

TEAG MAGAZIN

Nur Mut

Primärtechniker
Roman Krikau wächst im
Job über sich hinaus.

Auge in Auge

kümmert sich Tierpflegerin
Stephie Skudlarek täglich um die
Löwen im Zoopark Erfurt.

Weitersagen

lohnt sich. Wenn Sie die TEAG
weiterempfehlen, werden Sie mit
einer Prämie belohnt.

4 1/2

Rückwärtssaltos

müssen Profis im Hechtsprung vom Zehn-Meter-Brett machen, um den für das Olympische Komitee schwierigsten Sprung vorzuführen: den 109 B.

1935

wurde das Sportbad Friedrichroda eröffnet. Der hier abgebildete 10 Meter hohe Sprungturm ist heute ein technisches Denkmal. 1936 und 1940 trainierte hier sogar schon die deutsche Nationalmannschaft für Olympia. Das Wasser kommt aus einer eigenen Mineralwasserquelle, die mit erfrischenden 13,5 Grad Celsius sprudelt.

10-Meter-Türme

gibt es auch in weiteren Freibädern Thüringens – zum Beispiel im Weimarer Schwansee-Freibad und im Freibad Saalfeld.

Mutprobe Zehner

Mit einer Geschwindigkeit von 50 km/h trifft man beim Turmsprung vom Zehner auf die Wasseroberfläche. Die mutigen Springerinnen und Springer sind 1,43 Sekunden in der Luft. Laut Newton mit einer Beschleunigung von 9,81 Metern pro Quadratsekunde.

Nur Mut

ELIEEEEG

- Ausgabe 2 | 2024 -
Schwerpunkt:

Nur Mut



/ 8 /



/ 14 /

8

TEAG-Jobs für Mutige

Der Arbeitsplatz von Freileitungsmonteur Roman Krikau ist die Höhe.

14

Von wegen Schmusekatze

Die Schützlinge von Stephanie Skudlarek haben sie zum Fressen gern.

16

Auf den Zahn gefühlt

Kinderzahnärztin Dr. Rebecca Otto verrät, was gegen die Angst vorm Zahnarzt hilft.



/ 16 /

22

Solarenergie auf Nummer sicher

Bevor die TEAG Solar Freiflächenanlagen baut, wird das Gelände untersucht.

24

TEAG empfehlen

Ihre Empfehlung belohnt die TEAG mit einer attraktiven Prämie.



Themen, die uns bewegen

Erfahren Sie in unseren Online-Einblicken mehr über die Energiewelt in Thüringen

www.teag.de/einblicke



Impressum Herausgeber: TEAG Thüringer Energie AG, Schwerborner Straße 30, 99087 Erfurt, Telefon Kundenservice: 03641 8171111, elektronischer Kontakt: kundenservice@teag.de, www.teag.de. Wird kostenlos verteilt. Redaktion: Janine Mann, in Zusammenarbeit mit trurnit GmbH | trurnit Leipzig, Layout: Elisabeth Pergelt-Sagmeister, Anne Dahms (trurnit GmbH), Druck: Evers-Druck GmbH, 25704 Meldorf, Auflage: 534.087 Exemplare. Fotos: Titel: Guido Werner, Seite 6/7: stock.adobe.com – Les Palenik, stock.adobe.com – Ralf Mischke, Didier Descouens/Wikipedia, S. 18/19: Marie-Luise Recknagel, iStock.com – EnchantedFairy, iStock.com – ibrahim dogan, iStock.com – denisik11, iStock.com – bukkerk, S. 20/21: Illustrationen – Julia Friese, S. 24/25: iStock.com – Ton Pornprasit Panada, iStock.com – martin-dm, iStock.com – Unaihuiziphotography, S. 26/27: Fair Hotel SPA Jena, Erlebnis-Arena-Ruhla GmbH & Co.KG. Der für die TEAG gültige Verhaltenskodex ist unter www.teag.de einseh- und abrufbar.



- Wann - sind Sie mutig?

Mein Partner hat es nicht schwer, mein mutiger Held zu sein. Er muss dafür lediglich jede Spinne aus unserer Wohnung vor die Tür setzen. Und bei Ihnen? Sich vom Zehner stürzen, Zähne beim Zahnarzt zeigen, zur eigenen Meinung stehen, sich für andere einsetzen – welche Facetten hat Ihr Mutspektrum? In unserem zivilisierten Alltag geht es inzwischen selten um Leben und Tod. Dennoch oder gerade deswegen haben auch wir jeden Tag Gelegenheit, mutig zu sein. Alltagshelden stürzen sich zwar ohne Ritterrüstung in den Kampf, sind aber unerlässlich. Das kann die Feuerwehrfrau sein, der Pfleger im Krankenhaus, die alleinerziehende Mutter, die ihre Familie mit zwei Jobs über Wasser hält, der ehrenamtliche Bürgermeister oder der Fußballschiedsrichter, der in seiner Freizeit auf dem Platz für Fairplay sorgt. Sie alle haben eines gemeinsam: Sie verdienen Respekt. Denn ihr Engagement hält unsere Gesellschaft zusammen. Und das ist aller Ehren wert.

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

Soll ich oder soll ich nicht?



Mut [mu:t], der

Im Althochdeutschen bedeutete «muot» Laune oder Stimmung – erst seit dem 16. Jahrhundert setzte sich für Mut die Bedeutung unerschrocken und wagemutig durch.



Ein echter Draufgänger

Obwohl er selbst nur bis zu 13 Kilogramm wiegt, stellt sich der Honigdachs seinem Gegner stets furchtlos mit wütendem Knurren und weit aufgerissenem Maul entgegen – egal, ob Löwe, Leopard oder Büffel. Auch das Gift von Skorpionen oder Schlangen kann dem Raubtier nichts anhaben.

Für Honig, seine Leibspeise, plündert er Bienenstöcke. Dank dicker und zäher Haut spürt er die Stiche nicht.

Wovor wir uns fürchten

Das Herz rast, die Hände zittern, der Körper schüttet Stresshormone aus – laut einer Statista-Umfrage ist das bei vielen der Fall, wenn sie eine Spinne sehen. Mit 28 Prozent ist die Angst vor Spinnen hierzulande am häufigsten verbreitet. Vor Höhe und Zahnarztbesuchen fürchten sich jeweils etwa 21 Prozent der Befragten, vor dem Fliegen knapp 9 Prozent.

Mut ist übrigens domänenspezifisch: Das heißt, auch wenn jemand in einem Bereich besonders mutig ist, kann er sich vor bestimmten Dingen fürchten.

52 %
der Deutschen

schätzen sich laut einer forsa-Umfrage aus dem Jahr 2022 als mutig und fünf Prozent sogar als sehr mutig ein. Sie haben in ihrem Leben schon einmal eine Entscheidung getroffen, die ihre Zukunft nachhaltig verändert und viel Mut erfordert hat.

Ärger als Mutmacher



Sich einzumischen, wenn andere bedroht oder beleidigt werden, erfordert eine ganz besondere Art von Mut: Zivilcourage. Wer eher Zivilcourage zeigt, lässt sich nur schwer unter kontrollierten Bedingungen untersuchen. Psychologen vom Max-Planck-Institut zur Erforschung von Gemeinschaftsgütern in Bonn vermuten aber, dass es eher impulsive Menschen sind, die beherzt eingreifen. Sie wägen nicht lange zwischen Risiko und Nutzen ab, sondern folgen ihrem unmittelbaren Gefühl – und stehen auch in brenzligen Situationen für andere ein.

”

Es gehört oft mehr Mut dazu, seine Meinung zu ändern, als ihr treu zu bleiben.

Christian Friedrich Hebbel

“

Urlaub für Mutige

Sich auf einer einsamen Insel im Pazifik aussetzen lassen, zu Fuß durch die Sahara wandern oder mit dem Kanu die abgelegene Wildnis des Yukon entdecken – eins haben die Reisen der Plattform „Wandermut“ von Tom Schinker und Martin Druschel gemeinsam: Es handelt sich um waschechte Abenteuer und nichts für weiche Gemüter. Wer mitwill, muss sich bewerben.

