TEAG MAGAZIN

Was für ein Job

Wissen Sie, was ein Oberkesselwärter oder eine Grundstücks-verhandlerin bei der TEAG-Gruppe machen?

Abgespeichert

Welche Rolle spielen Großspeicher für die Energiezukunft? Die TEAG Solar kennt die Antwort.

2 | 2025

Wald der Zukunft

ThüringenForst forscht, damit die grüne Lunge Thüringens widerstandsfähig wird.

Zukunft machen

Nackte Tatsachen

Seit über 20 Jahren beschäftigt sich Professor Gary Lewin vom Max Delbrück Center in Berlin mit einer Tierart, die aufgrund ihres Aussehens oft unterschätzt wird: dem Nacktmull. Die besonderen Eigenschaften der kleinen Nager geben der Wissenschaft immer wieder neue Rätsel auf – und liefern zugleich spannende Erkenntnisse. So haben Lewin und sein Team herausgefunden, dass ranghohe Tiere innerhalb ihrer Kolonien eine größere Milz besitzen. Das scheint sie widerstandsfähiger gegenüber Stress und Krankheiten zu machen. Auch ihre erstaunliche Langlebigkeit – Nacktmulle können über 30 Jahre alt werden – steht im Fokus des Interesses. Ihre Fähigkeit, gesund zu altern, inspiriert auch die Alternsforschung beim Menschen auf der Suche nach neuen Wegen für ein längeres, gesünderes Leben.

≫ Was Wissenschaftler aus Jena dazu empfehlen, lesen Sie auf den Seiten 16–17.

– Ausgabe 2 | 2025 –

Schwerpunkt:

Zukunft machen

6

Wie sieht der Zukunftswald aus?

ThüringenForst forscht auf einer Pilotanlage mit exotischen Bäumen. Ist das die Rettung?

14

Was machen die denn da?

Vier TEAG-Zukunftsmacher erklären, was wirklich hinter ihrem Job steckt.

16

Wie kann ich gesund altern?

Prof. Dr. Rudolph vom Leibniz-Institut verrät im Interview, was uns jung hält.

22

Wie gelingt die Energiezukunft?

Großspeicher machen Strom haltbar. Ein Blick auf das Pilotprojekt der TEAG Solar.

26

Was summt denn da?

Die TEAG verlost 25 Insektenhotels an Thüringer Kindergärten.

Themen, die uns bewegen

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

www.teag.de/einblicke

TEAG

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 Leipzig GmbH, Layout: Anne Dahms, Elisabeth Pergelt-Sagmeister (trurnit GmbH), Druck: Evers-Druck GmbH, 25704 Meldorf, Auflage: 481.150 Exemplare. Fotos: Titel: Guido Werner, Seite 2–3: Felix Petermann, Seite 6–11: Illustrationen/Grafiken Julia Friese, oxie99 - stock.adobe.com, Seite 14–15: Guido Werner, Seite 18–19: Sammlung Peter Weiss/www.postcard-museum.com, Seite 24–25: Monkey Business - stock.adobe.com, TEAG, Seite 26: Carlo Bansini. Der für die TEAG gültige Verhaltenskodex ist unter www.teag.de einseh- und abrufbar.

-Haben Sie-

einen Plan?

Ich gebe zu: Ich halte es da ein bisschen wie John Lennon. Der wusste schon: „Das Leben ist das, was passiert, während wir dabei sind, andere Pläne zu machen.“ Ich versuche also, möglichst im Jetzt zu leben, was in unserer schnellen Welt manchmal schon eine echte Herausforderung ist. Von der TEAG dürfen Sie da mehr erwarten. Wir planen – für morgen, für übermorgen und darüber hinaus. Damit Energie auch in Zukunft zuverlässig fließt: mit stabilen Netzen, mit Erneuerbaren, mit klugen Innovationen. Dafür sind unsere Energie-Experten im Freistaat unterwegs – engagiert, mit Know-how und mit Blick nach vorn. Wir machen Zukunft. Damit Sie im Hier und Jetzt ganz bei sich bleiben können. Und weil wir wissen, wie wichtig unsere Region ist, denken wir auch immer an das große Ganze – an Umwelt, Zusammenhalt und Lebensqualität.

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

Ein Stück Wald für morgen

Text Melanie Fischer
Fotos Guido Werner

Die Pilotfläche von ThüringenForst in der Nähe des nordthüringischen Heldrungen sieht aus wie ein Schachbrett. Dr. Nico Frischbier forscht hier am Zukunftswald.

Thüringens Wälder stehen unter Druck. Borkenkäfer, Hitze, Trockenheit und Stürme setzen dem grünen Herz des Landes zu. Die Folgen sind unübersehbar: Kahlflächen, abgestorbene Fichten, entwaldete Hügel. Doch Forscher und Forstämter stellen sich der Herausforderung – mit Mut, Hightech und neuen Ideen.

Es geht nicht nur um Schadensbegrenzung. Es geht darum, den Wald besser zu machen. Zukunftsfest. Und klimarobust. Langsam lässt Uli Klüßendorf (63), Forstamtsleiter von Sondershausen, die staubige Erde durch seine Hände rieseln. Dann schüttelt er den Kopf. „Noch vor Kurzem stand hier ein ganzes Meer aus Fichten. Heute ist davon kaum noch etwas übrig.“ Erst kamen Sturm und Dürre, dann die Borkenkäfer. Am Ende blieb nur: Kahlschlag. Einen Hektar große Lichtung mitten im Wald – wie eine offene Wunde in der Landschaft. Die Schäden durch Extremwetter, Schädlinge und Waldbrände sind vielerorts sichtbar – und sie bedrohen das, was Thüringen landschaftlich einzigartig macht.

Und diese eine Fläche ist kein Einzelfall. Seit 2018 hat Thüringen mehr als 132.000 Hektar Wald durch Hitze, Stürme und Schädlinge verloren – fast ein Viertel der gesamten Waldfläche im Freistaat. Wenn nichts geschieht, droht das grüne Herz des Landes Stück für Stück zu verschwinden.

