhaus)
- Pralinenförmchen

ZUBEREITUNGSZEIT: 45 Minuten

- 1 Kuvertüre in Stücke hacken und zusammen mit der Butter schmelzen, abkühlen lassen
- 2 Schmand unterrühren
- 3 Cranberrys fein hacken und mit der Zitronenschale ebenfalls unterrühren. Masse mindestens 3 Stunden kühl stellen
- 4 Von Hand kleine Kugeln von je 10 g formen, dabei Hände immer wieder mit Puderzucker bestäuben
- 5 Puderzucker sieben, mit dem Hibiskuspulver mischen und Kugeln darin wenden
- 6 Trüffel in Pralinenförmchen setzen und kühl aufbewahren •



Alle Rezepte finden Sie auch zum Download auf unserer Homepage: www.avu.de/weihnachtessen



WIR MACHEN DAS
Gelassener sein

30%
Bewegung
3
Mal
gratis

3 Tage Gratistraining und 30 Prozent Rabatt auf das Startpaket beziehungsweise die Aktivierungsgebühr sparen Sie mit der AVU Card bei MRS.SPORTY.
vorteilswelt.avu.de/mrssporty

ermäßigter
Eintritt

Auszeit

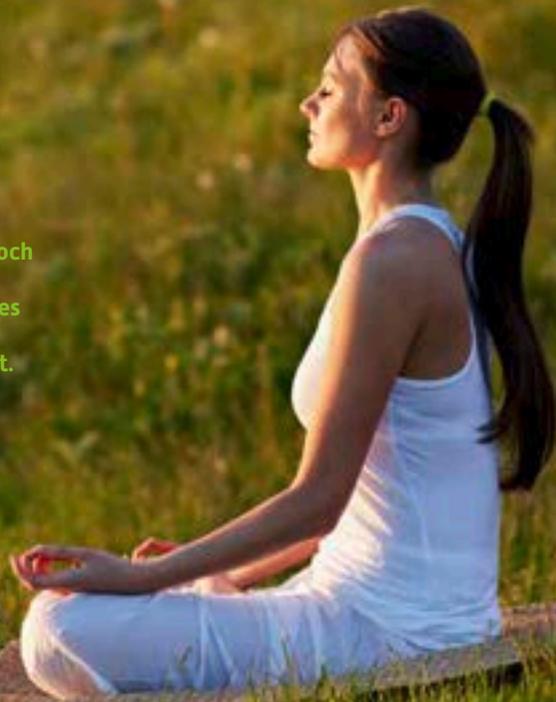
Positive Momente können Sie im Zoo Dortmund erleben. Erwachsene bezahlen 8 Euro (statt 9,50 Euro) und Kinder 5 Euro (statt 5,50 Euro).
vorteilswelt.avu.de/zoo-dortmund

10%

Soziale Kontakte

Gemeinsam etwas erleben, und das auch noch im Freien: Auf alle Angebote und Tarife der Outdoor Rätsel Touren, Online Escape Games und Escape Rooms von Sir Peter Morgan bekommen Sie einen Rabatt von 10 Prozent.
vorteilswelt.avu.de/outdoor-tour

Ihre Stärke



Zu einem **NACHHALTIGEN LEBEN** gehört es, mehr Gelassenheit im Alltag zu schaffen. Die AVU-Vorteilswelt hilft Ihnen dabei!

DIE PSYCHISCHE WIDERSTANDSKRAFT (Resilienz) ruht auf mehreren Säulen, die Sie gezielt ausbauen können. Das Wichtigste ist eine optimistische Grundhaltung. Versuchen Sie, Krisen als vorübergehende Phasen zu betrachten und aus ihnen zu lernen. Eine besondere Bedeutung hat der Aufbau eines stabilen sozialen Netzwerks, das Ihnen in schwierigen Zeiten emotionalen Rückhalt bietet. Scheuen Sie sich nicht, bei Bedarf um Unterstützung zu bitten.