➔ www.wandermut.de



Mann werden mit Mutprobe

In vielen Kulturen müssen junge Männer eine Mutprobe bestehen, um in den Kreis der Erwachsenen aufgenommen zu werden. Die Sateré-Mawé, ein indigener Stamm aus Südamerika, verlangen bei einem Männlichkeitsritual von Jugendlichen, ihre Hand in einen Handschuh zu legen, in den 24-Stunden-Ameisen eingewebt wurden. Ihre Stiche gehören zu den schmerzhaftesten der Tierwelt. Wer die Schmerzen aushält, wird von den Älteren respektiert.

Kein Platz für Höhen- angst

Text Andreas Göbel
Fotos Guido Werner

Extreme Höhe und Wetterkapriolen sind nur einige der Gefahren, die für die Primärtechniker und Freileitungsmonteur der TEN Thüringer Energienetze zum Berufsbild gehören. Neben Mut gehört vor allem Fitness zu den wichtigsten Voraussetzungen für diese Tätigkeit.

Mit prüfendem Blick steht Primärtechniker Roman Krikau in seiner Kletterausrüstung vor einem Blitzschutz-Mast im Umspannwerk Eisenach-Ost. Mit leichtem Wind und bedecktem Himmel herrschen

an diesem Tag fast ideale Bedingungen für den schwindelerregenden Einsatz, der vor ihm liegt. Seine heutige Aufgabe wartet in etwa zehn Metern Höhe und ist schon vom Boden aus gut erkennbar: An einem Scheinwerfer, der das Gelände nachts beleuchtet, hat sich eine Schraubverbindung gelockert. Anstatt auf den Boden wirft er sein Licht in den Himmel. Scheinbar mühelos macht sich Roman Krikau schließlich an den Aufstieg. Gesichert wird er von zwei überdimensionalen Karabinern, die er abwechselnd in die Streben des Mastes einhakt und die in einen speziellen Bandfalldämpfer übergehen, der im Ernstfall einen Sturz abfedern kann. Innerhalb kürzester Zeit hat er seinen luftigen Arbeitsplatz erreicht, die Lampe gerichtet und wieder fixiert.

Er und seine zehn Kollegen aus dem Bereich Primärtechnik sind für die 110-kV-Leitungen und das Hochspannungsnetz im Netzgebiet Mitte-West der Thüringer Energienetze (TEN) verantwortlich. In der Praxis bedeutet das die Verantwortung für 56 Umspannwerke sowie Schalthäuser und hunderte Kilometer an Freileitungen. Das Team hält die Leitungen und Anlagen instand, überwacht Baumaßnahmen und nimmt selbst kleinere Reparaturen vor, sofern das möglich ist. Auch bei Kontrollflügen mit dem Hubschrauber sind Roman Krikau und seine Kollegen mit an Bord. Zudem steuern sie spezielle Drohnen, um mögliche Schäden und Probleme an den Leitungen zu inspizieren. Trotz aller technischen Hilfsmittel ist aber das Klettern nach wie vor die wichtigste und häufigste Einsatzart von Roman Krikau.

Richtige Klettertechnik ist unverzichtbar

„Von unten sieht es leicht aus, aber der Beruf hat es in sich“, erklärt Krikaus Kollege Devlin Müller, der die Arbeiten vom Boden aus verfolgt. „Die meisten wären da schon nach dem Aufstieg aus der Puste – aber dann fängt unsere eigentliche Arbeit erst an.“ Der bislang höchste Einsatzort seines Kollegen war auf stolzen 60 Metern Höhe. Neben Schwindelfreiheit, einer Portion Mut und technischen Fertigkeiten gehört deshalb



- Das - Netz

Das 110-kV-Netz der Thüringer Energienetze (TEN) umfasst 97 Umspannwerke und ein Stromnetz von 33.504 Kilometern Länge. Rund 2.900 Kilometer davon entfallen auf die 110-kV-Freileitungen. Das Netz teilt sich in vier Bereiche, die jeweils von eigenen Teams betreut werden. Der Bereich Mitte-West erstreckt sich von Herda (Wartburgkreis) an der hessischen Grenze bis nach Bergsulza im Weimarer Land.



Nur Mut



Links
Ab zwei Metern Höhe steht immer ein Kollege zur Seite, der die Klettertour überwacht.

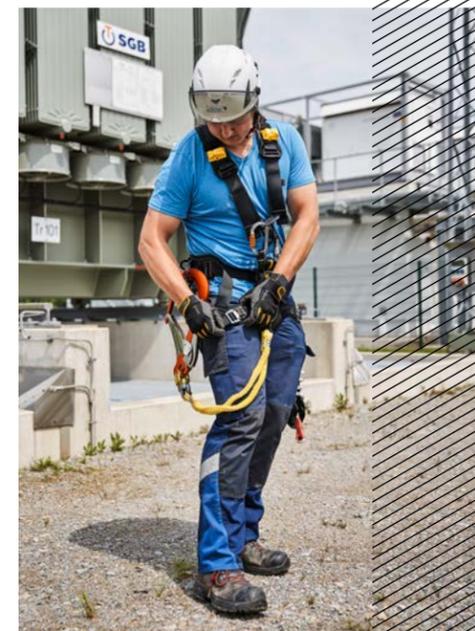
Rechts
Zwei große Karabinerhaken, die abwechselnd im Mast eingehangen werden, sind die Lebensversicherung.

Unten
Die größte Gefahr für Roman Krikau steckt in der Routine.

auch körperliche Fitness zu den Grundvoraussetzungen des Berufs – auch wenn mit der richtigen Klettertechnik der Aufstieg weniger kräftezehrend ist. Ebenso wichtig ist hohe Einsatzbereitschaft: Im Bereitschaftsdienst müssen die Kollegen der Primärtechnik sieben Tage lang 24 Stunden abrufbar sein.

Sicherheit steht immer an oberster Stelle

Die Leidenschaft für seine Tätigkeit ist Roman Krikau nach seiner Klettertour anzumerken. Mit strahlenden Augen und ein paar Schweißperlen auf der Stirn, blickt er an diesem heißen Sommertag zurück. „Bereits während meiner Ausbildung zum Elektroniker für Betriebstechnik habe ich das erste Mal Höhenluft geschnuppert – und sofort Blut geleckt.“ Seit 2013 ist er einer von zwei IHK-geprüften Freileitungsmonteuren im Bereich Mitte-West. Dafür absolvierte Krikau vor zwei Jahren eine Weiterbildung. Mindestens einmal im Jahr üben er und seine Kollegen auf den Indoor- und Outdoor-Anlagen auf dem TEAG-Campus in Erfurt verschiedenste Szenarien der Höhenrettung, um auf Ernstfälle gut vorbereitet zu sein. Dort gibt der Freilei-



tungsmonteur seine Berufserfahrung auch an andere weiter: Neben Kollegen und Mitarbeitern von externen Firmen werden in Kursen sogar Feuerwehrleute in der Höhenrettung geschult.

Wie oft die Kletterer zum Einsatz kommen, hängt von den Aufträgen ab: „In manchen Wochen müssen wir fast gar nicht hoch, in anderen klettern wir sechs oder sieben Masten an einem Tag“, erklärt Roman Krikau. Vor allem bei Arbeiten an Freileitungen seien die Monteure dabei immer im Team unterwegs. Die Kletterer sind zwar stets gut gesichert – ab einer Höhe von zwei Metern besteht grundsätzliche Gurtpflicht, zudem kommen Industrieklettergurte zum Einsatz, die nicht nur um Hüfte und Bauch, sondern auch über die Schulter geführt werden – dennoch ist im Fall eines Falles rasche Hilfe wichtig.

Zudem kann das zweite Paar Augen einen Blick auf eine Gefahrenquelle legen, die zusätzlich zu den Risiken durch Strom und Höhe beachtet werden muss: „Die Kollegen unten haben immer einen Blick auf das Wetter und geben Bescheid, wenn etwa ein Gewitter aufzieht“, erklärt Roman Krikau. Bei starkem Regen oder Wind, Eis und bei Gewitter wären die Einsätze zu gefährlich.

