

hier:



RWE-AUSZUBILDENDE

Jede Menge
Power und
Erfindergeist
S. 12

TREND: BOOKTUBE

Melina Zahren
will fürs Lesen
begeistern
S. 20



Kommt in Bewegung!

Wie wir heute die Weichen für ein gesundes Morgen stellen:
Fitnessexperte Prof. Dr. Ingo Froböse erklärt, warum es nie
zu spät ist, in die Zukunft zu investieren

Wussten Sie eigentlich, dass ...

12,8

Millionen Deutsche Camping als Urlaubsart favorisieren?

Im Jahr 2023 wurden fast 90.400 Campingfahrzeuge neu zugelassen – damit hat sich die Anzahl der Neuzulassungen in den letzten zehn Jahren mehr als verdoppelt. Heute besitzen 1,7 Millionen Deutsche einen Wohnwagen oder Camper. Der Wohnwagen ist übrigens eine deutsche Erfindung. Anfang der 1930er-Jahre kamen der Schwabe Arist Dethleffs und seine Verlobte Fridel Edelmann, eine Malerin, auf die Idee, ein mobiles Atelier zu bauen. Heraus kam ein mit Holz verkleideter Einachser mit Schlafkoje, Sitzcke und Küche. Wer das Gefühl von grenzenloser Freiheit nicht kennt: Die offizielle Campingsaison beginnt am 1. April. Und man kann sich einen Wohnwagen ja auch probeweise leihen.

Quelle: statista.de

Liebe Leserinnen und Leser,

unser Leben verändert sich – wir werden älter als frühere Generationen. Wie bleiben wir dabei fit und gesund? In dieser Ausgabe nehmen wir Sie mit auf eine spannende Reise zu den Themen Gesundheit, Bewegung und Wohlbefinden. Dafür haben wir mit Menschen aus dem Rheinischen Revier gesprochen und wertvolle Impulse von Prof. Dr. Ingo Froböse, einem renommierten Experten für Gesundheitswissenschaften, eingeholt. Freuen Sie sich auf praxisnahe Tipps, die sich leicht in den Alltag integrieren lassen.

Natürlich bleibt auch die Energiezukunft unserer Region ein zentrales Thema. In diesem Heft erfahren Sie alles über den Baustart der Rheinwassertransportleitung, die die zukünftigen Tagebauseen mit Wasser füllen wird. Wir berichten über den Batteriespeicher in Neurath, der einen wichtigen Beitrag zur Stabilität der Stromversorgung leistet, sowie über unsere Mitarbeiterstiftungen der Tagebaue, die sich mit großem Engagement für die Menschen vor Ort einsetzen. Lassen Sie sich inspirieren, aktiv zu bleiben, Neues zu entdecken und gemeinsam mit uns die Zukunft zu gestalten!

Frank Weigand

Dr. Frank Weigand
Vorstandsvorsitzender
der RWE Power AG



KONTAKT

„hier“-Redaktion
Telefon: 0800/8 83 38 30 (kostenlos)
E-Mail: hier@rwe.com

Die „hier“- und weitere Nachbarschaftsinformationen finden Sie im Internet unter:
www.rwe.com/nachbarschaft

Wenn in der „hier“- von Personen die Rede ist, sind in allen Fällen gleichermaßen weibliche und männliche Personen gemeint.



RWE-Besucherdienst

Telefon: 0800/8 83 38 30
Montag bis Freitag 8–16 Uhr
besucher@rwe.com

RWE-Servicetelefon

Bergschadenbearbeitung
Telefon: 0800/8 82 28 20,
Montag bis Samstag 9–15 Uhr



hier:
01 | 2025



Wussten Sie eigentlich ... 2
wie viele Deutsche am liebsten auf dem Campingplatz Urlaub machen?

hier: PLACES 4
Einfach mal mal abtauchen! Fünf Tipps für eine Auszeit vom Alltag.

Titelthema
Kommt in Bewegung! 6
Gesundheitsexperte Prof. Dr. Ingo Froböse verrät im großen Interview, was wir heute tun können, um morgen fit zu bleiben.

Bücher, Podcasts, Online-Kurse 9
Weitere Ideen für einen gesunden Lifestyle.

Porträt 11
Die 85-jährige „Fitness-Oma“ Erika Rischko begeistert auf TikTok ein Millionenpublikum.

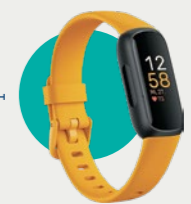
hier: IM RHEINISCHEN REVIER 12
RWE-Auszubildende gingen unter die Erfinder. Plus: Meldungen aus der Region.

hier: MIT ENERGIE 18
Ausbau der Erneuerbaren Energien im Rheinischen Revier schreitet voran.

hier: IM PORTRÄT 20
Die „BookTuberin“ Melina Zahren begeistert ihre Follower für Bücher.

hier: ERKLÄRT 22
Wie funktioniert eine Windkraftanlage?

hier: GEWINNT 23
Bei unserem Kreuzworträtsel warten tolle Gewinne auf Sie!



Einfach mal abtauchen

In unserer hektischen Welt sind Momente der Entschleunigung selten – umso wertvoller sind **Orte, an denen der Alltag Pause macht**. Ob in der Natur, in der Sauna oder beim Spielen: Hier sind unsere Tipps, um einen Nachmittag lang die Zeit zu vergessen.

1 Kopfüber in die Natur

Am Blausteinsee bei Eschweiler lässt es sich bei einem Spaziergang am Ufer oder einer Bootsfahrt herrlich abschalten. Der knapp 100 Hektar große See, umgeben von einem grünen Gürtel, bietet aber auch Aktivitäten wie Wassersport, Angeln und Reiten.
www.blausteinsee.com

2 Einmal Bali und zurück

Wie ein Kurzurlaub: Das Monte Mare in Bedburg entführt seine Gäste im Bali-Style mit neun Saunen und einem Solebecken in eine Welt voller Ruhe und Entspannung. Und zwar von Kopf bis Fuß – ein Barfußpfad im Saunagarten simuliert sanft die Fußreflexzonen.
www.monte-mare.de

3 Kreativ mit Ton

Im Keramikmuseum Keramion in Frechen kann man nicht nur historische und zeitgenössische Keramik bewundern, sondern bei einem Schnupper-Workshop auch selber erste Töpferversuche starten.
www.keramion.de

4 Spielzeit am Samstag

Warum eigentlich immer nur „Mensch ärgere dich nicht“? Es gibt noch so viele andere spannende Spiele, die am ersten Samstag im Monat in der Stadtbücherei Düren ausprobiert werden können. Ein Team der Bücherei assistiert und freut sich auch über neue Spielvorschläge.
www.stadtbuecherei.dueren.de

5 Der besondere Filmtreff

Das Café Sperritz im Bergheimer QI KulturWerk zeigt jeden dritten Mittwoch im Monat einen ausgewählten Kinofilm – dazu gibt's Kaffee und Kuchen. Weitere Infos und Platzreservierung:
cafesperritz@qi-kulturwerk.de

„Neugierig bleiben!“

Unsere Lebenserwartung steigt – das ist die gute Botschaft. Wie wir altern, liegt zum großen Teil in unserer Hand. Gesundheitsexperte Ingo Froböse erklärt, was wir heute schon tun können, um morgen aktiv zu sein. Und wie halten sich die Menschen aus der Region fit? Wir haben nachgefragt.

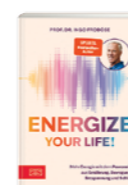


Ingo Froböse

Experte für gesundes Leben

Er wird nicht umsonst „Fitnesspapst“ genannt: Prof. Dr. Ingo Froböse gilt als führender deutscher Sportwissenschaftler und Koryphäe in Sachen Gesundheit. Seit 1995 lehrt er an der Deutschen Sporthochschule Köln und leitete dort bis 2023 das Institut für Bewegungstherapie. Im Mai 2023 schloss er sich der Kölner Denkfabrik fischimwasser an, um seine Expertise im Bereich Prävention und Gesundheit stärker in Wirtschaft und Gesellschaft einzubringen. Der 68-Jährige ist Autor zahlreicher Gesundheits- und Fitnessratgeber und ein gefragter Medienexperte, er teilt sein Wissen in Kolumnen, Podcasts und auf seinem YouTube-Kanal. Seine Leidenschaft für gesunden Lifestyle prägt auch sein privates Leben – gemeinsam mit seiner Frau treibt er regelmäßig Sport hält sich mit gesunder Ernährung fit.

ingo-froboese.de



BUCHTIPP:

Die Unsicherheiten unserer Zeit führen bei vielen Menschen zu Erschöpfung. Umso wichtiger ist es, die eigene Resilienz zu stärken. Wie das gelingen kann, erklärt Ingo Froböse in seinem aktuellen Ratgeber „Energize your life!“ (ZS Verlag, 22,99 €).