Doch beim genauen Hinschauen sprießt auf dem braunen Boden etwas Grünes. Klüßendorf bückt sich, zieht einen kleinen Eichensprössling aus der Erde und lächelt. „Eichen treiben oft doppelt aus – zwei Bäume aus einem

Noch vor Kurzem stand hier ein ganzes Meer aus Fichten. Heute ist davon kaum noch etwas übrig.

Wo einst Wald war, hält Forstamtsleiter Uli Klüßendorf vertrocknete Erde in seinen Händen.

Samen. Mutter Natur geht gern auf Nummer sicher.“ Kaum war das Schadholz entnommen, haben sich junge Bäume von allein angesiedelt. Die Natur beginnt zu heilen – aber nicht schnell genug. „Wir müssen nachhelfen“, sagt Klüßendorf. „Mit Mischwald statt Monokultur.“ Was heute wild aufwächst, reicht längst nicht aus. Die Aufforstung muss geplant und begleitet werden – und zwar mit den Baumarten, die den Standortbedingungen der Zukunft standhalten können.

Warum es Fichten waren – und warum das nicht genügt

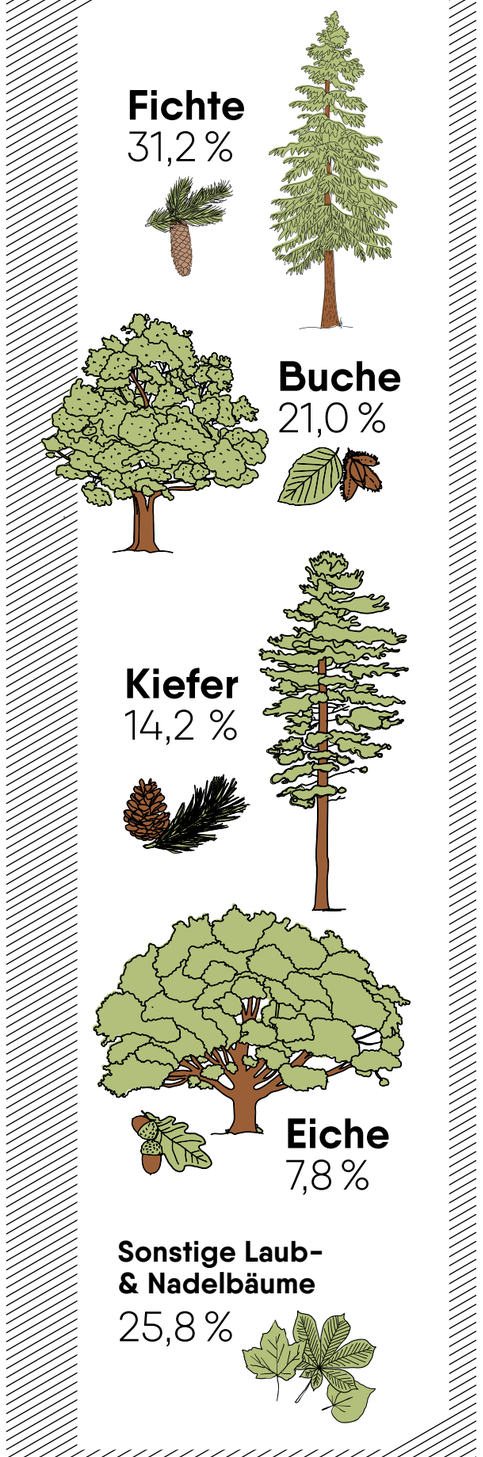
Der monokulturelle Fichtenanbau gilt heute als einer der Hauptgründe für das große Waldsterben. Doch er war einst eine Notlösung. „Nach dem Krieg musste schnell aufgeforstet werden – die Fichte wuchs schnell und war verfügbar“, erklärt Dr. Horst Sproßmann, Sprecher von ThüringenForst. „Oft fehlte schlicht das Saatgut für andere Baumarten. Und es musste Holz her – für den Wiederaufbau und für Reparationslieferungen.“

Heute denkt man langfristiger. Mischwälder sollen entstehen – mit robusten, vielfältigen Baumarten, die besser mit klimatischen Extremen umgehen können.

Extreme Bedingungen bringen große Erkenntnisse

Wie solche Wälder aussehen könnten, erforscht Dr. Nico Frischbier (48) vom Forstlichen Forschungs- und Kompetenzzentrum (FFK) in Gotha. In Heldrungen, in der trockensten und heißesten Region Thüringens, haben er und sein Team ein einzigartiges Real-Labor angelegt: 5.200 Bäume aus sechs Baumarten – darunter auch solche, die eigentlich in wärmeren Regionen zu Hause sind: Silberlinden, Orientbuchen, Libanonzedern, Türkische Tannen oder Hemlocktannen.

Jede Art wächst in exakt vermessenen Parzellen. Zeitrafferkameras dokumentieren das Wachstum. GPS und Sensoren erfassen jede Veränderung. „Jeder Baum hat seine eigene Koordinate“, sagt Frischbier. „Wir beobachten und messen, wie er auf Trockenheit oder



Oben
5.200 teils exotische Bäume werden im 2,5 ha großen Real-Labor bei Heldrungen untersucht.

Mitte
Der Feuchtsensor schlägt Alarm: Die Feuchtigkeit beträgt nur 6,6 %, mehr als 30 % sollten es sein.

Unten
Die Natur weiß sich zu helfen. Aus einem Samen treiben oft zwei Eichensprösslinge aus.

Hier geht’s weiter

Für Uli Klüßendorf und Dr. Nico Frischbier ist der Klimawandel keine Panikmache, sondern längst Realität.

Schädlinge reagiert.“ Heldrungen ist kein einfacher Standort: 400 Liter Regen pro Jahr, Temperaturen bis zu 4 Grad über dem Durchschnitt – das sind fast schon mediterrane Verhältnisse. Zum Vergleich: In einer ähnlichen Versuchsstation in der Schweiz fallen jährlich 1.200 Liter Niederschlag. Die Bedingungen sind so extrem, dass Forscher hier regelrecht in die Zukunft schauen können – wie durch ein Vergrößerungsglas.