Neben diesen offensichtlichen Risiken gibt es jedoch noch eine weitere, weitaus subtilere Bedrohung zu beachten: Eine der größten Gefahren seines Berufes, so Roman Krikau, lauere in der Routine. Die Überprüfung aller Ausrüstungsteile vor jedem Aufstieg sei deshalb ebenso unverzichtbar wie konzentriertes Arbeiten am Mast – bei jedem einzelnen Einsatz. „Das Thema Sicherheit wird in der gesamten TEAG-Gruppe groß geschrieben“, fasst Devlin Müller zusammen. „Denn letztlich ist unser wichtigstes Ziel, dass alle Kollegen, die das tagtäglich machen, abends wieder wohlbehalten zu ihren Familien zurückkehren.“



**Du willst die Zukunft gestalten?
Die TEAG-Gruppe sucht neue
Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter
vom Monteur bis zum Ingenieur.
Jetzt bewerben!**

➔ www.teag.de/karriere

Mutige Zukunfts- macher

Im Kraftwerk, im Netz, in der Leitwarte – die TEAG-Gruppe bietet in ganz Thüringen spannende Jobs mit Verantwortung.

Text Lars Schuster

Fotos Guido Werner



Matthias Gneuß ist als Primärtechniker für die Kontrolle, Wartung und Instandhaltung der Umspannwerke der TEN Thüringer Energienetze verantwortlich.

Arbeit unter Spannung

„Ein Brummen hier, ein Knacken dort – im Umspannwerk liegt die Spannung regelrecht in der Luft. Bei Instandhaltungsarbeiten ist daher Sicherheit das oberste Gebot. Wenn ich in einem Bereich des Umspannwerks im Einsatz bin, geht nichts ohne meine Schutzausrüstung mit Lichtbogenschutz und die fünf Sicherheitsregeln, die wir immer beachten müssen. Mit der Erdungs- und KurzschlieÙgarnitur bereite ich die freigeschaltete 110-kV-Hochspannungsleitung für meine Arbeiten vor. Da unsere Sicherheitsstandards sehr hoch sind, muss ich nicht besonders mutig sein, spannend ist mein Job aber trotzdem.“

Damit es nicht
dunkel wird

Ohne den Einsatz von Sophie Reifhardt würde an vielen Orten in Thüringen das Licht ausgehen. Die 24-Jährige ist als Systemoperatorin in der Netzleitstelle für das gesamte 12.732 Kilometer lange Mittelspannungsnetz verantwortlich. Früh-, Spät-, Nachtschicht – rund um die Uhr ist sie mit ihren Kolleginnen und Kollegen der TEN Thüringer Energienetze im Einsatz, um die Energienetze im Freistaat von der Netzleitstelle aus zu überwachen und zu steuern. Bei Störungen lokalisiert sie das Problem, koordiniert die Netzmonteur zum Einsatzort und gibt die notwendigen Schaltbefehle, damit die Techniker vor Ort sicher ihre Arbeit verrichten können. „Ein verantwortungsvoller Job, der mich antreibt und auch Mut erfordert“, sagt die junge Arnstädterin, die erst im Februar ihre Ausbildung zur Elektronikerin für Betriebstechnik abgeschlossen hat und sich aktuell in einem berufsbegleitenden Fernstudium auf den Weg zur Elektroingenieurin macht. Wovor die ehrgeizige Frau Angst hat? „Vor Dunkelheit“, sagt sie. „Aber hier kann ich in meinem Job ja selbst die richtigen Hebel in Bewegung setzen.“

Sophie Reifhardt, Systemoperatorin Mittelspannung für ganz Thüringen in der Netzleitstelle



Andre Katzinski ist Projektmanager bei der TEAG Solar. Er ist allerdings nahezu ausschließlich für die Windkraft Thüringen GmbH & Co. KG im Einsatz – einem Gemeinschaftsunternehmen von 14 Thüringer Energieversorgern und Stadtwerken. Dort betreut er aktuell 19 Windenergieanlagen – von der Projektentwicklung über den Anlagenbetrieb bis hin zum Rückbau.

„Die Windenergieanlagen in Mihla bei Eisenach haben eine Nabenhöhe von 138 Metern. Wenn ich bei stärkerem Wind in der Gondel bin – zum Beispiel bei Wartungsarbeiten am Getriebe oder am Generator, schwankt es da oben spürbar. Dann vertraue ich auf unsere Schutzausrüstung. Wichtig: Immer konzentriert bei der Sache sein. Das kann ich gut, weil ich mehr bodenständig als risikofreudig bin.“



Die TEAG-Gruppe sucht über 300 mutige Zukunftsmacherinnen und Zukunftsmacher. In unseren Einblicken erfahren Sie mehr über den abwechslungsreichen Arbeitsalltag in der Thüringer Energiebranche:

➔ www.teag.de/einblicke



Nur Mut



Nur Mut

Mein Nachbar, der Bürgermeister

Text Lars Schuster
Fotos Guido Werner



Lukas Rothe ist seit Ende letzten Jahres ehrenamtlicher Bürgermeister von Gebese. Da der 40-Jährige gleichzeitig einen Vollzeitjob bei der Thüringer Aufbaubank hat, zögerte er zunächst vor der Verantwortung. Warum er sich dann doch mutig fürs Ehrenamt entschied, verrät er im Interview.

Die meisten von uns legen nach Feierabend die Füße hoch, treffen sich mit Freunden oder verbringen Zeit mit der Familie. Sie beginnen dann ihren zweiten Job als Bürgermeister. Wie hat sich ihr Leben in den vergangenen Monaten verändert?

Rothe: Mein Privatleben läuft aktuell auf Sparflamme. Bevor ich spät abends das Licht ausmache, beantworte ich noch E-Mails, und bevor ich morgens zur Bank fahre, organisiere ich meine Mitarbeitenden der Stadt und bespreche aktuelle Themen mit den Mitarbeitern der Verwaltung.

Was motiviert Sie dennoch, diese enorme Arbeitsbelastung zu meistern?

Rothe: Heute zum Beispiel hatte ich ein gutes Gespräch über die Erweiterung eines ortsansässigen Gewerbetreibenden. Solche Erfolgserlebnisse spenden Energie und machen glücklich. Ich kann für meine Stadt und ihre Menschen viel bewegen und weiß zahlreiche engagierte Bürgerinnen und Bürger an meiner Seite. Wir gestalten gemeinsam unsere Heimat – eine tolle Aufgabe.

Bei der Sie es nicht jedem recht machen können.

Rothe: Das ist richtig und das macht meinen Job nicht immer leicht. Zumal ich auch alle Menschen hier mehr oder weniger persönlich kenne. 2.100 Gebeseer bedeu-

ten 2.100 verschiedene Sichtweisen. Dass ich manchmal Entscheidungen treffen muss, die nicht jeder mitträgt, liegt in der Natur der Sache. Als gewählter Bürgermeister ist aber eben das Teil meiner Verantwortung. Dafür bin ich gewählt worden.

Was würden Sie sich in der politischen Diskussion wünschen?

Rothe: Wir diskutieren manchmal, ob ein Baum 10 Zentimeter weiter links oder rechts gepflanzt wird. Das kostet Zeit und Energie. Mehr Gelassenheit und Verständnis für die Position des Gegenübers würden helfen. Jeder hat heute eine Meinung. Diejenigen, die sich aber den Standpunkt des Gegenübers anhören und in einer Diskussion sachliche Argumente auch akzeptieren, werden weniger. Mehr miteinander statt gegeneinander – das ist ein Ziel meiner Arbeit.

Vor welchen Herausforderungen steht Gebese?