A It werden will jeder, alt sein **keiner“** – dieser Spruch erhält mit dem Longevity-Trend eine ganz neue Bedeutung. Denn längst geht es nicht mehr darum, möglichst alt zu werden, sondern darum, diese Zeit so gesund und aktiv wie möglich zu gestalten. In den Medien und den sozialen Netzwerken boomt das Thema, allein auf Instagram finden sich über 1,7 Millionen Beiträge mit dem Hashtag Longevity (zu deutsch: Langlebigkeit). Der Gesundheitsexperte Prof. Dr. Ingo Froböse erklärt, warum es nie zu spät ist, in die eigene Zukunft zu investieren.

Herr Prof. Dr. Froböse, warum dieser plötzliche Hype um das lange Leben?

Das Thema ist nicht neu, aber es hat an Fahrt aufgenommen – die Industrie hat erkannt, dass ältere Menschen eine starke Zielgruppe sind. Und natürlich gibt es immer mehr Forschungsergebnisse, die zeigen, wie sehr ein gesunder Lebensstil die Lebenszeit verlängern kann.

Was ist entscheidender für gesundes Altern – Ernährung oder Sport?

Wer sich bewegt, aber schlecht ernährt, wird auf Dauer ebenso Probleme bekommen wie jemand, der sich perfekt ernährt, aber den ganzen Tag sitzt. Bewegung ist wahrscheinlich der stärkere Faktor, aber beides gehört zusammen.

Gibt es die eine perfekte Sportart, die uns fit und gesund hält?

Nein, vielmehr geht es darum, einen Sport zu finden, der einem Spaß macht. Denn nur was Freude bereitet, bleibt langfristig Teil des Lebens. Um den ganzen Körper zu trainieren, sollte man eine Kombination aus Ausdauertraining – Laufen, Schwimmen oder Radfahren – und Krafttraining an Geräten oder mit dem eigenen Körpergewicht in den Wochenplan integrieren. →

Foto: Sebastian Bahr

WIE ICH MICH FIT HALTE:

Ursula Spantig-Firmenich

Gesund kochen in Bergheim

„Kochen soll Spaß machen“, sagt Ursula Spantig-Firmenich, die seit elf Jahren den „Kochkurs für Männer“ in Bergheim leitet. Sie setzt auf frische, saisonale und regionale Zutaten und auf alltagstaugliche Rezepte. Bereits seit 20 Jahren besucht Roman Schirle (nicht im Bild) das monatliche Treffen der Männerkochgruppe, das vom Katholischen Bildungsforum Rhein-Erft angeboten wird. Seine Frau meldete den 79-Jährigen an, als er in Rente ging: „Sie sagte: ‚Bevor du dich hier zu Hause langweilst, lerne doch erst mal Kartoffeln schälen‘“, erinnert er sich lachend. Heute freut er sich über die Gemeinschaft – und die dicke Kladde mit Rezepten, die er inzwischen gesammelt hat. „Wir sind ein gutes Team“, sagt er. „Da wird auch viel gelacht. Und wenn etwas schiefgeht, hat unsere Kursleiterin immer einen Tipp parat.“ www.bildungsforum-rhein-erft.de



Viele Menschen sagen ja, sie hätten keine Zeit für Sport. Was entgegnen Sie ihnen?

Die Woche hat 168 Stunden. Davon vier oder fünf Stunden in Bewegung zu investieren, ist nicht viel. Es ist also nicht eine Frage der Zeit, sondern der Prioritäten. Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) empfiehlt mindestens 150 bis 300 Minuten Herz-Kreislauf-Training pro Woche und zusätzlich mindestens zweimal pro Woche Krafttraining. Wer sich daran hält, tut seiner Gesundheit schon etwas Gutes.

Welche unkomplizierte Übung kann man überall in den Alltag einbauen?

Die Kniebeuge. Dafür braucht man nichts außer einen Stuhl als Orientierung. Setzen, aufstehen, wieder setzen – das kann man zu Hause, im Büro oder zwischendurch beim Zähneputzen machen. Kleine Bewegungen mit großer Wirkung.

Wie motivieren wir uns am besten?

Mit kleinen Zielen. Viele Menschen starten zu ambitioniert und geben dann schnell auf. Besser

„Es gibt keine bessere Vorbeugung gegen Alzheimer und Demenz als Sport.“



PROF. DR. INGO FROBÖSE, Gesundheitsexperte

ist es, sich Etappen zu setzen, die innerhalb von sechs bis acht Wochen erreichbar sind. Wer in diesem Zeitraum kleine Erfolge sieht, bleibt motiviert. Bewegung sollte kein Muss, sondern ein Genuss sein. Wer es schafft, Sport als festen Bestandteil seines Lebens zu integrieren, wird bald merken, wie sehr sich Wohlbefinden und Leistungsfähigkeit verbessern.

Welchen Fitness-Tipp haben Sie selbst einmal bekommen, der Ihr Leben verändert hat?

Den besten Rat habe ich von sehr alten Menschen erhalten: Neugierig bleiben! Alles auspro-

Fotos: Sebastian Knoth (S. 8), Klaus Görgen (S. 9), Sebastian Bahr (kl. Foto)

WIE WIR UNS FIT HALTEN:

Marion Breuer und Daniel Prost

Kraftsport in Eschweiler

Für Daniel Prost ist Sport seit 15 Jahren ein fester Bestandteil seines Alltags, viermal in der Woche geht er ins Fitnessstudio Prick-Vogel, um Gewichte zu stemmen. „Das gibt mir Halt, auch für den Alltag, und ist ein guter Ausgleich zu meinem Job im Gartenbau.“ Seine Frau Marion Breuer begleitet ihn häufig. „Dieses Hobby verbindet uns auch als Paar. Der Sport macht uns Spaß und wir möchten ein gutes Vorbild für unsere Tochter sein“, sagt die 27-Jährige. Der Anfang ist schon mal gemacht, die Dreijährige besucht einmal in der Woche den Judokurs im Fitnessstudio, wenn Mama und Papa trainieren. www.fitnessprickvogel.de



bieren, offen für Neues sein – das hält nicht nur den Körper, sondern auch den Geist lebendig.

Lohnt es sich überhaupt, mit Sport anzufangen, wenn man jahrelang eher Typ Couch-Kartoffel war?

Für Fitness ist es nie zu spät, das ist die gute Nachricht. In jedem Alter lassen sich Körper und Geist trainieren. Und davon profitiert besonders unser Gehirn: Es gibt keine bessere Vorbeugung gegen Alzheimer und Demenz. Darüber hinaus erhält eine bessere Fitness unsere Selbstständigkeit und Mobilität, denn wir bleiben länger fit und können so unser Leben eigenständig und selbstbestimmt gestalten.

Viele Kinder sitzen heute lieber vor dem Bildschirm, als draußen zu spielen. Welche Folgen hat das?

Die Kombination aus Bewegungsmangel und schlechter Ernährung ist eine tickende Zeitbombe. Wenn wir nicht schleunigst gegensteuern, wird unsere Gesellschaft in spätestens fünf bis acht Jahren unter einer so hohen Krankheitslast leiden, dass wir uns das nicht mehr leisten können. Wir brauchen dringend Gesundheitsförderung und Prävention, das heißt, wir müssen Ernährungskompetenz entwickeln, eine Zuckersteuer einführen und Sport und Bewegung in allen Lebenswelten, von der Kita bis zum Pflegeheim, zur absoluten Normalität machen. →

Lust auf einen gesunden Lifestyle? Hier ein paar Ideen:

→ **Bücher**

„Ab morgen jünger! – Wie wir länger jung und gesund bleiben. Alles, was Sie über Longevity wissen müssen“ von Nina Ruge. Die Moderatorin, Autorin (und studierte Biologin) gibt Einblicke in die Zukunft des gesunden Alterns. Heyne Verlag, 24 €.