„Alles, was hier heute passiert, wird sich in 15 Jahren im Rest von Thüringen zeigen“, so Frischbier. „Wir haben einen Zeitvorsprung – den müssen wir nutzen.“ Manchmal sei die Arbeit wie ein Kampf gegen Windmühlen. „Aber besser hier Lösungen entwickeln, als im ganzen Land später verlieren.“

Was Hoffnung macht

Bisher hat keine der exotischen Baumarten als „Super-Baum“ überzeugt. Doch eine Erkenntnis ist für die Wissenschaftler viel wertvoller: Auch viele heimische Baumarten passen sich langsam an. Die Stiel- und Traubeneiche zum Beispiel überstehen die Trockenheit besser als gedacht. Auch Elsbeere, Haselnuss, Spitzahorn, Hainbuche oder Weißtanne schlagen sich wacker. Frischbier: „Vielleicht ist die Mischung aus alt und neu die Lösung. Und kein einzelner Baum, sondern ein widerstandsfähiges Netzwerk.“ Und vielleicht liegt der Schlüssel nicht nur in Genetik und Herkunft – sondern auch in gesunden Waldböden, Biodiversität und kluger Bewirtschaftung.

Denken in Generationen

Uli Klüßendorf bringt es zum Schluss auf den Punkt: „Wenn wir heute einen Baum pflanzen, denken wir an unsere Enkel.“ Eine Eiche braucht 30 Jahre, bis sie einen Schatten wirft – und bis zu 250 Jahre, bis sie ihr Lebensende erreicht. Wer heute den Spaten in die Erde rammt, wird die Früchte meist nicht mehr selbst ernten. Aber er hinterlässt ein Versprechen. Für die nächste Generation. Für den Wald der Zukunft. Thüringen investiert jährlich rund 11 Millionen Euro in Pflege, Forschung und Aufforstung – damit dieser Wald nicht nur bleibt, sondern wächst. ▬

> **Wenn wir heute einen Baum pflanzen, denken wir an unsere Enkel.**

Sie möchten mehr über die Zukunft für Mensch und Wald wissen? Infos und aktuelle Meldungen finden Sie unter: ➠ www.thueringenforst.de

Tausendsassa Wald

Grüne Lunge

Ein Hektar Wald leistet mehr als man denkt: Er produziert jährlich **BIS ZU 30 TONNEN SAUERSTOFF** und filtert 50 Tonnen Staub und Ruß.

Zuhause für Tausende

MEHR ALS 13.000 ARTEN leben im Wald, davon über 4.500 im Totholz. Allein an der Eiche tummeln sich 1.000 verschiedene Insektenarten. Mit jedem alten Baum schützen wir ein ganzes Mini-Ökosystem.

CO_2-Bremse mit Wurzeln

Thüringens Wälder binden zurzeit pro Hektar jedes Jahr rund **9 TONNEN CO_2** – im intakten Wald ohne Klimawandelschäden sind mehr als 15 Tonnen pro Hektar möglich.

Der Wald als Wasserspender

Ein Hektar Wald bildet im Jahr bis zu **160.000 m³ NEUES TRINKWASSER.** Das ist mehr als 60 Olympische Schwimmbecken voll – ein natürlicher Wasserfilter ganz ohne Chemie.

Arbeitsplatz mit Wurzelkraft

40.000 MENSCHEN arbeiten in Thüringen direkt oder indirekt mit dem Wald. Ein einziger Hektar schafft 0,1 Arbeitsplätze – von der Forstwirtin bis zum Holzhändler. Jeder Baum bringt also nicht nur Leben, sondern auch Lohn.

Manchmal genügt ein einziger Gedanke, um beruflich neu durchzustarten: „Das kann ich auch!“ Maja Seifert wagte bei der TEAG einen neuen Schritt – und fand in der Welt der Technik nicht nur eine neue Aufgabe, sondern echte Erfüllung.

- Gestalte -
deine berufliche Zukunft bei der TEAG

Du willst mehr als nur Routine?
Ob Ausbildung, Quereinstieg oder Fachkarriere – bei der TEAG kannst du deinen Weg gehen. Mit echter Verantwortung, Zukunftsthemen und Perspektive.

Mehr erfahren und bewerben:
➔ **www.teag.de/karriere**

Im Zweifel: Ja!

Text Lars Schuster
Foto Guido Werner

Maja Seifert hätte einfach bleiben können. Als Werkstudentin startete sie 2018 bei der TEAG im Einkauf, nach dem Studium der Staatswissenschaften ging es in diesem Bereich weiter – sie kümmerte sich um die Ausschreibung, Vergabe und Abwicklung von Dienstleistungen. Ein vielseitiger Job, nette Kollegen – ein starkes Unternehmen.

Doch dachte sie irgendwann: „Das kann doch nicht alles gewesen sein. Ich wollte über den Tellerrand schauen“, sagt sie. „Da draußen passiert mehr und ich möchte verstehen, wie das funktioniert.“ Mit „da draußen“ meint sie das technische Herz der Energieversorgung – Netzplanung, Schaltungen, Spannungsberechnungen, Stromflüsse. Die nächste Tür stand zum Glück schon offen: Bei der TEN, der Netztochter der TEAG, wurde jemand für Koordinierungsaufgaben mit technischem Bezug gesucht. „Ideal für mich mit meinen Erfahrungen im Einkauf und der Lust auf Neues.“

Und plötzlich ruft die Werkbank

Für die neue Stelle hat Maja Seifert eine berufsbegleitende Zusatzausbildung im Bereich Elektrotechnik absolviert. Ein Jahr lang hieß es immer wieder in der TEAG Akademie die Schulbank zu drücken – und richtiges Handwerkszeug zu lernen. „Nach dem Studium und dem Bürojob plötzlich an der Werkbank zu stehen, war richtig spannend.“ Sie montierte Freileitungen und Kabel, lernte Stromkreise zu verstehen – ganz praktisch. Abstrakter waren die Ausflüge an die Hochschule. „Die Zeit im Hörsaal war echt herausfordernd“, erinnert sie sich. „Da ging es plötzlich um Spannungsabfälle, das Ohm'sche Gesetz und Berechnungen, von denen ich erstmal gar nichts verstanden habe.“ Das Fachchinesisch brachte sie manchmal zum Zweifeln – aber nicht zum Aufgeben. „Ich habe mich da richtig reingekniet“, sagt sie.