Rothe: Als Grundzentrum bietet Gebese sämtliche Einrichtungen für die Bedienung des täglichen Bedarfs der Bevölkerung. Dazu gehören ein Kindergarten, Schulen, Arztpraxen, eine Apotheke, Nahversorger und Industriebetriebe. Ich arbeite dafür, dass diese Infrastruktur im Ort erhalten und Gebese für alle Menschen, die hier leben, eine attraktive Heimatstadt bleibt. Das schaffen wir nur gemeinsam. Daher möchte ich auch Begegnungsorte für die Bürgerinnen und Bürger schaffen. Und wenn das auch nur eine neue Bank in einer Grünanlage ist, mache ich mich dafür stark.

Mutige Löwenmama

Text Melanie Fischer
Fotos Guido Werner

Stephie Skudlarek (33) ist Chefpflegerin der Raubtiere im Zoopark Erfurt. Kein Job auf dem Roten Berg ist wohl so gefährlich. Mit einer gehörigen Portion Mut und Respekt vor den Löwen bestreitet die Frau ihren Arbeitsalltag.

„Egal ob Stubentiger oder Großkatze, sie sind stolz und haben ihren eigenen Kopf“, so die Tierpflegerin Stephie Skudlarek. „Wenn sie einen nicht mögen, hat man verloren.“ Trotzdem trat sie 2022 aus Faszination die Stelle zur Tierpflegerin für Raubtiere an. Seitdem ist das Löwenhaus ihr Refugium. Insgesamt drei Frauen kümmern sich um Tüpfelhyänen, Erdmännchen, Löffelhunde und Wüstenfüchse. Das Löwenpaar Aslam und Bastet thront majestätisch auf einem Felsen in ihrer kleinen Afrikasavanne. Regelmäßig reinigt Stephie die Boxen und das Gehege und platziert abwechslungsreiche Beschäftigungsgegenstände. Bis auf Freitag bekommen sie täglich ihre zwei bis fünf Kilo Rind, Ziege, Schaf oder Yak serviert.

Die Raubtierexpertin weiß, auch sie stünde auf dem Speiseplan ihrer Pfleglinge. „Sie würden nicht mal mit der Wimper zucken und mich sofort anfallen“, so Stephie. Besucher sind hin-

ter dickem Panzerglas geschützt. Doch Stephie muss sich in das Reich der Großkatzen wagen, um ihren Job zu erledigen. Ein wichtiges Sicherheitsprotokoll schützt sie, Kameras und doppelt verschließbare Türen sind ihre Lebensversicherung. „Es gibt absolut keinen Kontakt zu den Löwen. Bevor ich die Außenanlage betrete, werden die Tiere in den Absperrboxen gesichert“, so die Pflegerin. Sie müsse sich jeden Arbeitsschritt genau überlegen, ein Flüchtigkeitsfehler kann zur Katastrophe führen.

Löwen sind geschickte und strategische Jäger, besonders die Weibchen. Von ihnen gehe die größte Gefahr aus. Skudlarek weiß: „Sie jagen die Beute und bestimmen, wann sie das Männchen besteigen darf. Wohl kaum ein Tier beschützt seine Jungen so gut wie eine Löwenmutter. Der Mutterinstinkt lässt es sie sogar mit Krokodilen, Nashörnern und Elefanten aufnehmen.“

Gefahr hinterm Glas
Wirklich nah kommt Stephie Skudlarek den Raubkatzen im Zoopark Erfurt nie.
Dennoch ist ihr Job gefährlich.

”

Sie würden nicht mal mit der Wimper zucken und mich sofort anfallen.

“

Die Zahnfee

Text Melanie Fischer
Fotos Guido Werner



Dr. Rebecca Otto (44) hilft kleinen und großen Angsthasen. In ihrer Zahnarztpraxis für Kinder macht sie kaputte Zähne wieder ganz und lässt den Arztbesuch zum Erlebnis werden.

In der Kinderzahnarztpraxis in der Paradiesstraße 6 in Jena duftet es nach Pfirsich. Ein heller Empfangsbereich, ein buntes Bällebad und das blubbernde Geräusch aus dem Aquarium im Wartezimmer wirken beruhigend auf die 0 bis 18 Jahre alten Patienten. In der knapp 400 Quadratmeter großen Praxis arbeitet ein 20-köpfiges Spezialistenteam rund um den Milchzahn. Als Dr. Otto ihre Kinderzahnarztpraxis 2009 aus dem Boden stampfte, wurde sie von vielen Kollegen belächelt. Doch sie hat im wahrsten Sinne des Wortes Zähne gezeigt.

Warum haben Sie sich auf Kinderzahnheilkunde spezialisiert?

Dr. Otto: Weil der Bedarf groß ist. In Thüringen gab es bis dato keine auf Kinder spezialisierte Praxis. Bis heute führe ich die einzige. Mit dem Vertrauen der Kinder lege ich den Grundstein dafür, dass sie ohne Angst ihr



Bekommen Sie beim Anblick von Dr. Rebecca Otto Schweißausbrüche? Tipps gegen Dentalphobie gibt es am Textende.

Leben lang regelmäßig zum Zahnarzt gehen. Nur so können teure Behandlungen verhindert werden. Das kommt auch der Gemeinschaft, die in die Krankenkassen einzahlt, zugute.

Gibt es einen Grund, warum Sie die einzige Kinderzahnarztpraxis in Thüringen sind?

Dr. Otto: Für viele Kollegen sind Milchzähne kein rentables Geschäft. Es gab einige, die mich für verrückt hielten, als ich mit 29 Jahren eine Praxis eröffnete und plötzlich hohe Schulden hatte. Doch ich habe nie an meinem Konzept gezweifelt. Meine Praxis ist dreimal so groß wie jede herkömmliche. Ich bin nicht nur Medizinerin, sondern auch Unternehmerin, und natürlich muss mein Betrieb laufen. Mein Team besteht nur aus Frauen. Mit attraktiven Arbeitsmodellen wie Homeoffice oder dem Quereinstieg haben auch Mütter die Chance auf Arbeit bei uns. Ich bin selbst Mama eines 8-jährigen Sohnes und demonstriere meinen Mitarbeiterinnen die Vereinbarkeit von Job und Familie.

Wie sieht Ihr Konzept aus?

Dr. Otto: Es ist 32 Seiten lang und unsere Bibel. Damit habe ich 2009 den 1. Preis für den Thüringer Businessplan-Wettbewerb des Thüringer Wirtschaftsministeriums gewonnen. Im Fokus steht immer der kleine Patient und nicht die Eltern. Die Kinder werden zuerst begrüßt. Der Empfangstresen und alle Möbel sind auf ihre Größe zugeschnitten. Unser Maskottchen „Wolly, das Schaf“ findet man bereits auf dem Knopf im Fahrstuhl. Später sieht man ihn in jedem der sechs Behandlungsräume. Mal schlüpft es in die Rolle eines Astronauten, dann ist es Prinzessin, Taucher oder Zauberer. Die wenigsten Kinder fürchten sich vor einem Schaf, ein Zahn dagegen suggeriert vielen Angst.

Wie schaffen Sie Vertrauen?

Dr. Otto: Bevor ich einem Kind in den Mund schaue, lerne ich es kennen. Ich versuche, für die 30 Minuten Behandlungszeit seine Freundin zu sein. Wir haben keine Behandlungstühle, sondern Liegen. Bei kleineren Patienten nutze ich gern Hypnose oder erzähle eine Traumgeschichte. Wenn sie möchten, können sie auf einem Bildschirm an der Decke ihren Lieblingsfilm auf Netflix schauen. Eine Narkose ist immer die letzte Option.

Was machen Sie anders als die meisten Kollegen?

Dr. Otto: Solange ich ruhig bleibe, fühlt sich mein Patient geborgen. Wir sagen nicht, dass wir ein Loch bohren müssen, sondern bürsten einen Krümel aus dem Zahn. Wenn der Zahn schlafen gelegt wird, nutzen wir anstelle einer Betäubungsspritze einen Zauberstab.