„Iss dich jung: Wissenschaftlich erprobte Ernährung für ein gesundes und langes Leben – Die Longevität-Diät“ von Prof. Dr. Valter Longo. Die richtige Nahrung kann unseren

Körper verjüngen und das Risiko für Krebs, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes und Alzheimer senken. Goldmann Verlag, 14 €.

„Projekt Lebensverlängerung“ von Thomas Schulz. Fundierter Überblick über die aktuelle Forschungslage. Deutsche Verlags-Anstalt, 24 €.

→ **Podcasts**

„Lifestyle of Longevity“ mit Dr. Kati Ernst und Kristine Zeller. Neben allerlei Infos erfährt man hier jede Menge handfeste Tipps

und Tricks für ein langes Leben voller Energie.

„The Mindful Sessions“ von Sara Desai

Durch Geschichten, Meditationen und Reflexionen hilft dieser Podcast, innere Ruhe zu finden.

→ **Online-Kurse**

Die Krankenkasse übernimmt die Kosten für zertifizierte Online-Präventionskurse, zum Beispiel: „Faszientraining“: Online-Training für mehr Beweglichkeit. www.blackroll.com/de

„Kraft und Ausdauer – Fit for Life“: Zehnwöchiger Kurs für ein intensives Ganzkörpertraining für zu Hause – angeleitet von Fitness-Experten. www.cyberhealth.de

„Gesund! Gut! Essen! Vegetarisch!“: In acht Einheiten wird der Einstieg in eine vegetarische Ernährung unterstützt. www.ernaehrungsfuehrerscheine.de

„Erholbarer Schlaf“: Wie man Routinen aufbaut, um langfristig die Schlafqualität zu verbessern. Acht Module. www.7mind.de/krankenkasse



WIE ICH MICH FIT HALTE:
Isabell Gronewald
Yoga in Mönchengladbach

„Yoga hilft, Stress abzubauen und vorzubeugen, indem es durch vielseitige Techniken den Körper entspannt, die Atmung reguliert, und gleichzeitig den Geist fokussierter und achtsamer macht. So unterstützt es ganzheitlich die körperliche und mentale Ausgeglichenheit. Was viele nicht wissen: Die Krankenkasse übernimmt die Kosten für Präventionskurse, wenn diese von einem qualifizierten und zertifizierten Anbieter durchgeführt wird. Das ist in meinem Studio YogaHeimat der Fall. Was ich Menschen rate, die im hohen Alter noch beweglich bleiben möchten? Regelmäßige Bewegung, aber auch Auszeiten. Und am besten: viel lachen – das ist die beste Medizin für Körper, Geist und Seele!“
www.yogaheimat.de

Haben Sie einen Tipp, wie wir die Kids für mehr Bewegung begeistern können?

Indem wir sie ausprobieren lassen. Es ist völlig okay, wenn ein Kind eine Sportart testet und dann feststellt, dass sie ihm nicht liegt. Dann probiert es eben die nächste. Wichtig ist, dass es überhaupt in Bewegung bleibt – und dass wir als Erwachsene mit gutem Beispiel vorangehen.

Wie sieht Ihrer Meinung nach die Gesundheits- und Bewegungskultur der Zukunft aus?

Digitale Tools werden eine größere Rolle spielen, die Tendenz geht dahin, dass Bewegung auch in den virtuellen Raum integriert wird – zum Beispiel durch Exergaming, also Videospiele, die körperliche Aktivität einbinden. Das gefällt mir sehr gut. Auch das Muskeltraining wird sich weiterentwickeln und der Markt der Anbieter wird sich sehr stark ausdifferenzieren. Wir werden neue Angebote sehen, die sehr stark auf das Thema Prävention und Gesundheit abzielen. Und ich bin mir sicher, dass in nicht allzu ferner Zukunft gesundheitsorientiertes Verhalten auch belohnt wird.

Was hat Sie überhaupt dazu gebracht, sich so intensiv mit dem Thema Bewegung und Gesundheit zu beschäftigen?

Mich persönlich hat immer fasziniert, wie meine beiden Großmütter ihr Leben aktiv gestaltet haben. Das hat mich schon sehr früh geprägt. Auch meine Eltern haben das sehr gefördert und mir vermittelt, dass es sich lohnt, etwas für sich selbst zu tun. Und dass es sogar eine der wichtigsten Aufgaben in unserem Leben ist, sich selbst um seine Gesundheit zu kümmern. Meine Mutter hat immer gesagt: „Gesundheit kann man nicht kaufen, Gesundheit muss man sich erarbeiten.“

Und wie sieht Ihr persönliches Fitnessprogramm aus?

Meine Frau und ich bewegen uns täglich, laufen oder fahren Rad und gehen zweimal pro Woche ins Fitnessstudio. Darüber hinaus leben wir sehr bewusst, ernähren uns gesund, achten auf ausreichend Schlaf und wenig Stress. Für uns ist das kein Verzicht, sondern ein Geschenk – denn es gibt uns eine unglaubliche Lebensqualität. →

Fotos: Klaus Götgen (S. 10), 31Media GmbH/Ben Fuchs (S. 11)

„Wie ich meinen inneren Schweinehund in den Griff bekomme? Die Antwort ist: Ich habe keinen. Was ich tue, macht mir Spaß.“



BUCHTIPP
Zusammen mit Prof. Dr. Froböse schrieb Erika Rischko das Buch „Für Fitness ist es nie zu spät: Aktiv und beweglich bis ins hohe Alter“ (ZS Verlag, 22,99 €), in dem sie ihre Lieblingsübungen für zu Hause vorstellt.

Zwei Menschen liegen im Unterarmstütz auf dem Boden und wetteifern miteinander – wer hält die „Plank-Challenge“ länger durch? Es vergehen vier lange Minuten, in denen man schon beim Zuschauen Muskelkater bekommt, dann klappt der Mann zusammen. Die Frau im rosa Sweatshirt springt auf und hilft ihrem Kontrahenten, dem 27-Jährigen Influencer Younes Zarou, auf die Beine. Die Gewinnerin? Heißt Erika Rischko und ist 85 Jahre alt.

Andere Menschen in diesem Alter gehen spazieren oder vielleicht mal schwimmen. Nicht so Erika Rischko. Wandsitzen, Kettlebell-Schwünge, Spinning, 50 Kilo stemmen, kein Problem für sie. Die Langenfelderin entdeckte ihre Leidenschaft für Fitness erst mit 55, trotz zweier künstlicher Kniegelenke ist sie heute fitter als viele Jüngere.

„Für mich war der Start ins Sportlerleben eher Zufall“, erinnert sie sich. „Mit Mitte 50 war ich nicht besonders glücklich. Meine beiden Kinder waren ausgezogen. Zwar



hatte ich mit Haushalt und dem Garten gut zu tun, aber mir fehlte eine Aufgabe.“ Ihre Tochter meldete Erika Rischko schließlich im Fitnessstudio an, das sie fleißig besuchte. Dann kam die Pandemie – und mit ihr eine neue Bühne: Social Media. Eigentlich wollte die vitale Seniorin nur mit ihrer Familie in Kontakt bleiben. Sie lud ein paar Reels hoch, wie sie mit ihrem Mann Dieter an ihrer Seite tanzte, ihre Tochter filmte die Workouts. Doch nicht nur die Familie, auch die TikTok-Gemeinde feierte ihre positive Energie.

„Je öller, je dölller!“

Ein Auftritt bei der US-Show „Good Morning America“ im Januar 2021 brachte dann die Karriere ins Rollen. Zwischen Berichten über die Amtseinführung von Joe Biden lief ein Video von Erika Rischko, auf einmal riefen Journalisten aus aller Welt an, die Klickzahlen explodierten. Die „Fitness-Oma“ war geboren. 2023 bekam die sogenannte Granfluencerin sogar den TikTok Award in der Kategorie „Breakthrough“ verliehen. Dieser Preis wird an die Person gegeben, die in diesem Jahr besonders durchgestartet ist. So stand die strahlende Rentnerin bei der Preisverleihung neben Newcomern wie der Sängerin Ayliva und den Elevator Boys.