Ein Job mit Taktgefühl

Heute arbeitet Maja Seifert im Team Netzdienstleistungen bei der TEAG-Tochter TEN – in einem Bereich, der das Stromnetz der Zukunft möglich macht. Ihr Schreibtisch steht in Erfurt, ihr Arbeitsfeld ist ganz Thüringen. Maja Seifert koordiniert Anforderungen von Stadtwerken und Verteilnetzbetreibern, vermittelt zwischen Planung, Technik und Netzbetrieb. „Ich spreche mit Kolleginnen und Kollegen aus verschiedenen Bereichen. Dafür brauche ich keinen Blaumann – aber ein gutes technisches Grundverständnis. Durch meine Zusatzausbildung verstehe ich die Techniker besser und weiß, wovon sie reden.“

> „Da draußen passiert mehr und ich will verstehen, wie das funktioniert.“

Im Team wird das geschätzt – auch weil sie juristischen und wirtschaftlichen Sachverstand hat. „Ich bin eine Brückenbauerin“, sagt sie, und genau das macht ihr so viel Freude.

Beruflich wachsen – ohne zu gehen

Was Maja besonders an ihrem Arbeitgeber schätzt: Ihr Weg wurde nie blockiert, sondern gefördert. Weiterbildung, Wechsel, Vertrauen – das waren keine Steine, sondern Bausteine. „Bei uns kannst du dich entwickeln – ohne die TEAG-Familie verlassen zu müssen. Ich habe mein Umfeld behalten, aber den Inhalt verändert. Das ist ein Geschenk.“

In Nägelstedt bei Bad Langensalza hat sie mit ihrem Mann ein Haus renoviert. Wenn in der Gegend gefeiert wird, steht sie oft mit ihm auf der Bühne – singend. Geerdet, musikalisch, mutig. Das passt. Ihr Motto: „Im Zweifel: Ja.“ Ein Satz, der alles sagt – und viele ermutigen kann, selbst einen neuen Schritt zu wagen. —

Wenn der Strom denkt – und ich dafür sorge, dass er’s kann

Paul Sicker
Referent für Netzschutztechnik, Spezialist für Hochspannung – bei der TEN seit 2014

Was alle denken, wenn sie hören: Ich arbeite in der Hochspannungstechnik:

„Klingt irgendwie gefährlich.“ Oder so, als säße ich den ganzen Tag im Hochsicherheitstrakt. Dabei steckt mehr Rechenarbeit dahinter, als viele glauben.

Was ich wirklich mache:

Ich kümmere mich um Netzberechnungen, Arbeitsanweisungen und Richtlinien im Umgang mit Hochspannung. Unsere Netzleitstelle ist das Gehirn, die Anlagen draußen sind die Muskeln – und ich arbeite am Nervensystem. Also an der Technik, die alles zusammenhält. Dafür bin ich nicht nur am Schreibtisch, sondern auch draußen an Umspannwerken oder an unserer Testanlage.

Warum ich das bei der TEAG-Gruppe mache:

Weil hier meine Wurzeln sind – und die Technik nie stehen bleibt. Genau mein Ding: anspruchsvoll, sinnstiftend, zukunftsorientiert.

Wir gestalten Zukunft.

Vier Menschen. Vier Berufe. Ein gemeinsames Ziel: Thüringen

Nachhaltigkeit beginnt mit einer Frage: Wie geht’s besser?

Dr. Svenja Herzog-Weber
Nachhaltigkeitsmanagerin, bei der TEAG seit März 2025

Was alle denken, wenn sie hören: Ich bin Nachhaltigkeitsmanagerin:

„Oh, spannend – aber was macht man da genau?“ Die häufigste Reaktion ist ehrliche Neugier. Und manchmal auch ein leises: Klingt wichtig, aber irgendwie auch unkonkret …

Was ich wirklich mache:

Ich bringe Nachhaltigkeit ins Zentrum unseres Handelns. Ich arbeite an der Strategie für die gesamte Unternehmensgruppe mit – und begleite Projekte, die unseren CO_2-Fußabdruck verkleinern und unsere Klimaziele erreichbar machen. Dafür prüfe ich etwa, wie wir erneuerbare Energien wirtschaftlich einsetzen können.

Warum ich das bei der TEAG-Gruppe mache:

Weil mein Job nah an meinem Zuhause ist – und nah an der Zukunft. Ich mag es, wenn’s komplex wird. Die Energiebranche bietet beides.

Mitten im Paragrafen-Dschungel, aber immer auf Kurs

Luisa Stubendorff
Grundstücksverhandlerin Hochspannung, bei der TEN seit Oktober 2023

Was alle denken, wenn sie hören: Ich bin Grundstücksverhandlerin:

„Ach so, du kaufst also Grundstücke?“ Oder „Du kommst vorbei und kassierst Geld für den Stromanschluss?“ Oder – ganz wild – „Du enteignest Leute, wenn sie nicht mitspielen?“

Was ich wirklich mache:

Ich sorge dafür, dass unsere Hochspannungsleitungen rechtlich abgesichert über private Grundstücke verlaufen dürfen. Dafür verhandle ich Nutzungsrechte mit Eigentümern und stimme mich mit Behörden wie dem Grundbuchamt ab. Im Liegenschaftsinformationssystem prüfe ich Eigentumsdaten – manchmal wie Sherlock Holmes.

Warum ich das bei der TEAG-Gruppe mache:

Die TEAG ist ein verlässlicher Arbeitgeber. Der Campus in Erfurt bietet ein modernes Arbeitsumfeld und ich habe ein starkes Team an der Seite. Genau das habe ich gesucht – und gefunden.

Und das ist unser Job.

mit Energie versorgen – sicher, smart und nachhaltig.