Dieser hat nur eine kleine Spitze und tut weniger weh. Auch Lachgas mit verschiedenen Gerüchen setze ich gern ein. Die Kids können sich wie beim Eismann zwischen Erdbeere, Vanille und Schoko entscheiden. Anstatt ekliger Watte bekommt der Zahn einen Superheldenanzug übergestülpt. Und dann kommt das Elsa-Licht, um die Füllung haltbar zu machen.

Haben Sie Tipps für kleine und große Angsthasen?

Dr. Otto: Drei Hauptmahlzeiten und zwei Snacks sowie zweimal täglich die Zähne putzen. Süßigkeiten nicht verbieten, sondern während der Mahlzeiten reichen. Dazwischen lieber ungesüßten Tee und Wasser geben. Denn 50 Schluck Apfelschorle über den Tag verteilt sind für den Zahn wie eine Tüte Bonbons. Der ständige Zucker ist ein herrlicher Nährboden für Karies. Finger weg von Quetschtüten und gesüßten Getränken für die Nacht. Bei Teenies sollte auf isotonische Getränke verzichtet werden, sie verursachen Säureschäden am Zahnschmelz. Knapp 61 Prozent der Erwachsenen haben Angst vor dem Zahnarzt. Darüber reden hilft! Ein Antistressball wirkt Wunder. Ganz wichtig, nicht ständig Termine verschieben. Das ist nicht nur nervig für das Praxisteam, sondern es lässt die Beschwerden nur schlimmer werden.

➔ www.kinderzahnärztin-otto.com



Viel Kommunikation auf Augenhöhe: Rebecca Otto nimmt sich Zeit für ihre Patientinnen und Patienten.

MUT zu Kindern

Text Melanie Fischer
Foto Guido Werner
Montage Alexander Pietschmann

Sich bewusst für mehr Kinder zu entscheiden, erfordert Mut, Kraft und Ausdauer. Da, wo Eltern mit vielen Kindern leben, kommt Katrin Konrad (51) ins Spiel.

Nur Mut

M

it dem Verband kinderreicher Familien Thüringen e.V. (KRFT e.V.) verschafft Katrin Konrad Eltern mit drei und mehr Kindern Gehör und Aufmerksamkeit. Die Juristin aus Ilmenau weiß ganz genau, wovon sie spricht. Stolz erzählt

sie von ihren eigenen vier Kindern und freut sich mit ihrem Mann über die ersten Enkel. Sie verzichtet auf teure Reisen und verbringt freie Zeit mit den Kindern. „Eine große Familie zu gründen, haben wir aus dem Herzen heraus entschieden. Konsum ist uns nicht wichtig, wir investieren in Zukunft.“ Mut, der vielen Thüringern fehlt. Denn von insgesamt 290.000 Familien leben 2023 nur 28.000 mit drei und mehr Kindern. Das sind nicht mal 10 Prozent. Dagegen hält der Freistaat seit Jahren einen traurigen Rekord. 57 Prozent der Familien haben jeweils nur ein Kind.

Kinder bedeuten Verantwortung

„Verantwortung für mehr als ein Kind trauen sich immer weniger Eltern zu. Denn es braucht Zeit, Infrastruktur und Geld, um Kinder in ihrer Entwicklung gut zu begleiten. Die strukturellen Rahmenbedingungen könnten besser sein“, so Konrad. In Thüringen schließen Geburtsstationen, bezahlbarer Wohnraum und ein einheitliches Schülerticket fehlen und der Lehrermangel ist besorgniserregend. Das 2007 eingeführte Elterngeld wurde nicht einmal angepasst. Alles Probleme, die nicht auf einmal da waren, sondern sich über Jahrzehnte anbahnten.

Familie als Einheit fördern

Unsere Gesellschaft organisiert Familie nicht so, dass sie als Einheit wachsen kann. Dabei gibt Familie Halt und Orientierung. Sie bildet über alle Lebensphasen und -krisen Resilienz und stellt ein Netzwerk an Unterstützung und Hilfe zur Verfügung. Im täglichen Miteinander lernen Kinder unter anderem Respekt, Toleranz, Fairness, Rücksicht und Mitgefühl.

Katrin Konrad war schon immer eine, die Lösungen suchte. Seit 2017 ist sie Geschäftsführerin des Vereins, der sich in Politik, Gesellschaft, Wirtschaft und Medien für ein positives Familienbild und deren Wertschätzung einsetzt. Kinderreiche übernehmen eine hohe Verantwortung und sind mit ihrer bejahenden Lebenseinstellung echte Leistungsträger in unserer Gesellschaft. Sie gehören in den politischen und gesellschaftlichen Fokus.

-Das- Ehrenamt

Rund 750.000 Menschen engagieren sich im Freistaat in unterschiedlichen Bereichen. Die Thüringer Ehrenamtsstiftung macht Engagement sichtbar und würdigt es, gibt neuen Projekten Starthilfe und unterstützt bewährte Angebote von Freiwilligen. Sie bietet Möglichkeiten der Vernetzung und vertritt die Interessen Ehrenamtlicher im Freistaat.

Engagieren Sie sich!



Die Mitgliedschaft im Verband ist kostenlos. Über 370 Thüringer Mitgliedsfamilien bilden ein Netzwerk an Unterstützung. Konrad und ihr Team bringen Menschen mit ähnlichen Problemen zusammen, um sich zu helfen, generationsübergreifend und eigenverantwortlich ihr Leben zu gestalten und frei von wirtschaftlichen und ideologischen Vorstellungen agieren zu können. Ein großer Meilenstein war die Einführung der Mehrkindfamilienkarte durch den Verband. In 130 Kultur- und Freizeiteinrichtungen entfallen für die Karteninhaber Eintritte ab dem dritten Kind.

Gute Gründe für mehr Kinder

In einer intakten Familie leben unbeschwerte und glückliche Kinder. Davon lassen wir uns als Eltern gern anstecken, besonders in Krisenzeiten. Kinder richten ihren Blick auf das Wesentliche. Sie strahlen Mut, Hoffnung und Zuversicht aus und stellen Fragen. Wir müssen ihnen Lösungen anbieten! Sie sind damit der schönste Grund, sich zu engagieren und aktiv das Hier und Jetzt für eine bessere Zukunft zu gestalten. Letztendlich ist es das, was unsere Gesellschaft braucht.

Vielleicht erfordert es heute ein wenig mehr Mut, sich auf ein Abenteuer mit mehr als einem Kind einzulassen, doch es lohnt sich.

➔ <https://thueringen.kinderreichfamilien.de>
➔ www.familienkarte-thueringen.de

Rekord- verdächtig

Sprung aus dem Weltall

Die Ersten auf...

Schneller, weiter, höher
lautet die Devise, wenn
mutige Menschen Welt-
rekorde aufstellen. Ein
Einblick in die erfolg-
reichsten Versuche, die
oft mit viel Nervenkitzel
verbunden sind.

Illustration Julia Friese

Nur Mut



Mit 8.848 Metern über dem Meeresspiegel ist der Mount Everest der höchste Berg der Welt. Seit 1921 versuchten zahlreiche Menschen diesen Riesen zu besteigen – vergeblich. Erst am 29. Mai 1953 gelang es Edmund Hillary im Alter von 33 Jahren bei einer organisierten Expedition mit Sherpas, den nepalesischen Arbeitern auf dem Berg. Gemeinsam mit Sherpa Tenzing Norgay schaffte der neuseeländische Bergsteiger den Anstieg. Rund zwanzig Jahre später erreichte auch eine Frau den höchsten Gipfel der Welt: 1975 bestieg die japanische Bergsteigerin Junko Tabei den Mount Everest. Bei der Expedition wurde sie von einer Lawine überrascht und unter den Schneemassen begraben. Ihr Sherpa rettete ihr das Leben – und trotz vieler Quetschungen und Prellungen schleppte sie sich erfolgreich ans Ziel. Inzwischen herrscht am Dach der Welt Massentourismus. Allein 2023 erreichten 656 Menschen den Gipfel.