„Oft werde ich gefragt, wie ich meinen inneren Schweinehund in den Griff bekomme“, erklärt Erika Rischko. „Die Antwort ist: Ich habe keinen. Was ich tue, macht mir Spaß.“ Neben der körperlichen Fitness liegt ihr auch der soziale Aspekt am Herzen: „In meinem Fitnessstudio liegt das Durchschnittsalter knapp über 50 Jahre. Vormittags kommen auch viele im Rentenalter. Wir kennen uns und reden miteinander.“ Und dann sind da natürlich noch die digitalen Fans: Heute folgen Erika Rischko auf TikTok 1,6 Millionen Menschen. Sie ist der beste Beweis, dass es nie zu spät ist, um mit Sport zu beginnen – ganz nach ihrem Motto: „Je öller, je dölller!“ →

Mit Erfindergeist und Power

Bei RWE werden **Auszubildende** zu Elektrikern, Maschinenschlossern oder technischen Zeichnern ausgebildet. Doch einige von ihnen dürfen sich jetzt auch Erfinder nennen. Im Rahmen eines Projektes entwickelten sie eine mobile Anlage mit autarker PV-Stromversorgung für den Tagebau.



Hambach

Eine neue, unabhängige Stromversorgung für Lichtfluter, Funksysteme, Kameras und andere Systeme: Die Anforderung aus dem Tagebau stellte die Auszubildenden vor eine spannende Aufgabe. Technische Zeichner entwickelten erste Ideen für den Einsatz von Solarmodulen und Batterien, da es auf dem Markt keine passende Lösung für die betrieblichen Anforderungen gab. Eine große Herausforderung bestand darin, eine wirtschaftliche Fertigung unter Einhaltung aller technischen Vorschriften und Normen zu gewährleisten. Die technischen Zeichnungen der Auszubildenden des Ausbildungszentrums Grefrath wurden von den Maschinenschlossern umgesetzt, wobei sie immer wieder Optimierungen in die Konstruktion einfließen ließen. „Für mich ist es jedes Mal beeindruckend zu sehen, wenn eine von uns erstellte Zeichnung in die Realität umgesetzt wird. Besonders bei einem so interessanten Projekt“, freut sich Gian-Luca Barthels, Auszubildender zum Technischen Zeichner.



Vorbereitung für den Berufsalltag

Die angehenden Elektriker des Ausbildungszentrums Niederaußem arbeiteten direkt im Tagebau und entwickelten den PV-Verteiler. Ende des Jahres wurde die erste Pilotanlage unter Mitwirkung aller Beteiligten erfolgreich montiert und fertiggestellt.

Dabei lernten die Auszubildenden die Herausforderungen einer Montage und Erstinbetriebnahme kennen. Mit Fehlern und Unvorhergesehenem muss bei solchen Aufgaben gerechnet werden. Hier ist Flexibilität gefragt,

Fotos: RWE AG (2), Sven Greven

um erfolgreich zu sein. „Das Projekt ist ein gutes Beispiel dafür, wie standortübergreifendes Arbeiten hilft, Schlüsselkompetenzen zu entwickeln und die Auszubildenden auf den Berufsalltag vorzubereiten“, bestätigt Sascha Bermudez, Ausbilder im Ausbildungszentrum Grefrath.

Mit kreativen Ideen und viel Teamgeist haben die Auszubildenden aus dem Revier die Herausforderung gemeistert – so erfolgreich, dass die autarke Energieversorgung bei der RWE Power bald in Serie gehen soll. —



Autarke Energieversorgung: Mit kreativen Ideen und Teamgeist haben die Auszubildenden die Herausforderung gemeistert.



Indeland

100 JAHRE „GRÜN-WEISS“

Tradition, die verbindet

Der Spielmannszug „Grün-Weiß“ Lohn ist fest im Dorfleben verwurzelt – und das seit nunmehr 100 Jahren. Unzählige Schützenfeste, runde Geburtstage und andere Feierlichkeiten hat der Spielmannszug in den vergangenen Jahrzehnten begleitet. In diesem Jahr steht „Grün-Weiß“ nun selbst im Mittelpunkt. Am Wochenende vom 23. bis 25. Mai feiert der Spielmannszug Lohn sein Jubiläum mit einem traditionellen Fest im Festzelt an der Grillhütte.

Bereits im Mai wird im Pfarrheim Neu-Lohn eine Ausstellung (10. und 11. Mai) über den Spielmannszug gezeigt und am 10. Mai findet ein Konzert auf dem Kirchenvorplatz statt. Außerdem wird der Zug bei der Veranstaltung „Eschweiler musiziert“ am 28. Juni auftreten.

Mit 40 aktiven Mitgliedern im Alter von 8 bis 66 Jahren pflegt „Grün-Weiß“ eine lange Tradition von der Marschmusik bis zu modernen, konzertanten Klängen. Oft teilen mehrere Generationen einer Familie das gesellige Hobby – mit viel Engagement, das nicht nur die zahlreichen Auftritte, sondern auch die wöchentlichen Proben und die musikalische Ausbildung des Nachwuchses umfasst. So bleibt der Verein ein wichtiger Kulturträger und fest mit der örtlichen Gemeinschaft verbunden. —

MEHR INFOS
www.gruen-weiss-lohn.de



„Grün-Weiß“ Lohn – der Spielmannszug feiert 2025 einen runden Geburtstag.





Es dreht sich was

RWE treibt den **Ausbau der Erneuerbaren Energien** im Rheinischen Revier mit hoher Geschwindigkeit voran.



Hambach

Auf der rekultivierten Fläche des Tagebaus Fortuna-Garsdorf erweitert RWE nun den bestehenden Windpark Bergheim Wiedenfelder Höhe um drei Windenergieanlagen mit einer Gesamtleistung von 17,1 Megawatt (MW). Den Zuschlag dafür erhielt RWE bei einer Auktion der Bundesnetzagentur im Dezember. Der Baubeginn ist für Sommer 2025 geplant. Auf rekultivierten Flächen des Tagebaus Inden sollen sich bereits ab Sommer neue Rotorblätter drehen. Dort errichtet RWE derzeit den Windpark Aldenhoven – sechs Anlagen mit einer Gesamtleistung von 34,2 MW. Das Projekt „Hambach Niederzier“ hat die Sonne im Visier: Der Solarpark entsteht auf einer Fläche von rund 12 Hektar am westlichen Rand des Tagebaus – und damit oberhalb des künftigen Ufer-

bereichs des geplanten Tagebausees Hambach. Die über 22.000 Solarmodule mit einer Leistung von 13,9 MW peak sollen genug Ökostrom erzeugen, um umgerechnet rund 4.500 Haushalte klimafreundlich zu versorgen. RWE hat im Tagebau Hambach bereits zwei große Solaranlagen, eine davon mit integriertem Batteriespeicher, umgesetzt. Diese beiden Anlagen können rechnerisch rund 14.500 Haushalte pro Jahr mit Ökostrom versorgen. Neben RWE ist die NEULAND HAMBACH GmbH, die Interessenvertretung der Anrainerkommunen Elsdorf, Jülich, Kerpen, Merzenich, Niederzier und Titz, an den beiden Solarprojekten beteiligt. Auch das Projekt „Hambach Niederzier“ wird den Kommunen im Rahmen der Kooperation für eine Beteiligung angeboten. —

NEUE KARTE

Wanderwege in der Rekultivierung

Langsam erwacht die Natur aus ihrem Winterschlaf, der Frühling steht vor der Tür! Und mit den Temperaturen steigt auch wieder die Lust, draußen aktiv zu sein. Genau der richtige Zeitpunkt für die Neuauflage der RWE Wanderkarte.



Abwechslungsreiche Touren durch die Sophienhöhe, Bergheim, Indeaeue und Bedburg-Kaster erwarten Sie – vom kurzen Spaziergang bis hin zur 15-Kilometer-Wanderung. Ganz neu dabei ist auch ein Rundgang zu den Wildpferden. Denn auf der Goldenen Aue lebt seit Juni 2024 eine naturnahe Herde von Konikpferden.

Also, schnüren Sie Ihre Wanderschuhe und laden Sie sich die neue Karte über den QR-Code herunter, nutzen Sie die App „RWE erleben“ oder folgen Sie vor Ort den von den Wanderparkplätzen aus ausgeschilderten Pfaden.

→ **DOWNLOADEN**
Sie die neue Wanderkarte:



Familie Aksungur aus Niederzier ist dankbar für die Unterstützung der Mitarbeiterstiftung.