Seit 46 Jahren unter Volldampf – mit Köpfchen statt Kohle

Ingo Erb
Oberkesselwärter, seit 1979 bei der TWS Thüringer Wärme Service GmbH

Was alle denken, wenn sie hören: Ich bin Oberkesselwärter:

„Ah, der mit der Kohleschaufel und dem Schweißtuch!“ Aber man wird nicht Oberkesselwärter, weil man besonders gut anfeuern kann – sondern weil man Verantwortung übernimmt und Erfahrung mitbringt.

Was ich wirklich mache:

Ich überwache in unserem Kraftwerk Rudolstadt/Schwarza unsere Dampferzeugeranlagen, schalte Anlagenteile zu oder ab, handle bei Störungen und vertrete den Schichtleiter. Weil das Kraftwerk rund um die Uhr besetzt ist, arbeite ich im Schichtbetrieb. Außerdem zeige ich neuen Kollegen, wie das Kraftwerk läuft. 46 Jahre Erfahrung helfen dabei.

Warum ich das bei der TEAG-Gruppe mache:

Weil es ein gutes Gefühl ist, etwas zu machen, das gebraucht wird – jeden Tag.

Du willst auch mit Energie was bewegen?
Dann komm ins Team! Finde den Job, der zu Dir passt:
www.teag.de/zukunftsmacher

Rezept für ein langes Leben

Text Anna Gumbert-Reif
Fotos FLI/Nadine Grimm

Was hält uns jung? Prof. Dr. Rudolph vom Leibniz-Institut für Alternsforschung in Jena (FLI) verrät, wie die Zellforschung und moderne Medizin zukünftig unser Leben verlängern könnten. Eins seiner Ergebnisse wird wohl nicht jedem schmecken.

Die Alternsforschung beschäftigt sich mit der Frage, wie die Menschen möglichst lange und gesund leben.

Warum gibt es die Alternsforschung?
Prof. Dr. Rudolph: Die Menschen wollen nicht nur möglichst alt werden, sondern ihre Lebensspanne gesund und aktiv verbringen. Vor 100 Jahren war es eine Seltenheit, 80 Jahre alt zu werden – heute ist das für viele dank besserer medizinischer Versorgung, Ernährung und Lebensumstände selbstverständlich. Wir befinden uns außerdem mitten im demografischen Wandel, viele Menschen treten aktuell in ihre letzten Lebensphasen ein. Davon ist vor allem der Osten von Deutschland betroffen. Doch mit dem längeren Leben treten auch altersbedingte Erkrankungen wie Krebs, Demenz oder Herz-Kreislauf-Leiden häufiger auf.

Was sind die wichtigsten Ansätze Ihrer Forschung?
Prof. Dr. Rudolph: Im Mittelpunkt meiner Forschung steht die Frage, warum Organe und Zellen im Alter ihre Regenerationsfähigkeit verlieren. Zellen teilen sich im Laufe des Lebens immer wieder, doch irgendwann können sie das nicht mehr – sie altern. Dabei verkürzen sich die Telomere, die Endstücke unserer Chromosomen. Werden sie zu kurz, verliert die Zelle ihre Teilungsfähigkeit und das Organ – vor allem Leber oder Darm – kann sich nicht mehr regenerieren. Ein weiterer Schwerpunkt ist die Suche nach Wegen, den Alterungsprozess zu verlangsamen. Man weiß schon lange, dass eine leichte Reduktion der Kalorienzufuhr (etwa 20–30 % weniger als gewohnt) die Lebensspanne vieler Tierarten verlängert – von der Fruchtfliege bis zum Affen. Bei diesen Tieren treten auch Alterskrankheiten später auf. Der Grund: Weniger Nahrungsaufnahme senkt die Stoffwechselrate und damit die Produktion schädlicher Nebenprodukte in den Zellen.

Werden diese Ansätze schon in die Praxis umgesetzt?
Prof. Dr. Rudolph: In den USA laufen bereits Studien mit Medikamenten wie Metformin, das die Effekte einer Kalorienrestriktion nachahmen soll. Es hemmt leicht die Funktion der „Kraftwerke" der Zellen, der Mitochondrien, und könnte so den Alterungsprozess verlangsamen. Ich bin überzeugt, dass der natürliche Ansatz einer moderaten Kalorienreduktion ebenfalls Potenzial hat und in Deutschland mithilfe einer klinischen Studie untersucht werden sollte. Solche Studien am Menschen müssen über viele Jahre laufen, um verlässliche Aussagen zu treffen. Aktuell suchen wir noch Sponsoren und Partner, die das Projekt unterstützen.

Warum sind auch Menschen in ihrem frühesten Lebensstadium für Sie interessant?
Prof. Dr. Rudolph: Wir wissen inzwischen, dass nicht nur unsere Gene und unser Lebensstil das Altern beeinflussen, sondern auch die Bedingungen, denen wir als Embryo im Mutterleib ausgesetzt sind. Wenn ein Embryo beispielsweise Stress, Mangelernährung oder andere ungünstige Faktoren erlebt, hinterlässt das Spuren im sogenannten Gewebegedächtnis. Die Zellen „merken" sich diesen frühen Stress, was die Funktion von Organen und Geweben im späteren Leben beeinflussen kann – bis hin zu einem erhöhten Risiko für altersbedingte Erkrankungen und einer erhöhten Geschwindigkeit des Alterns.

Was sind Ihre Tipps für ein langes, gesundes Leben?
Prof. Dr. Rudolph: Was jeder machen kann, ist, auf das eigene Gewicht zu achten und jeden möglichen Meter zu laufen. Die Forschung zeigt, dass eine maßvolle Kalorienreduktion, kombiniert mit regelmäßiger Bewegung, derzeit der vielversprechendste Ansatz ist. Sport wie Krafttraining trägt zum Muskelerhalt und damit zur Lebensqualität bei. Für mich persönlich funktioniert die Diätrestriktion auch gut. Wichtig ist, dies nicht auf eigene Faust, sondern in Absprache mit Experten zu tun, um Mangelernährung zu vermeiden.