...dem höchsten Berg

Am 14. Oktober 2012 sprang der österreichische Extremsportler Felix Baumgartner aus einer Höhe von fast 39.000 Metern aus einer Kapsel in Richtung Erde. Bei einer maximalen Geschwindigkeit von 1.342 km/h dauerte der freie Fall vier Minuten und 19 Sekunden, bevor sich der Fallschirm öffnete. Dabei durchbrach Felix Baumgartner als erster Mensch ohne Flugobjekt die Schallmauer.

Drei Tage wach

Laufen ohne müde zu werden, ohne Muskelkater oder Krämpfe – das ist für den US-amerikanischen Ultramarathonläufer Dean Karnazes dank eines genetischen Defekts Realität. Der heute 61-Jährige hält den Weltrekord im Dauerlaufen: 2005 lief er rund 560 Kilometer in 80 Stunden und 44 Minuten – drei Tage und drei Nächte, ganz ohne Pause und ohne Schlaf.



Die schnellste Radlerin der Welt

Die US-amerikanische Radsportlerin Denise Mueller-Korenek hält seit 2018 den Weltrekord für die höchste Geschwindigkeit auf einem Fahrrad im Windschatten. Dafür ließ sie sich in der Salzüste im US-Bundesstaat Utah von einem Dragster mit einem Schleppseil auf 160 km/h ziehen. Anschließend wurde das Seil gelöst und die Radlerin beschleunigte eigenständig im Windschatten des Fahrzeugs auf 296 km/h. Das entspricht in etwa der Geschwindigkeit, die eine Boeing 747 kurz vor dem Abflug erreicht.



Nur Mut

Auf Monsterwellen reiten

Nazaré in Portugal ist berühmt für seine einzigartigen hohen Wellen. Hier streben regelmäßig die mutigsten Surfer nach Rekorden. Dem deutschen Big-Wave-Surfer Sebastian Steudtner ist dies gleich mehrfach gelungen: Fast 30 Meter hoch soll die Welle gewesen sein, die er Ende Februar surfte. Erst 2020 stellte der Surferprofí den Weltrekord mit einer Wellenhöhe von 26,21 Metern auf – so hoch wie das Brandenburger Tor. Bei den Surfversuchen erreicht Steudtner Geschwindigkeiten von bis zu 100 km/h. Wer einmal von der Welle erfasst wird, kommt dank Rettungswesten nach 40 Sekunden wieder an die Wasseroberfläche. Ohne den Schutz halfen die Wellen ihre Reiter bis zu zwei Minuten unter Wasser.



Meisterin im Luftanhalten

Freitaucher gehen beim Apnoetauchen ohne Sauerstoffgeräte auf Rekordjagd. Bei dieser riskanten Sportart funktioniert nichts ohne Atemkontrolle: Vor dem Abtauchen vergrößern die Taucher mit einer speziellen Atemtechnik ihr Lungenvolumen auf bis zu 15 Liter. So auch Herbert Nitsch. Der Österreicher ließ sich mit einem Schlitten im Jahr 2007 bis auf 214 Meter unter Wasser ziehen. Sein Körper schaffte dabei ins Sparprogramm: Das Herz schlug weniger als 30 Mal pro Minute und die Lunge presste sich in der Tiefe auf die Größe einer Faust zusammen. Dieses sogenannte No-Limit-Tauchen ist brandgefährlich und daher umstritten. In einer anderen Disziplin geht es ohne zusätzliche Gewichte nicht ganz so tief. So erreichte zum Beispiel die Niederländerin Jeanine Grasmeijer beim Apnoetauchen 92 Meter, ihr Kollege William Trubridge aus Neuseeland 124 Meter.





Das Magnetik-Mehrkanal-Messgerät ist für Geophysiker Luis Kranz eines der wichtigsten Hilfsmittel bei der Suche nach dem explosiven Erbe der Vergangenheit.

Bombensicher

Beim Bau von Photovoltaikanlagen gibt es viele Hürden zu meistern. Eine davon ist die Suche nach gefährlichen Hinterlassenschaften aus dem zweiten Weltkrieg.

Text Andreas Göbel
Fotos Guido Werner

Mit einem speziellen Messgerät machen sich die Geophysiker vom Kampfmittelräumdienst Tauber Delaborierung auf einem unscheinbaren Acker in der Nähe von Nordhausen an ihre Arbeit. Ihr Auftrag: Bomben und andere Hinterlassenschaften aus dem zweiten Weltkrieg aufzuspüren. Ihre Expertise ist einer der vielen Schritte beim Bau der 800-kWp-Photovoltaikanlage für die Energieversorgung Nordhausen, die später die nahegelegene Biogasanlage mit grünem Strom versorgen soll. Den Bau der Anlage wird TEAG Solar übernehmen.

„Wir führen bei allen Verdachtsflächen eine Kampfmittelondierung durch“, erklärt Lukas Greifzu, Planer bei TEAG Solar. Diese Prüfung ist sinnvoll: Bei einem Projekt in Nordhausen wurde bereits eine Fliegerbombe gefunden, bei einer Freifläche in Eisenach gab es aufgrund der Verdachtsfälle keine Freigabe. Dass überhaupt in der Tiefe gesucht werden muss, liegt an der Konstruktion der PV-Anlagen: Um für Starkwind und andere Wetterlagen gerüs-

tet zu sein, müssen die Pfosten bis zu zwei Meter in den Boden gerammt werden.

Fotos für die Spurensuche

Der erste Schritt einer Prüfung sei immer der Weg ins Archiv, erklärt Geophysikerin Sarah Splettstößer. In einer Datenbank sind alle Hinweise zusammengetragen, die Aufschluss geben können. Vor allem historische Bilder der früheren Bombenkrater sind hilfreich: „Schätzungen gehen davon aus, dass bis zu 30 Prozent der damals abgeworfenen Bomben nicht explodiert sind.“ Wo nachweislich Bomben niedergegangen sind, ist die Wahrscheinlichkeit hoch, dass sich auch Blindgänger finden. Bei Verdachtsfällen wird dann vor Ort mit speziellen Messgeräten gesucht und gegebenenfalls nachgegraben. „In etwa 95 Prozent der Fälle finden wir nur Schrott – aber in fünf Prozent werden einige Tage später vorliegen. Dann wird sich entscheiden, ob das Projekt wie geplant weitergehen kann.“

-Partner- TEAG Solar

TEAG Solar ist für Industrie, Stadtwerke und Kommunen ein erfahrener Partner für PV-Großprojekte. Die Leistungen reichen von der Planung über die Finanzierung bis zum Betrieb und zur Gründung von Beteiligungsgesellschaften oder der Optimierung von Stromerlösen. Bei dem hundertprozentigen Tochterunternehmen der TEAG bringen rund 50 Solarexperten ihre Expertise ein.

➔ www.teag-solar.de

Tag der offenen Tür

14. September, 11-17 Uhr

Moderne Technik,
die begeistert.
Entdecken Sie
sieben Standorte
voller Energie!

Wir freuen uns auf Sie!

- ➔ Heizkraftwerk Bad Salzungen
- ➔ Wasserkraftwerk Falken
- ➔ Umspannwerk Nordhausen
- ➔ Erfurt - TEAG Akademie
- ➔ Photovoltaikanlage/
Trinkwasseraufbereitungsanlage Rottmar
- ➔ Umspannwerk Remptendorf
- ➔ Elektromobilitätstag in Nohra

Alle Standorte,
alle Infos unter:

➔ www.teag.de



Jetzt die
TEAG Mobil
Ladeapp herunter-
laden und von den
TEAG Mobil-Vorteilen
profitieren.

So läuft Laden.



Laden Sie Ihr E-Auto mit der **TEAG Mobil Ladeapp** noch schneller und zum absoluten Vorteilspreis von 49 Cent/kWh an unseren Ladesäulen!