Hambach



Indeland

ENGAGEMENT

Mitarbeiterstiftungen helfen in der Region

Wenn das **Schicksal zuschlägt**, ist schnelle und unbürokratische Hilfe gefragt. Als Partner der Region hat RWE deshalb schon vor Jahren zwei Mitarbeiterstiftungen in Hambach und im Indeland gegründet, die jährlich jeweils 5.000 Euro für einen guten Zweck ausschütten. Das können Bewohner der umliegenden Gemeinden sein, aber auch RWE-Mitarbeitende, die unverschuldet in Not geraten sind. Menschen wie Familie Aksungur aus Niederzier. Nach ihrer Ankunft aus der Türkei lebte die Familie in einer Gemeinschaftsunterkunft. Vater Ismail überbrückte die Zeit bis zum Sprachkurs, indem er die Hausmeisterin der Unterkunft tatkräftig unterstützte. Dabei kam es 2024 zu einem tragischen Unfall, bei dem Aksungur von einem Linienbus erfasst und lebensbedrohlich verletzt wurde. Zuerst im Rollstuhl, jetzt mit Gehhilfen, mussten die Fahrten zu den Operationen und Behandlungen bewerkstelligt werden. Seine Frau macht derzeit einen Führerschein und möchte ein gebrauchtes Auto kaufen. Da die Familie dies nicht aus eigener Kraft stemmen kann, erhält sie nun finanzielle Unterstützung von der Mitarbeiterstiftung. —

Sie möchten selbst mit einer Spende etwas Gutes tun und die Mitarbeiterstiftung und damit Menschen in der Region finanziell unterstützen?

„Stiftung RWE-Mitarbeiter für das Indeland“
IBAN:
DE45 3955 0110
1200 9823 93

„Tagebau-Hambach-Mitarbeiter-Stiftung“
IBAN:
DE42 3955 0110
1398 9999 93

ABSICHTSERKLÄRUNG

VillePark ebnet Weg für neue Industrieansiedlungen

Fotos: RWE AG (4)



Der Rhein-Erft-Kreis, Hürth, Erftstadt und RWE Power haben eine Absichtserklärung zur Entwicklung des interkommunalen Gewerbegebiets „VillePark“ unterzeichnet. Auf rekultivierten Flächen des ehemaligen Tagebaus Vereinigte Ville entstehen 110 Hektar für Industrie und

Produktion. Dank der Lage zwischen Benelux und Rhein-Ruhr bietet der Standort ideale Bedingungen. Das Projekt soll neue Arbeitsplätze schaffen und den Strukturwandel unterstützen. Erste baurechtliche Nutzungen sind in drei Jahren geplant, 2025 starten Fachplanungen. —



Indeland

SOLARSTROM FÜR SCHWARZGELB

BVB und RWE bündeln Kräfte



So groß wie in Dortmund wird keine andere PV-Anlage auf einem deutschen Stadionsdach sein.

RWE und Borussia Dortmund (BVB) haben eine auf sechs Jahre angelegte Nachhaltigkeitspartnerschaft geschlossen. Im Rahmen dieser Kooperation installiert RWE die bisher größte Photovoltaikanlage auf einem Stadionsdach in Deutschland. Die Anlage auf dem SIGNAL IDUNA PARK, dem Stadion des BVB, umfasst mehr als 9.500 Solarmodule mit einer Leistung von über 4,2 Megawatt Peak.

Ergänzt wird die innovative Anlage durch einen Batteriespeicher mit einer Kapazität von 3,4 Megawattstunden, sodass auch bei fehlender Sonneneinstrahlung klimafreundlich erzeugter Strom zur Verfügung steht. Der erzeugte Ökostrom deckt theoretisch den gesamten Energiebedarf der BVB-Heimspiele, überschüssiger Strom wird von RWE ins Netz eingespeist.

Zusätzlich zu dieser Großanlage wurde bereits im April 2024 eine kleinere PV-Anlage auf dem Dach der BVB-FanWelt installiert. Diese Maßnahmen helfen dem BVB, seine Energiekosten zu senken und seine Nachhaltigkeitsziele zu erreichen. RWE-Vorstandsvorsitzender Markus Krebber und BVB-Geschäftsführer Hans-Joachim Watzke betonten die Bedeutung der Partnerschaft für den Klimaschutz und die Förderung innovativer Energielösungen. —



GEWINNE!
10 * 2
Karten für das BVB-Spiel gegen Borussia Mönchengladbach am 20.4. zu gewinnen: Einfach eine Mail an hier@rwe.com mit dem Betreff „BVB“ senden.



BATTERIESPEICHER NEURATH Einsatzbereit in Sekunden

RWE hat in Neurath und Hamm eines der aktuell größten Batteriesysteme Deutschlands mit einer Gesamtleistung von 220 MW in Betrieb genommen. Es kann seine ausgelegte Leistung sekundenschnell für etwa eine Stunde bereitstellen. RWE setzt die Batteriespeicher auf verschiedenen Energiemärkten ein. Insbesondere durch den Einsatz in den Regelenergiemärkten trägt das System zur Stabilisierung des Stromnetzes bei. Das Speichersystem umfasst 690 Batterieschränke mit je acht Batteriemodulen, verteilt auf die Standorte Hamm (140 MW, 151 MWh) und Neurath (80 MW, 84 MWh). Neben den Batterien hat RWE auch die entsprechende Netzinfrastruktur errichtet. Dazu gehören etwa die Hochspannungs-Transformatoren, die als Bindeglied zum Verteilnetz fungieren. —



Fotos: BVB/Alexandre Simoes, RWE AG (S. 16), Max Kopp, Zsoft/Szederkenyi, Sven Hagolani, indeland-Triathlon, traveler1116/E+/Getty Images (S. 17)

Wo treffen wir uns?

Na hier! Unsere Tipps für **Sport, Spaß und Unterhaltung** im Revier.

Kerpen, 27.4.2025

Grenzenlose Klangwelt

Das Internationale Akkordeon-Festival verbindet mitreißende Rhythmen und Melodien mit atemberaubenden Improvisationen. Hier lässt sich das Akkordeon in seiner ganzen Vielfalt erleben! Mit dabei: die Galizierin Helena Sousa Estevez. Jahn-halle. www.akkordeonale.de



Grevenbroich, 9.4.2025

Blaues Einhorn

In einem Haus am Waldrand lebt die kleine Kräutерhexe Pimpinella mit ihrem Schweinchen Albert. Doch dann findet sie im Wald ein himmelblaues Ei... „Die kleine Hexe und das himmelblaue Einhorn“ ist ein zauberhaftes Figurentheater für Kinder ab drei Jahren. Villa Erckens. www.museum-niederrheinische-seele.de

Bergheim

Bergbaugeschichte

Das „Klüttenmuseum“ bewahrt die einzigartige Sammlung des Bergmanns Karl Josef Buchen. Seit 1977 sammelte er mit Leidenschaft über 6.000 Briketts, Grubenlampen, Bergmannsfiguren und vieles mehr. Dank des Heimatvereins ist die Sammlung heute öffentlich zugänglich. Anmeldung erbeten. www.heimatfreunde-niederaussem.de

Eschweiler, 29.6.2025

Gemeinsam ins Ziel

Der Inland-Triathlon geht in die nächste Runde: Vom Schwimmen im Blausteinsee über die Radstrecke durch die Tagebau-Landschaft bis zum Zieleinlauf in Aldenhoven – Athleten aller Leistungsklassen freuen sich auf einen unvergesslichen Wettbewerb. Anmeldungen bis zum 15.6. www.indeland-triathlon.de



Bergheim, 11.5.2025

Der Wortakrobat

Poetisch, politisch, persönlich: Seit über 20 Jahren begeistert Bodo Wartke mit Klavierkabarett. Auch in seinem neuen Programm „Wandelmut“ verbindet er Humor mit Tiefgang und macht sich einen Reim auf das Leben. Medio.Rhein.Erft. www.veranstaltungen-bergheim.de



Viraler Hit

Mit dem Song „Barbaras Rharbarbar“ (zusammen mit Marti Fischer) wurde Wartke weltweit bekannt.