Warum wünschen Sie sich ein langes Leben?
Prof. Dr. Rudolph: Letztlich sollte es das Ziel sein, nicht nur Jahre zum Leben, sondern auch Leben in die Jahre zu bringen. Ich persönlich finde das Leben jeden Tag interessant, und deshalb wäre es schön, lange dabei zu bleiben, sich Gedanken zu machen und am Leben seiner Liebsten teilzunehmen. —

-Zur- Person

Prof. Dr. Karl Lenhard Rudolph ist Mediziner und einer der führenden Alternsforscher am Leibniz-Institut für Alternsforschung – Fritz-Lipmann-Institut (FLI) in Jena. Sein Schwerpunkt liegt auf den molekularen Mechanismen der Zellalterung und der Regeneration von Organen im Alter.

Zurück in die Zukunft

Wie stellte man sich vor 100 Jahren das Leben im 21. Jahrhundert vor? In den 1920er Jahren entwarfen Künstler verblüffende Zukunftsvisionen – zu Papier gebracht auf fantasievollen Postkarten. Das Postkartenmuseum Hamburg hat sie bewahrt. Wir zeigen auf dieser Doppelseite eine Auswahl – überraschend, skurril und manchmal erstaunlich treffsicher.

Für den Flugverkehr brauchen wir nur noch sichere Vorfahrtsregeln.

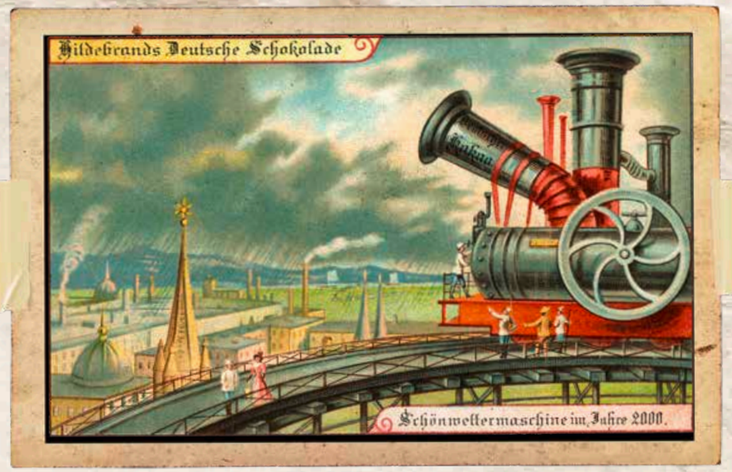
Deine Zukunft – deine Idee!

Wie sieht deine Welt von morgen aus? Gibt's fliegende Busse, sprechende Bäume oder beamst du dich zu deinen Freunden? Zeig uns deine Erfindung – male deine Zukunftsvision!

Schick dein Bild bis **14. September 2025** an: **socialmedia@teag.de**

Unter den besten Einsendungen verlosen wir eine Ninja Creami Deluxe Eismaschine.*

* Die Teilnahmebedingungen und Datenschutzinformation finden Sie unter www.thueringerenergie.de/Teilnahmebedingungen_malwettbewerb



Eitel Sonnenschein: Ein Schuß mit unserer Schönwetterkanone beendet trübe Regentage mit einem lauten Knall.

Auf frischer Tat ertappt: Mit scharfem Röntgenblick werden wir den Panzerknackern das Handwerk legen.

Wir ziehen um: Wenn uns die Nachbarn nerven, verfrachtet uns das Umzugsunternehmen einfach in eine bessere Wohngegend.

- TEAG Wasser -

Leistungen aus einem Fluss

- 2023 gegründet als 100 %-Tochter der TEAG
- Technische & kaufmännische Dienstleistungen für Thüringer Städte und Gemeinden
- Netzbetrieb, Betriebsführung von Wasserwerken & Kläranlagen
- 24/7-Havariedienst
- Verbrauchsabrechnung & Gebührenkalkulation

Statt mechanisch erfassen die digitalen Zähler den Wasserdurchfluss mit Ultraschall.

Zähler mit Köpfchen

Früher hieß es: Zettel im Briefkasten, der Wassermann kommt. Also ab in den Keller, Taschenlampe raus, Zähler freiräumen, Zählerstand notieren. Heute geht das einfacher – und klüger. In Bad Tabarz zeigt die TEAG Wasser, wie moderne Ultraschallzähler nicht nur Zeit und Aufwand sparen, sondern auch Wasser und Energie.

Text Lars Schuster
Fotos Carlo Bansini

TEAG-Wasser-Geschäftsführer Thomas Adelt ist von den digitalen Zählern überzeugt.

Wer Wasser spart, schützt die Zukunft – und wer dabei noch Technik für sich arbeiten lässt, liegt ganz im Trend. In Bad Tabarz (Landkreis Gotha) wird das Realität: Rund 1.300 alte Wasserzähler werden dort dieses Jahr durch digitale Ultraschallmodelle ersetzt. „Ein großer Schritt für mehr Komfort, Transparenz und Umweltbewusstsein“, sagt Thomas Adelt, Geschäftsführer bei der TEAG Wasser.

Die Vorteile liegen klar auf der Hand: kein Ablesetermin mehr, kein Zettel im Briefkasten, kein Umräumen des Hauswirtschaftsraums. Stattdessen überträgt der neue Zähler den Wasserverbrauch automatisch – verschlüsselt per Funk. Die Daten werden beim Versorger datenschutzkonform verarbeitet und für die Abrechnung genutzt.

Wasser sparen ohne Aufwand

„Im Fall von Bad Tabarz reduzieren wir die Wasserverluste mit dem System um rund 20 Prozent und sparen jährlich rund 50.000 Kubikmeter Wasser – das sind über 300.000 Badewannen voll“, rechnet Thomas Adelt vor. Auch der Energieaufwand für Transport und Netzbetrieb sinkt – um etwa 22.000 Kilowattstunden pro Jahr. Ob Leckage oder Leitungsschaden: Die Zähler schlagen früher Alarm. Schäden werden kleiner, Reparaturen schneller – und das freut am Ende auch die Versicherung. Einige Versicherer honorieren das bereits mit Beitragsvorteilen.