- ➔ Einfacher Zugang zum größten Schnellladnetz in Thüringen
- ➔ Schnelles Laden an unseren Ladesäulen in Thüringen und in sechs weiteren Bundesländern
- ➔ Ein Preis an unseren Säulen: egal ob AC- oder DC-Laden



TEAG empfehlen

Weitersagen wird belohnt: Empfehlen Sie die TEAG weiter und sichern Sie sich 50 Euro Prämie.*

Freunde, Bekannte und Kollegen für unsere TEAG-Strom- und Gasprodukte zu begeistern, lohnt sich! Denn für jede erfolgreiche Empfehlung schenken wir Ihnen 50 Euro.

Um teilzunehmen, wählen Sie einfach unter www.teag-empfehlen.de einen Tarif der TEAG aus, den sie an Freunde oder Bekannte weiterempfehlen möchten. Mit wenigen Klicks können Sie Ihre persön-

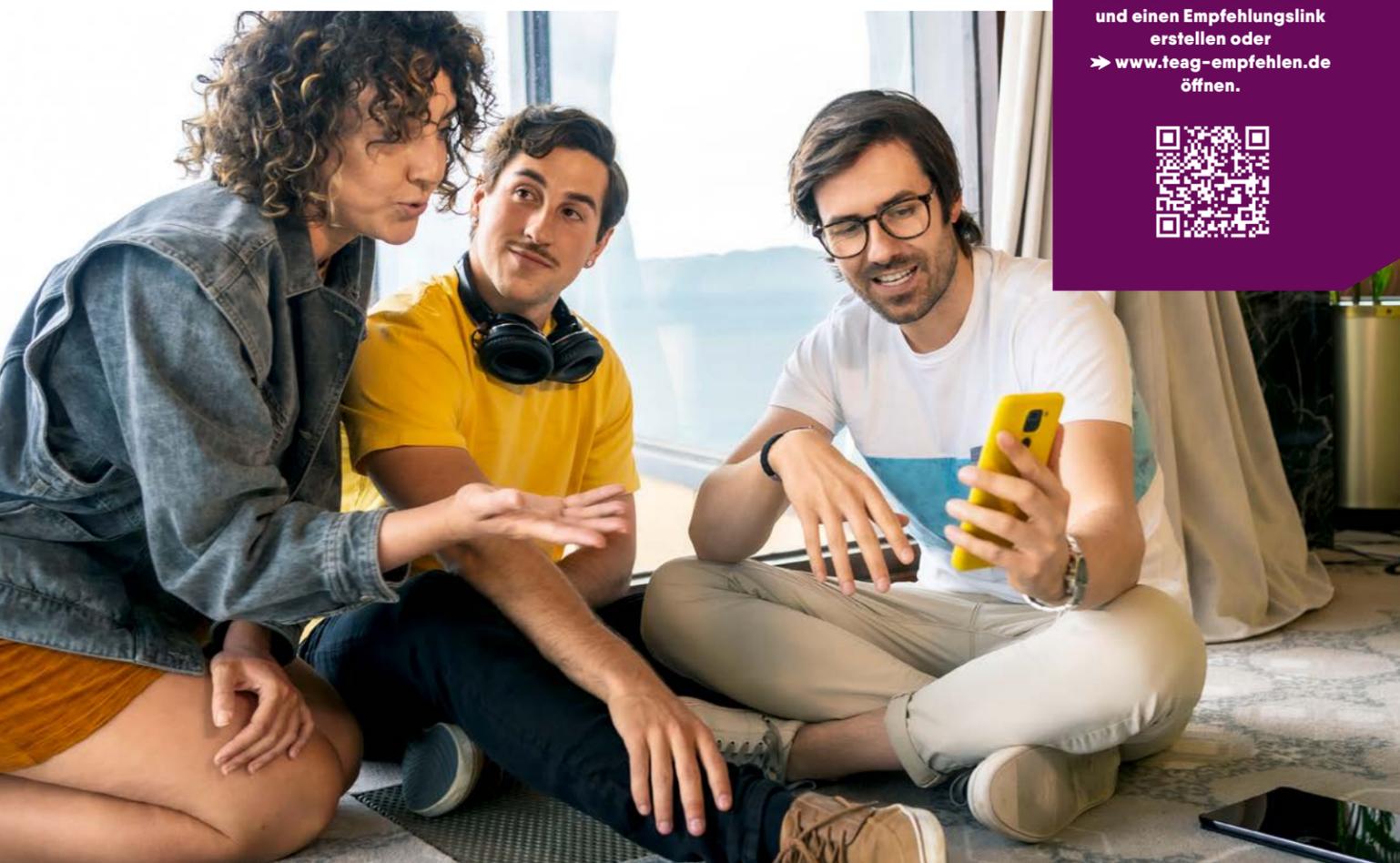
lichen Daten eingeben, einen Empfehlungslink generieren und diesen unkompliziert per E-Mail, Facebook, WhatsApp oder LinkedIn versenden. Bei einem erfolgreichen Neukundenabschluss winken bis zu 50 Euro Prämie. Ob Sie die Prämie behalten oder teilen wollen, entscheiden Sie selbst.

* Details zu den Auszahlungsbedingungen finden Sie unter www.teag-empfehlen.de/de/agb



**Energie teilen.
50 Euro Prämie sichern.**

Einfach QR-Code scannen und einen Empfehlungslink erstellen oder
➔ www.teag-empfehlen.de öffnen.



Thüringen²

Treue Kunden sparen mit der regionalen PowerKombi aus 100 % Ökostrom und Internet aus der Heimat.



„Wir haben uns bewusst dafür entschieden, Strom und Internet von Unternehmen aus Thüringen zu beziehen. Versorgungssicherheit und regionale Nähe des Anbieters sind uns gerade in diesen turbulenten Zeiten sehr wichtig. Besonders freuen wir uns, dass die TEAG unsere Treue mit dem jährlichen Kombi-Bonus Thüringen² in Höhe von 50 Euro honoriert.“

Johanna und Dieter Schandor,
Gräfentonna



TEAG-Stromkunden mit Netkom-Internetvertrag

können jetzt den dauerhaften Kombi-Bonus erhalten

- ➔ Einfach Kontakt mit unserem Kundenservice aufnehmen: telefonisch unter 03641 8171111 oder per E-Mail an kundenservice@teag.de
- ➔ Angaben zum Internetvertrag mitteilen
- ➔ Nach erfolgreicher Prüfung durch den Kundenservice jährlich bis zu 50 Euro auf der Stromrechnung sparen*

➔ QR-Code scannen und PowerKombi sichern:



* Details zum Kombi-Bonus finden Sie unter www.teag.de/thueringenhochzwei

-Mobil mit- Thüringer Netkom

Ihrem regionalen Internetanbieter können Sie jetzt auch bei Ihrem Mobilfunkvertrag vertrauen!

kostenlose Rufnummern-mitnahme



SIMsationell

Global surfen, lokal verbunden.

Z. B. mit unserem Tarif „S“ für 12,95€** mtl. in 4G- oder 5G-Qualität.

➔ netkom.de/mobil



** Einmaliger Bereitstellungspreis 19,95 €. Die Mindestvertragslaufzeit beträgt 24 Monate. Die Preise für optionale Leistungen sind der jeweils aktuellen Preisliste ThüringenMobil.privat zu entnehmen. Alle Preise inkl. der gesetzlich geltenden MwSt. Aktuelle Preisaktionen unter netkom.de. Irrtümer und Druckfehler vorbehalten.

Alle Infos zu den Rennen:

- ➔ www.weidatcross.de
- ➔ www.legendofcross.de



Bei den Läufen im Schlamm quälen sich die Teilnehmenden über Hindernisse und durch Matsch – und haben Spaß dabei.



Auf in die Schlamm Schlacht

Die TEAG unterstützt zahlreiche Thüringer Laufveranstaltungen als Sponsor. Beim WeidatalCross am 31. August und dem TEAG – LEGEND OF CROSS am 26. und 27. Oktober können die Starterinnen und Starter zeigen, was in ihnen steckt.