Frühlingsmärkte mit Flower Power

12.-14.4.2025
Düren

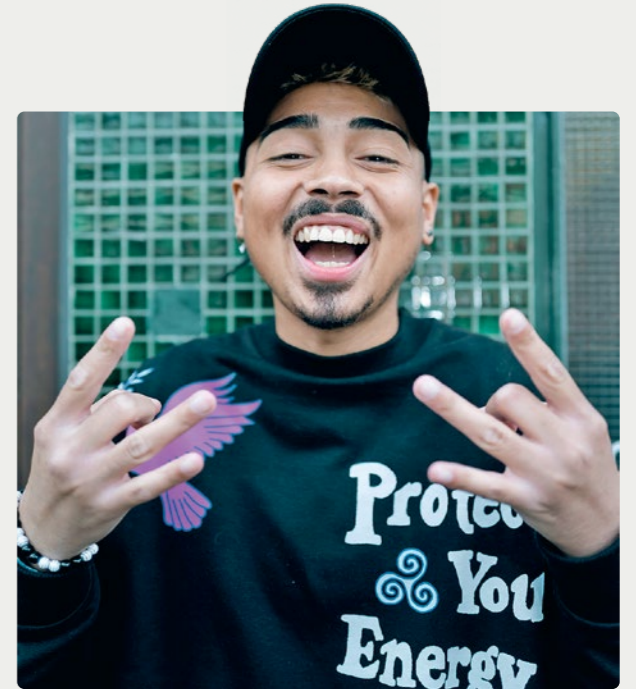
Frühlingsfest mit Kindertrödelmarkt in der Innenstadt. www.düren.de

12.-13.4.2025
Bergheim

Im Schlosspark in Paffendorf wird die neue Saison eingeleitet, mit Gartenmöbeln und -geräten und einem großen Angebot an Pflanzen, Mode, Schmuck und Kunst. www.schlosspaffendorf.de

8.5.2025
Aachen

Pflanzentauschbörse und Grüner Markt beim KuKuK – mit buntem Rahmenprogramm. Am alten Zollhaus. www.kukukandergrenze.eu



Düren, 21.5.2025

Tony Bauer hebt ab – „Fallschirmspringer“ live!

Shootingstar Tony Bauer, bekannt für den offenen Umgang mit seiner Krankheit (er ist lebenslang auf künstliche Ernährung angewiesen), bringt sein neue Show „Fallschirmspringer“ auf die Bühne! Mit scharfem Humor und persönlichen Geschichten begeistert der Duisburger das Publikum – charmant, ehrlich, zum Brüllen komisch. Vielleicht legt er sogar noch einen Tanz aufs Parkett, schließlich war er 2024 der Publikumsliebbling bei der TV-Show „Let's Dance“. Theater Düren im Haus der Stadt. Tickets: www.tony-bauer.ticket.io

Rheinwasser fürs Revier

Die Rheinwassertransportleitung sichert die nachhaltige Flutung der neuen Tagebauseen.

Mit dem Ende der Braunkohleförderung eröffnen sich für das Rheinische Revier vielfältige Perspektiven. Das Gesicht der-Region wird sich wandeln: Die neuen Tagebauseen Garzweiler See und Hambacher See werden als attraktive Badegewässer, Segelreviere und Naherholungsgebiete dazu beitragen. Um sie zu füllen, verlegt RWE Power bis 2030 eine rund 45 Kilometer lange Wassertransportleitung – die Rheinwassertransportleitung. Der künftige Indesee wird unabhängig davon mit Wasser aus der nahen Rur befüllt.

RWE Power hat ein ausgereiftes und durchdachtes Konzept für die Landschaft nach den Tagebauen vorgelegt. Es wurde mit Sorgfalt und Leidenschaft erarbeitet – von Menschen, für die das Rheinische Revier Heimat ist. Ziel ist eine hochwertige Rekultivierung, wie sie in Fachkreisen weltweit anerkannt und in der Region seit Jahrzehnten geschätzt wird. Wir haben mit Karsten Waschke gesprochen, der bei RWE Power für das Projekt „Rheinwassertransportleitung“ verantwortlich ist.

Regelmäßig informieren wir Sie in den betroffenen Gemeinden über das Projekt. Die Termine werden in der örtlichen Presse bekanntgegeben. Wir laden Sie ein, auch weiterhin Ihre Fragen und Anregungen einzubringen und mit uns gemeinsam die Zukunft der Wasserwirtschaft zu gestalten!



ALLE INFOS:
www.rwe.com/rheinwassertransportleitung



Herr Waschke, warum ist der Bau der Rheinwassertransportleitung notwendig?

WASCHKE: Die Braunkohletagebaue Hambach und Garzweiler werden in den nächsten Jahrzehnten zu großen Seen. Damit diese geflutet werden können, brauchen wir eine gesicherte Wasserversorgung. Die Rheinwassertransportleitung schafft die Voraussetzung dafür, dass ausreichend Wasser aus dem Rhein in die künftigen Tagebauseen geleitet wird.



Welche Herausforderungen gibt es beim Bau?

Der Bau einer über 45 Kilometer langen Wasserleitung ist technisch anspruchsvoll. Wir müssen Infrastruktur wie Straßen und Bahntrassen unterqueren, vielfältige naturschutzfachliche Belange berücksichtigen und sicherstellen, dass insbesondere die Bautätigkeit für die Menschen in der Nachbarschaft verträglich erfolgt.

Wie wird sichergestellt, dass die Wasserentnahme aus dem Rhein nachhaltig ist?

Die Entnahme erfolgt in Abstimmung mit den zuständigen Behörden nach einem vom Rheinabfluss abhängigen gestaffelten Entnahmekonzept. Bei niedrigen Wasserständen wird

„Mit den neuen Seen schaffen wir eine attraktive Landschaft mit vielen Freizeitmöglichkeiten für die Menschen in der Region.“

KARSTEN WASCHKE, RWE Power



wenig Wasser und bei hohen Wasserständen wird mehr Wasser aus dem Rhein entnommen. Das entnommene Wasser macht immer nur einen kleinen Bruchteil der gesamten Rheinwassermenge aus, sodass keine negativen Auswirkungen auf das Ökosystem und die Schifffahrt zu erwarten sind.

Wie wurden die Menschen in der Region eingebunden?

Es war uns sehr wichtig, von Anfang an mit den Bürgerinnen und Bürgern vor Ort im Gespräch zu sein und ihre Sorgen ernst zu nehmen. Bei vielen Informationsveranstaltungen in der gesamten Region und über unsere Infowebsite konnten wir viele offene Fragen klären. Ich bin überzeugt, dass eine hohe Transparenz der richtige Weg ist – das merken wir deutlich an der gestiegenen Akzeptanz für das Projekt.

Welche Vorteile bringt das Projekt für die Region?

Mit den neuen Seen schaffen wir eine attraktive Landschaft mit vielen Freizeitmöglichkeiten für die Menschen in der Region. Schon etwa zehn Jahre nach Beginn der Flutung durch die Rheinwassertransportleitung werden die Seen als Badegewässer, Segelrevier und Erholungsgebiet zur Verfügung stehen.

Fotos: RWE AG



Wie ist der aktuelle Stand und wann wird die Leitung in Betrieb gehen?

Die Planungen sind weit fortgeschritten. Im aktuellen Genehmigungsverfahren liegen alle Stellungnahmen aus der Öffentlichkeitsbeteiligung vor. Sobald der Planfeststellungsbeschluss der Bezirksregierung Arnsberg vorliegt, kann es losgehen. Die ersten 1.000 Rohre sind tatsächlich bereits an unseren Lagerplätzen angekommen. Die Bauarbeiten sollen noch in diesem Jahr beginnen. Ziel ist es, die Leitung rechtzeitig mit Beginn der Flutung der Tagebauseen ab 2030 in Betrieb zu nehmen. —

Die ersten 1.000 Rohre sind bereits angekommen, noch in diesem Jahr soll der Bau beginnen.

Rheinwasser für die Tagebauseen Garzweiler und Hambach



Wenn Geschichten viral gehen

BookTube, Bookstagram, BookTok – Social Media wirbelt die Literaturszene auf. Mittendrin: **die Hückelhovener YouTuberin Melina Zahren.**

E

igentlich kennen wir YouTube

als Plattform, auf der man lernt, wie man den perfekten Eyeliner zieht, einen kaputten Wasserhahn repariert oder sich stundenlang in Tiervideos verliert. Doch dazwischen gibt es eine eigene Ecke für Bücherwürmer: BookTube. Hier wird nicht nur vorgelesen, hier wird mitgefiebert, diskutiert und leidenschaftlich neuer Lesestoff empfohlen. Eine der ersten erfolgreichen deutschen BookTuberinnen ist Melina Zahren aus Hückelhoven. Ihrem „Reading Book Channel“, den sie seit 15 Jahren betreibt, folgen inzwischen fast 74.000 Menschen.