Innerer Kompass in stürmischen Zeiten

Außerdem spielt es eine wichtige Rolle, Veränderungen akzeptieren zu können – betrachten Sie Wandel als natürlichen Teil des Lebens. Sie brauchen zudem realistische Ziele und eine klare Zukunftsvision, die Ihnen auch in turbulenten Zeiten Orientierung gibt.

Achten Sie auf eine ausgewogene Work-Life-Balance und praktizieren Sie Selbstfürsorge durch regelmäßige Bewegung, ausreichend Schlaf und eine gesunde Ernährung.

Positive Momente bewusst wahrnehmen

Mindestens genauso bedeutsam ist die Fähigkeit zur Selbstreflexion: Nehmen Sie sich Zeit, Ihre Gedanken und Gefühle zu analysieren. So merken Sie rechtzeitig, ob Sie gestresst sind oder unzufrieden mit einer Situation – nur wenn Ihnen bewusst ist, was Ihnen nicht guttut, können Sie gegensteuern. Umgekehrt sollten Sie sich bemühen, positive Momente bewusst wahrzunehmen. Entspannungstechniken wie Meditation oder progressive Muskelentspannung helfen dabei, auch in herausfordernden Situationen zur Ruhe zu kommen •

 Exklusive Rabatte, attraktive Sparangebote: AVU comfort- und compact-Strom Kunden profitieren von vielen Vorteilen
vorteilswelt.avu.de

WIR MACHEN DAS
Rätsel

Mitmachen und gewinnen

WELCHES WORT SUCHEN WIR? Schauen Sie sich die beiden Bilder an. Jedes steht für einen Begriff. Gemeinsam ergeben sie ein zusammengesetztes Wort, das Sie auch beim aufmerksamen Lesen dieser Ausgabe finden. Können Sie unser Lösungswort erraten? Dann machen Sie doch mit und gewinnen Sie mit etwas Glück attraktive Geldpreise •



So können Sie am Gewinnspiel teilnehmen:

Schicken Sie die Antwort mit der Vorlage (bitte ausschneiden und auf Karte aufkleben) oder per Mail bis zum **1. Februar 2025** an: heimatvorteil@avu.de. Bitte geben Sie Ihren Namen und Ihre Anschrift an. Zu gewinnen gibt es als **1. Preis 150 Euro, als 2. Preis 90 Euro, der dritte Gewinner erhält 60 Euro**. Die Gewinner werden per Post benachrichtigt.

[AVU-Mitarbeitende und ihre Familienangehörigen dürfen sich nicht am Rätsel beteiligen. Detaillierte Informationen über die Verarbeitung Ihrer personenbezogenen Daten finden Sie unter www.avu.de/datenschutz.]

Name/Vorname

Straße/Nr.

PLZ/Ort

E-Mail

Telefonnummer

Ich möchte den AVU E-Mail-Newsletter mit attraktiven Gewinnspielen abonnieren.

Ich bin einverstanden, an die o.g. E-Mail-Adresse und Telefonnummer weitere Informationen zu Produkten, Dienstleistungen und Veranstaltungen der AVU zu erhalten, insbesondere zu Vertragsangeboten zu Strom, Gas, Wasser und energienahen Dienstleistungen, Contracting-Angeboten, E-Mobilität oder Rabattaktionen. Die Einwilligung ist jederzeit widerruflich und kann z. B. per E-Mail der AVU gegenüber rückgängig gemacht werden. Die AVU Datenschutzerklärung finden Sie auf www.avu.de

Bitte
freimachen,
falls Marke
zur Hand

Deutsche Post 
ANTWORT

**AVU
Heimatvorteil
Stichwort Rätselfrage
An der Drehbank 18
58285 Gevelsberg**



AVU...



Heimat
für mich

An Eurer Seite
avu.de

Folge uns auf  