Hand aufs Herz – wo hat man heutzutage noch die Möglichkeit, seine Grenzen auszuloten und diese auch zu überwinden? Klar, im Sport. Steile Anstiege, Schlammgruben, Kletternetze, Feuersprünge, Wasserrutschen – wer beim WeidatalCross in Weißendorf oder beim TEAG – LEGEND OF CROSS in Mühlberg an den Start geht, muss auch 'ne Portion Mut mitbringen. Beide Crossläufe führen über Stock und Stein durch atemberaubende Thüringer Landschaften und verlangen den Läuferinnen und Läufern an zahlreichen Hindernissen alles ab. Dennoch sind auf Streckenlängen von 8 bis 27 Kilometern Anfänger und Profis herzlich willkommen. Und bei Teamstarts darf man sich natürlich gegenseitig motivierend Mut zusprechen. Unterschätzen sollte man auch die Wetterverhältnisse nicht. Der WeidatalCross kann bei sommerlichen Temperaturen schon mal zur Hitzeschlacht werden und beim LEGEND OF CROSS Ende Oktober kann man sich nach dem Sprung in die Schlamm- bowl schön warmzittern.

Besonders mutig werden übrigens nun schon zum zweiten Mal zahlreiche Sportlerinnen und Sportler mit geistiger Beeinträchtigung sein, die beim SPECIAL CROSS im Rahmen des LEGEND OF CROSS am 26. Oktober auf eine 4-Kilometer-Strecke gehen. Der Mut wird belohnt mit einer Medaille und jeder Menge Selbstbewusstsein. —



Mitmachen und gewinnen

Die TEAG verlost jeweils drei Freistarts für den WeidatalCross und den TEAG – LEGEND OF CROSS. Schicken Sie einfach eine Mail mit dem Kennwort „Freistart“ und Ihrem Wunschlauf an: ➔ redaktion@teag.de

Einsendeschluss für den WeidatalCross: 23. August 2024



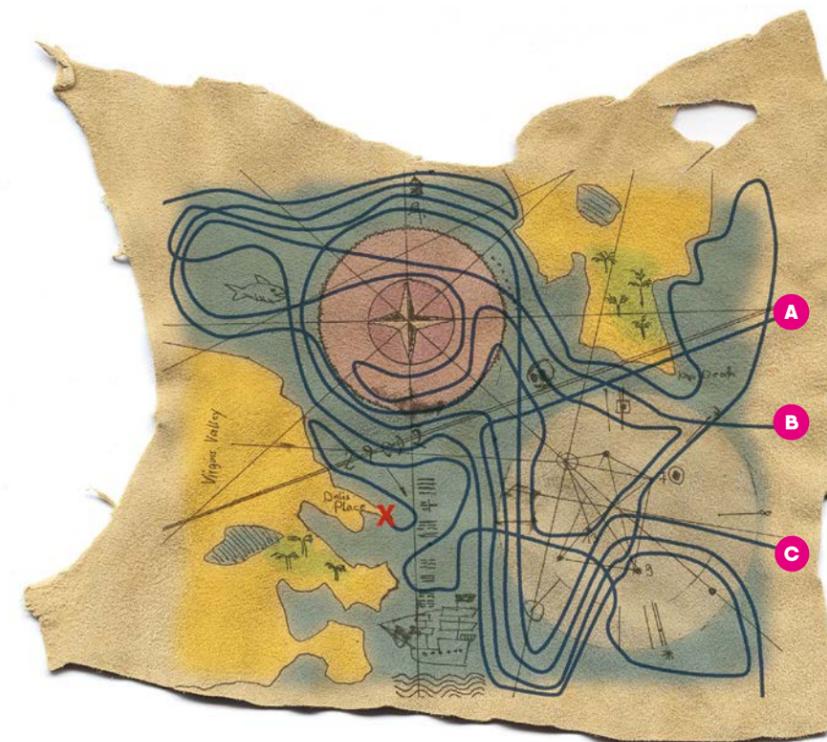
➔ Einfach QR-Code scannen und ins TEAG-Laufuniversum eintauchen!



– Jetzt – abräumen

Gehen Sie mit uns auf Schatzsuche und gewinnen Sie einen Gutschein für eine „Ultra All Inclusive Auszeit“ für 2 Personen im FAIR RESORT in Jena. Außerdem verlosen wir ein Multitool und ein Slackline-Set. Viel Erfolg!

Des Rätsels Lösung
Senden Sie einfach eine frankierte Postkarte oder eine E-Mail mit Ihrem Absender und dem richtigen Buchstaben an: TEAG Thüringer Energie AG, Kennwort: Schatzsuche, Postfach 90 01 32, 99104 Erfurt, E-Mail: teagmagazin@teag.de, Einsendeschluss: 13. September 2024



Wo geht's lang? Drei mutige Schatzsucher machen sich mit ihren Schiffen auf den Weg zum Schatz, der mit einem X markiert ist. Doch nur einer der drei Abenteurer navigiert auf der richtigen Route – wer ist das?

Teilnahmebedingungen für alle Gewinnspiele in dieser TEAG-Magazin-Ausgabe: Teilnahmeberechtigt sind alle, die mindestens 18 Jahre alt sind und ihren Wohnsitz in der Bundesrepublik Deutschland haben. Jede Person darf nur einmal am Gewinnspiel teilnehmen. Die Teilnahme über automatisierte Massenteilnahmeverfahren Dritter ist unzulässig. Der Gewinn wird unter allen richtigen Lösungen verlost. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Der Gewinn wird nicht in bar ausbezahlt. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Sofern sich der Gewinner auf eine Gewinnerbenachrichtigung nicht innerhalb von zwei Monaten meldet, verfällt der Gewinn und es wird ein Ersatzgewinner ausgelost. Der Versand der Gewinne erfolgt nur innerhalb Deutschlands. Informationen gemäß Art. 13 DSGVO: Verantwortliche Stelle: Thüringer Energie AG, Schwerborner Straße 30, 99087 Erfurt, Telefon: 0361 652-0, E-Mail: datenschutz@teag.de, Datenschutzbeauftragte: TEAG Thüringer Energie AG. Zweck der Datenverarbeitung: Die von Ihnen angegebenen personenbezogenen Daten werden zur Durchführung des Gewinnspiels verwendet. Rechtsgrundlage ist hierfür Art. 6 Abs. 1 lit. a). Die Teilnahme am Gewinnspiel erfolgt freiwillig, ohne Koppelung an sonstige Leistungen. Weitere Informationen zum Datenschutz können Sie unserer Datenschutzerklärung entnehmen, die unter www.teag.de/Datenschutz abrufbar ist oder die Sie postalisch anfordern können.

– Juhuuuuuuuu –

Bringen Sie auf Deutschlands steilster Sommerrodelbahn Ihre Nerven zum Kitzeln. Auf der rund 1.000 Meter langen, kurvenreichen und steilen Erlebnis-Rodelbahn in Ruhla erleben Sie eine rasante Bergabfahrt durch den Thüringer Wald. Zunächst werden die mutigen Passagiere ganz gemächlich 111 Meter in die Höhe an den Start gezogen. Dann geht es auf der Einschienenbahn mit bis zu 35 Prozent Gefälle und bis zu 40 km/h bergab – vorbei an den Ruhlaer Sagengestalten und den Wanderern im Thüringer Wald.

Los geht's unter:
➔ www.sommerrodelbahn-ruhla.de



Erleben Sie mit der Thüringer Wald Card viele prickelnde Erlebnisse in der Region und profitieren Sie von attraktiven Vorteilen.

➔ www.thueringerwaldcard.de



DU WILLST DIE

ZU KU NFT

GESTALTEN?

Dann sei dabei! Wir wollen Dich:
als einen von über 300 Zukunftsmachern –
vom Monteur bis zum Ingenieur (m/w/d).

Profitiere von attraktiven Vorteilen:

- ✓ Sicherheit, Transparenz und attraktive Entlohnung dank Tarifvertrag
- ✓ flexible Arbeitsgestaltung – ob im Homeoffice oder im Büro
- ✓ zertifizierte Vereinbarkeit von Beruf und Familie
- ✓ Gesundheits- und Präventionsangebote



Jetzt bewerben!
teag.de/stellenangebote

TEAG