Was als Nische begann, hat sich längst zu einem Massenphänomen entwickelt: Vor allem die Social-Media-Plattform TikTok ist ein wichtiger Einfluss für junge Bücherfans. Unter dem Hashtag BookTok reichen ein paar Sekun-

den Begeisterung – und zack, geht ein Buch viral. Verlage kommen mit dem Nachdrucken kaum hinterher, Buchhandlungen haben eigene „TikTok made me buy it“-Tische, Bestsellerlisten werden auf den Kopf gestellt. Auch BookTube, das YouTube-Pendant, hat seine eigene, treue Community. Hier dominieren Buchgenres wie New Adult, Fantasy und Romance. Obwohl sie ihn mit aufgebaut hat, betrachtet Melina Zahren den Hype auch ein wenig skeptisch: „Es ist toll, dass junge Leute mehr lesen. Aber gerade bei den gefeierten Dark Romances wird oft ein überholtes, manchmal toxisches Männerbild vermittelt“, findet sie. „Es reicht nicht, Bücher nur zu bejubeln – wir haben auch die Verantwortung, Inhalte einzuordnen. Und vor allem jungen Leserinnen die Message mitzugeben, dass der Stoff nicht das echte Leben widerspiegelt.“

Einfach losgelegt

Wie bei ihr alles begann? Mit 15 Jahren las sie ein Jugendbuch ihrer Lieblingsautorin ein und lud das Audio-Dokument bei YouTube hoch. „Damals habe ich mich nicht wirklich um Dinge wie Urheberrecht gekümmert“, erinnert sie sich lachend. Über die Jahre baut sie sich eine kleine Community auf, liest auch selbst geschriebene Geschichten. Ihr Durchbruch folgt, als sie den Erotik-Hit „50 Shades of Grey“ vorliest. „Plötzlich habe ich auch das erste Mal Geld mit meinem Content verdient“, sagt sie.

Mit der wachsenden Reichweite kamen immer häufiger Kooperationsanfragen von Verlagen, zum Beispiel für Buchrezensionen. Doch mit der Kommerzialisierung ihres Hobbys tat sich die gelernte Mediengestalterin schwer. „Natürlich freute ich mich über die Anfragen,

Melina Zahren hat das Phänomen BookTok mitgeprägt – sie ist bereits seit 15 Jahren dabei. Doch der Erfolg stellte sie auch vor Herausforderungen.

aber durch den Druck, Deadlines einzuhalten und Content pünktlich zu produzieren, habe ich mir die Freude am Lesen und Schreiben nehmen lassen“, gibt sie zu. Ihren eigentlichen Hauptjob bei einer Kölner Produktionsfirma hat sie nie an den Nagel gehängt – zum Glück. „Die Belastung, vom Einkommen als BookTokerin abhängig zu sein, wäre mir zu hoch.“

Vor einem Jahr bekam die Literatur-Influencerin ein Baby, seitdem hat sich sowieso alles geändert. Die Schwangerschaft – und die damit verbundene Pause – brachten ihr Leben wieder in Balance. „Mir fiel auf, dass ich die ganze Zeit nur noch digitalen Kontakt zu meinen Freunden und Freundinnen hatte. Jetzt treffen wir uns wieder regelmäßig im echten Leben.“

Starke Community

Auch wenn es auf dem „Reading Book Channel“ in den letzten Monaten etwas ruhiger zugeht, sprudeln die Ideen weiter. Da ist zum einen ihr Online-Shop auf der Plattform „Etsy“, auf dem Melina Zahren Kerzen, Geburtstagskarten, Schlüsselanhänger und vieles mehr verkauft, überwiegend inspiriert von dem „magischen Universum“, wie sie es nennt. „Viele der Illustratortinnen, mit denen ich zusammenarbeite, kommen aus meiner BookTube-Community.“ Nächster Schritt: ein eigener Hörbuch-Verlag, mit dem die Buchliebhaberin Autorinnen aus dem Self-publishing-Bereich unterstützen möchte. „Den baue ich gerade auf.“ Worauf sie sich allerdings am meisten freut? Auf den Augenblick, wenn sie in ungefähr acht Jahren ihrem Kind das erste Mal „Harry Potter“ vorlesen wird. —

Es reicht nicht, Bücher nur zu bejubeln – wir haben auch die Verantwortung, Inhalte einzuordnen.“

MELINA ZAHREN,
BookTuberin



Bemale das Windrad mit deinen Lieblingsfarben. Wie würde es am schönsten in die Landschaft passen?

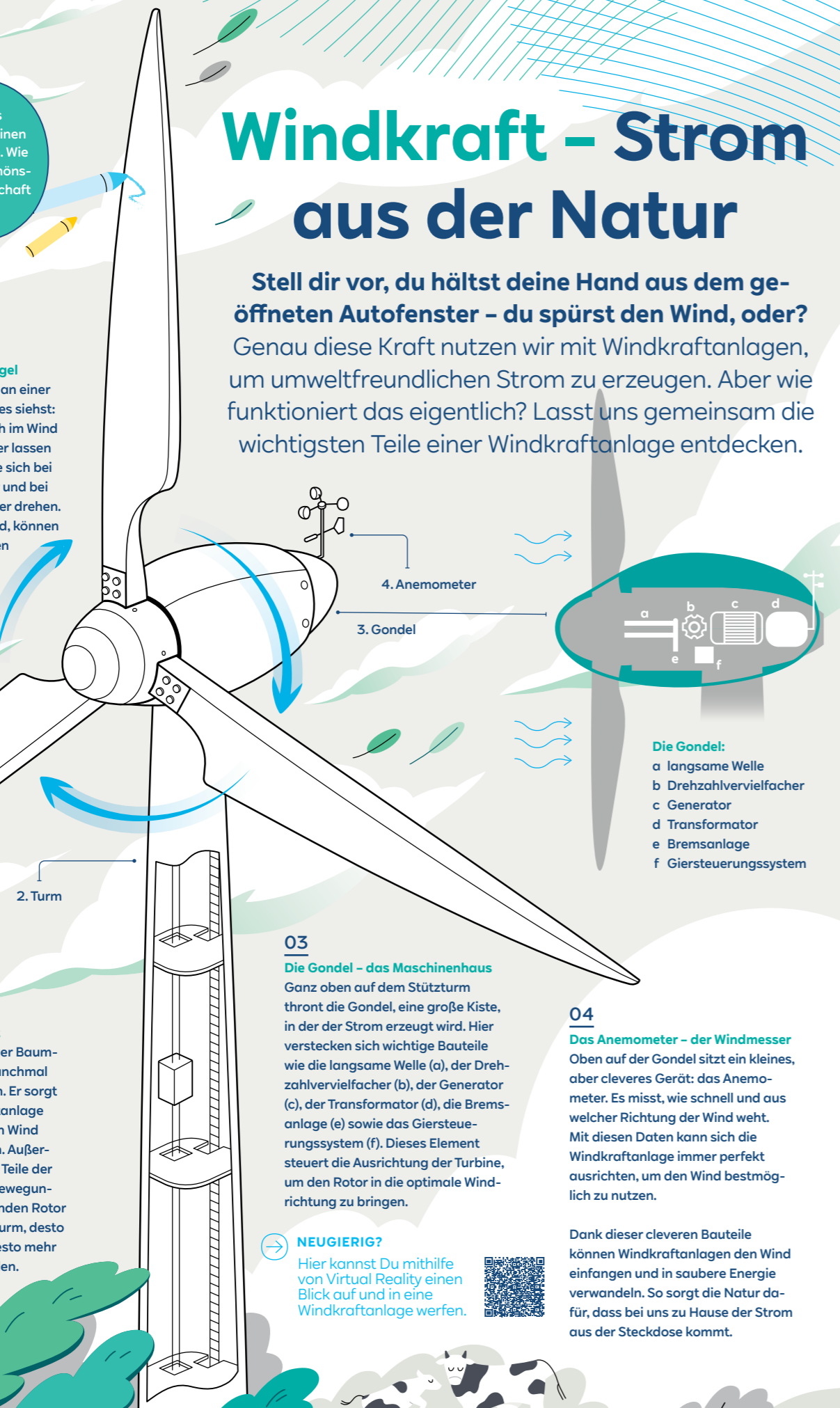
Windkraft – Strom aus der Natur

Stell dir vor, du hältst deine Hand aus dem geöffneten Autofenster – du spürst den Wind, oder? Genau diese Kraft nutzen wir mit Windkraftanlagen, um umweltfreundlichen Strom zu erzeugen. Aber wie funktioniert das eigentlich? Lasst uns gemeinsam die wichtigsten Teile einer Windkraftanlage entdecken.