Und auch beim Zählerwechsel ist Schluss mit dem alten Rhythmus: Statt wie früher alle sechs Jahre müssen die neuen Modelle nur alle zwölf Jahre ausgetauscht werden – bei einer Batterielaufzeit von bis zu 16 Jahren. Das spart Einsätze, schont Ressourcen und senkt langfristig die Kosten.

Wie kommt der Zähler ins Haus?

Als Privatkunde kann man nicht direkt bei der TEAG Wasser bestellen – denn die Zähler werden immer über die kommunalen Wasserversorger vor Ort installiert. Die TEAG Wasser unterstützt diese Versorger bei der Umstellung, liefert Technik, Knowhow und Service. Wer also Interesse an einem digitalen Wasserzähler hat, wendet sich am besten an seinen lokalen Wasserversorger oder die Stadtwerke.

„Unser Ziel ist es, gemeinsam mit den Kommunen die Wasserversorgung in Thüringen zukunftssicher zu machen“, sagt Geschäftsführer Thomas Adelt. Und das gelingt zunehmend: Neben Bad Tabarz rüsten sich bereits weitere Gemeinden für die Umstellung. So gewinnt die Digitalisierung der Wasserwirtschaft spürbar an Tempo. ▬

SCHON GEWUSST?

Ein Liter Leitungswasser kostet im Schnitt weniger als 1 Cent – ein Liter Mineralwasser bis zu 70 Cent. Warum also schleppen, wenn’s auch aus dem Hahn geht?

Mehr überraschende Fakten rund ums Trinkwasser finden Sie unter:
≫ www.teag.de/einblicke

Strom für später

Text Lars Schuster
Fotos Guido Werner

Grüner Strom ist wetterlaunisch – mal zu viel, mal zu wenig. Die Lösung: große Speicher, die Energie dann abgeben, wenn sie gebraucht wird. In Bad Salzungen testet die TEAG Solar genau das.

Wenn Birgit Rübsam durch Bad Salzungen fährt, zeigt sie gern auf einen weißen Container am Ortsrand. „Im Inneren steckt echte Zukunftstechnologie." Tatsächlich verbirgt sich darin der erste Großspeicher der TEAG Solar – ein Projekt, das zeigt, wie Speicher zur Energiewende beitragen können.

Birgit Rübsam hat früher Autos entwickelt. Heute plant sie Speicher. Gemeinsam mit Partnern aus dem TEAG-Konzern hat sie den Standort gesucht, Netzanschlüsse geprüft, Komponenten beschafft. Jetzt stehen Speicher, Trafo und Übergabestation bereit für die Inbetriebnahme im September.

Der Speicher dient vor allem einem: dem Stromhandel. Wenn viel günstiger Sonnenstrom da ist, lädt er sich auf. Wird der Strom gebraucht und ist teuer, speist er ihn wieder ein. Gesteuert wird das Ganze durch einen Direktvermarkter. Für die TEAG Solar ist das ein wirtschaftlicher Testlauf – denn Speicher können sich rechnen, wenn man sie clever einsetzt.

Baustein für die Energiezukunft

Und doch geht es um mehr, denn Speicher machen das Netz flexibler. Sie nehmen Lastspitzen auf, verhindern, dass Windräder abgeregelt werden müssen, und entlasten die Netze in Zeiten großer Schwankungen. Gerade mit Blick auf den Ausbau erneuerbarer Energien wird das immer wichtiger. Ohne Speicher wird die Energiewende kaum gelingen.

Ingenieurin Rübsam bringt es auf den Punkt: „Strom muss nicht nur erzeugt werden – er muss auch zum richtigen Zeitpunkt da sein." Deshalb denkt die TEAG Solar weiter: Speicher in Kombination mit neuen PV-Anlagen, Speicher als netzdienliche Reserve, neue Partnerschaften. Bad Salzungen ist der Anfang. Und vielleicht bald überall in Thüringen zu sehen: weiße Kästen – für eine verlässliche Energiezukunft. —

Mehr zu den TEAG-Solar-Speicherlösungen:
↠ www.teag-solar.de/Solarloesungen/Speicher

Mehr drin mit der TEAG

Egal ob Strom & Internet, Smartwatch, Umzug oder Tarif der Zukunft – hier erfahren Sie, was für Sie drin ist. Schnell erklärt, direkt verlinkt. Los geht's!

Scannen Sie den QR-Code oder gehen Sie auf:
➠ **www.teag.de/24hlieferantenwechsel**

Seit 1. Juni 2025 gilt: Ein- und Auszüge müssen Sie mindestens 14 Tage vor dem geplanten Termin an Ihren Energieversorger melden – rückwirkende Meldungen sind nicht mehr möglich. Grund dafür ist der neue „24-Stunden-Lieferantenwechsel", der die Prozesse im Energiemarkt beschleunigen soll. An Ihren Vertragslaufzeiten und Kündigungsfristen ändert sich nichts.

Scannen Sie den QR-Code oder gehen Sie auf:
➠ **www.teag.de/powerkombi**

Herzlichen Glückwunsch an unsere PowerKombi-Smartwatch zum zweijährigen Jubiläum!

Als Stromkunde der TEAG können Sie sich jetzt aus über 35 Modellen Ihre neue Smartwatch sichern – und das mit 2 % Extra-Rabatt. Das Beste: Wenn Sie noch bis zum 31.10.2025 bestellen, haben Sie die Chance auf den Gewinn* einer Polar Vantage V2 – sportlich, smart und kostenlos!