01 Der Rotor – die Riesenflügel
Der Rotor ist das, was du an einer Windkraftanlage als Erstes siehst: drei riesige Flügel, die sich im Wind drehen. Diese Rotorblätter lassen sich verstellen, sodass sie sich bei starkem Wind langsamer und bei schwachem Wind schneller drehen. Wenn es zu stürmisch wird, können sie sogar ganz angehalten werden.

1. Rotor

02 Der Turm – das Rückgrat
Der Turm ist wie ein riesiger Baumstamm, nur aus Stahl, manchmal auch aus Stahl und Beton. Er sorgt dafür, dass die Windkraftanlage hoch genug steht, um den Wind bestmöglich einzufangen. Außerdem hält er die schweren Teile der Anlage und dämpft die Bewegungen, die durch den drehenden Rotor entstehen. Je höher der Turm, desto stärker der Wind – und desto mehr Strom kann erzeugt werden.



Die Gondel:
a langsame Welle
b Drehzahlvervielfacher
c Generator
d Transformator
e Bremsanlage
f Giersteuerungssystem

03 Die Gondel – das Maschinenhaus
Ganz oben auf dem Stützturm thront die Gondel, eine große Kiste, in der der Strom erzeugt wird. Hier verstecken sich wichtige Bauteile wie die langsame Welle (a), der Drehzahlvervielfacher (b), der Generator (c), der Transformator (d), die Bremsanlage (e) sowie das Giersteuerungssystem (f). Dieses Element steuert die Ausrichtung der Turbine, um den Rotor in die optimale Windrichtung zu bringen.

➔ NEUGIERIG?
Hier kannst Du mithilfe von Virtual Reality einen Blick auf und in eine Windkraftanlage werfen.



04 Das Anemometer – der Windmesser
Oben auf der Gondel sitzt ein kleines, aber cleveres Gerät: das Anemometer. Es misst, wie schnell und aus welcher Richtung der Wind weht. Mit diesen Daten kann sich die Windkraftanlage immer perfekt ausrichten, um den Wind bestmöglich zu nutzen.

Dank dieser cleveren Bauteile können Windkraftanlagen den Wind einfangen und in saubere Energie verwandeln. So sorgt die Natur dafür, dass bei uns zu Hause der Strom aus der Steckdose kommt.

Tolle Preise gewinnen!

Senden Sie das Lösungswort sowie Ihren Namen, Ihre Anschrift und Ihre Telefonnummer an: hier@rwe.com oder per Post an die RWE Power AG, Abteilung PEC-E, RWE Platz 2, 45141 Essen. **Einsendeschluss ist der 3. Mai 2025.**

1. Preis:
Philips Steam Airfryer 5000 Series Dual Basket – Airfryer & Dampfgarer



2. Preis:
RENPHO Power Thermoool Massagepistole



3. Preis:
Google Fitbit Inspire 3 – Gesundheits- & Fitness-Tracker




elektronische Post (engl.)	Frauenname	Bundesstaat der USA	Kanton der Schweiz	Stadt und Fluss in Böhmen	italienisch: Vorwärts!	Segel am hintersten Mast	Glockenblumengewächs	Möbelstück	gefeierter Künstler	Leid, Not	die Ackerkrume lockern
nordafrik. Mischvolkangehöriger				reichlich		6	kleine Treppe; flache Kiste				9
Insel der Kleinen Antillen			8		gemeinschaftsfördernd				5	Saatgut in die Erde bringen	sehr feucht
	12	Baumteil		linker Nebenfluss der Donau		7	Laden-, Schrankstück				
lettische Hauptstadt				Winzerbetrieb	kleines marderartiges Raubtier			Roman von Emile Zola			2
österreich. Komponist	Stuhlteil	also, folglich (lateinisch)	Fragewort: Auf welche Art?			intuitiv erfassen	Verkaufsstand			ukrain. Schwarzmeerhafen	
					11	biomed. Institut (Abk.)	Werk von Homer	Karpfisch	griech. Göttin der Morgenröte		
spiegelblanke Beschaffenheit	Zeitalter	Schluss	Gebirge auf Kreta			Rücken und Deckel des Buches					freundlich
in Eisstücken regnen					4	Dauerbezug (Kurzwort)	Abk. für Landeskriminalamt		10	römischer Sonnengott	französisch: in
Edelgas			indischer Staatsmann			3		Biologie: Tierunterart			
		Fassseitenbrett					gewaltiges Wegnehmen			Himmelsrichtung	13
germanischer Wurfspieß	englisches Bier		ohne Klang (Stimme)					Aufsehen, Skandal			1

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13

Lösungswort

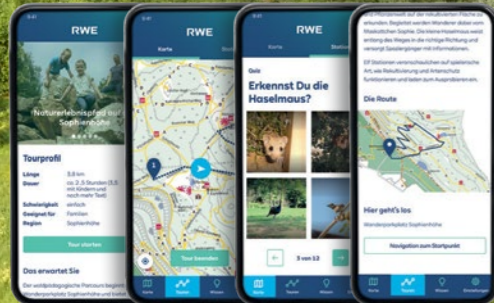
Scannen Sie den QR-Code ein und versenden Sie direkt Ihre E-Mail mit Lösungswort



„Wohngemeinschaft“ lautete die Lösung des Preisrätsels der letzten hier: (Ausgabe 04/2024). Gewonnen haben Anni Boländer aus Hürth (1. Preis: Nintendo Switch Konsole), Elisabeth Seewald aus Lengerich (2. Preis: Tefal OptiGrill+XL Kontaktgrill) und Kornelia Malisi aus Bächingen (3. Preis: Majority Retro Plattenspieler mit Bluetooth). Teilnahmeberechtigt an den Gewinnspielen in diesem Heft sind alle Personen, die das 18. Lebensjahr vollendet haben, die keine Mitarbeiter von Axel Springer Corporate Solutions, nicht mit der Organisation der Gewinnspiele betraut oder mit solchen Personen verwandt sind. Voraussetzung für die Teilnahme am Gewinnspiel ist ferner die Veröffentlichung des Namens und Wohnortes im Falle eines Gewinns in der nächsten Ausgabe dieses Magazins. Die Gewinne können von den Abbildungen abweichen. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. **Die Teilnahme über Teilnahme- oder Gewinnspiel-Anmeldungsdienste ist ausgeschlossen.**

Verantwortlich für dieses Gewinnspiel ist die RWE Power AG. Ihre personenbezogenen Daten werden ausschließlich zur Durchführung des Gewinnspiels verwendet und nach dessen Abschluss gelöscht, sofern keine gesetzlichen Aufbewahrungspflichten bestehen. Eine Weitergabe an Dritte erfolgt nicht, mit Ausnahme der Veröffentlichung des Namens und Wohnortes, wie oben beschrieben, sowie zum Zwecke der Zustellung der Gewinne durch einen beauftragten Dienstleister. Bei Fragen zum Datenschutz können Sie sich gerne unter datenschutz@rwe.com an unseren Datenschutzbeauftragten wenden.

RWE



Raus aus dem Haus. Entdecken Sie das Rheinische Revier.

In der App „RWE erleben“ finden Sie viele spannende Informationen und Nachrichten rund um das Rheinische Revier. Es gibt Wanderrouten, Quizstationen und Neuigkeiten aus der Forschungsstelle Rekultivierung.

Die App bietet Ihnen viele neue Funktionen:

- Entdecken Sie die Rekultivierung! Ob zu Fuß, per Rad oder mit dem Pferd – für jeden ist etwas dabei. Zahlreiche Wanderwege bieten jede Menge Abwechslung für Groß und Klein.
- Wissensdatenbank: Mit Hilfe des Glossars können Sie sich über aktuelle Projekte und allerlei Wissenswertes über den RWE-Konzern informieren.
- Durch die kontinuierliche Erweiterung weiterer Wanderwege und wissenswerten Themen können Sie immer wieder neue Orte im Rheinischen Revier entdecken und lernen immer wieder Neues dazu.



[rwe.com](https://www.rwe.com)