* Teilnahmebedingungen für das Gewinnspiel und die Datenschutzinformation finden Sie unter www.teag.de/gewinnspiel-smartwatch

Neuer Shop, persönliche Beratung

Mitten in Gera, ganz nah dran: im neuen Shop der TEAG-Telekommunikationstochter Thüringer Netkom (An der Sorge 10) gibt's persönliche Beratung zu Internet, Telefonie und TV – und jetzt auch TEAG-Strom direkt vor Ort. **Wer beides kombiniert – also Strom und Internet –, wird Thüringen²-Kunde und spart jährlich bis zu 50 € auf der Stromrechnung.**

Scannen Sie den QR-Code oder gehen Sie auf:
➠ **www.teag.de/thueringenhochzwei**

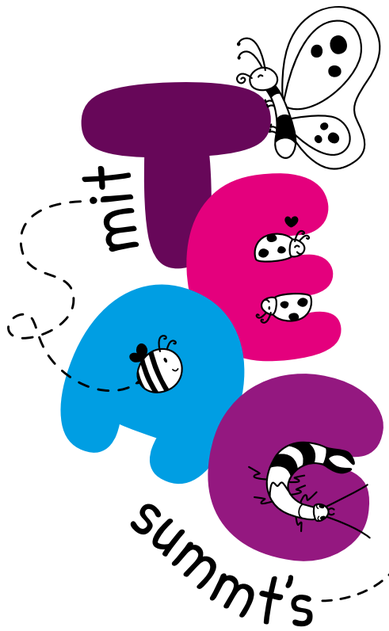
– Strom –

Preise, wie's das Wetter will

Wenn Sonne und Wind Strom liefern, wird's mit dynamischen Tarifen günstig! Klingt spannend? Dann probieren Sie es mit TEAG.Strom dynamic aus. Tipp: Besonders lohnend ist er für flexible Haushalte mit Wärmepumpe, Speicher und E-Auto.

Sie wünschen mehr Informationen? **Wir beraten Sie gern!**

Scannen Sie den QR-Code oder gehen Sie auf:
➠ **www.teag.de/Privatkunden/Strom/Stromtarife/Dynamisch**



Check-in im Insektenhotel

25 Insektenhotels hat die TEAG in diesem Sommer an Thüringer Kitas verlost – ein nachhaltiges Projekt, das Kinder, Umwelt und soziales Engagement zusammenbringt.

Wer summt denn da im Kita-Garten? Richtig: Wildbienen, Florfliegen und Marienkäfer – frisch eingezogen in die 25 Insektenhotels, die die TEAG im Sommer an Kindertagesstätten in ganz Thüringen verlost hat. Die Aktion „Mit TEAG summt's“ war ein voller Erfolg: 660 Kitas bewarben sich, 25 durften sich über ein maßgeschneidertes Zuhause für Sechsbeiner freuen.

Das Besondere: Die Insektenhotels stammen aus der Behindertenwerkstatt der Stiftung Finneck in Sömmerda. Dort wurden sie mit viel Herzblut gefertigt – und kamen als fast fertiger Bausatz in die Kitas. Aufgestellt wurden sie von kleinen und großen Händen. Und so summt es seit Juli auf vielen Kita-Wiesen ein bisschen lauter. Für viele Kinder war das nicht nur ein handwerkliches Erlebnis, sondern auch eine erste Begegnung mit Artenvielfalt. —

Wie ein Insektenhotel entsteht?
Das zeigt unser Video aus der Werkstatt der Stiftung Finneck – jetzt in den Einblicken unter:
≫ www.teag.de/einblicke

-Zurück-

mit frischer Energie

IdeenMachenSchule geht wieder an den Start –
und sucht eure besten Projekte rund um Energiesparen, Umweltschutz und einen klugen Umgang mit Ressourcen.
Ob Pflanzaktion, Recycling-Idee oder Schulprojekt mit Zukunft:
Jetzt ist eure Kreativität gefragt!

Los geht's am 25.08. für Grundschulen, weiterführende Schulen folgen im Januar.

30 Leuchtturmideen werden mit je 1.000 € belohnt.

Auf geht's:
≫ ideenmachenschule.de

Sponsor, Finanzier	Form der Untreue	Trauben-ernte	laut und dumpf tönen, hallen	Ehemann		Blut-gefäß		Fremd-wort-teil: halb (lat.)
7		9		1				
von dort nach hier						nord-deutsch für Ried, Schilf		über je-manden Bescheid wissen
eine Grenz-wissen-schaft		4						
abge-grenzter Teil des Gartens					Europ. Fußball-verband (Abk.)		edle Blume	
Pianist und Band-leader (Paul)		See-leute ein-stellen				8		
5	6			engli-sche Schul-stadt				
Laut-stärke-maß		Natur-geist		2		chemi-sches Zeichen für Selen		
				Gebets-schluss-wort	3			

-Jetzt-abräumen

Lösen Sie unser Kreuzworträtsel und gewinnen Sie smarte Alltagsbegleiter:
1. Preis: Apple iPad 11" – um im Web zu surfen, zu spielen, Filme zu streamen und mehr.
2. Preis: Virtual-Reality-Headset META Quest 3S (128 GB) – der perfekte Einstieg in die VR.
3. Preis: Timekettle M3 Übersetzungsgerät – für zukunftssichere Kommunikation weltweit.

Des Rätsels Lösung
Senden Sie einfach eine frankierte Postkarte oder eine E-Mail mit Ihrem Absender und dem Lösungswort an: TEAG Thüringer Energie AG, Kennwort: „digitale Helfer“, Postfach 90 01 32, 99104 Erfurt, E-Mail: teagmagazin@teag.de, Einsendeschluss: 24. September 2025

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. Die Gewinne werden 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.

-Hereinspaziert-

Tag der offenen Tür

am 30. August, 11–17 Uhr, an neun Standorten

Zum Tag der offenen Tür lädt die TEAG Jung und Alt ein, Technik hautnah zu erleben – mit spannenden Blicken hinter die Kulissen, faszinierenden Wissenschaftsshows rund um Physik, Chemie und Energie sowie interaktiven Mitmachaktionen. Erleben Sie live, wie unsere Monteure arbeiten, und erfahren Sie mehr darüber, wie die TEAG-Gruppe nachhaltige Energieerzeugung vorantreibt und für eine sichere Energieversorgung sorgt. Außerdem findet am Standort Erfurt die 3. Jobmesse statt. Hier erhalten Sie umfassende Einblicke in die vielfältigen Berufsfelder der Unternehmensgruppe. Ein Tag voller Entdeckungen und spannender Erfahrungen erwartet Sie!

Alle Standorte, alle Infos unter:
≫ www.teag.de

DU WILLST DIE ZUKUNFT 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