

zu Hause

GLASFASER

Wie schreitet der Ausbau in Isernhagen voran?

Seite **3**

SPORT

Wie kann ich mich bewegen und gleichzeitig Gutes tun?

Seite **4**

PHOTOVOLTAIK

Wer hat unsere Wallboxen und das Sponsoring gewonnen?

Seite **6**

[f /meineEWI](#)
[i /energiewerke.isernhagen](#)
[in /Energiewerke Isernhagen](#)
www.ewi-isernhagen.de



LIEBE LESERINNEN UND LESER,



IHRE DANIELA GENSERT
(MARKETING & VERTRIEB)

die Energiewende beginnt nicht irgendwo – sie beginnt hier in Isernhagen. Mit jeder Entscheidung für erneuerbare Energien, mit jedem Glasfaseranschluss und mit jeder neu installierten grünen Energietechnologie gestalten die Energiewerke Isernhagen gemeinsam mit Ihnen die Zukunft der Energieversorgung.

Wie gewohnt finden Sie in unserem Kundenmagazin Informationen zu unseren Produkten und Dienstleistungen. Von Glasfaser (Seite 3) über Photovoltaikanlagen hin zu effizienten Wärmepumpen samt Wärmestrom-Tarif (Seite 6): Wir stehen kompetent und verlässlich an Ihrer Seite und haben dabei stets Ihre Bedürfnisse im Auge.

Auch das Ehrenamt vor Ort sowie Sportler aus unserer Gemeinde haben wir gern im Blick. Sowohl im Rahmen unseres Sponsoring-Wettbewerbs als auch im Bereich individuelles Sportsponsoring sind wir ein engagierter Unterstützer. Mehr dazu erfahren Sie auf Seite 7. Wie auch Sie in Ihrer Freizeit sportlich aktiv sein und dabei etwas Gutes für die Gemeinschaft tun können, erfahren Sie in unserem Themenschwerpunkt ab Seite 4.

Nun wünsche ich Ihnen eine angenehme Lektüre sowie gutes Gelingen bei unserem Bastel- und Rezepttipp. Auch für unser Gewinnspiel auf Seite 7 drücke ich Ihnen fest die Daumen.

Ihre Daniela Gensert
(Marketing & Vertrieb)

SIE WOLLEN UMZIEHEN?

WICHTIGE ÄNDERUNG Im Juni dieses Jahres ist der sogenannte 24-Stunden-Lieferantenwechsel in Kraft getreten. Dieser wirkt sich auf die Fristen aus, innerhalb derer Sie Ein- und Auszüge Ihrem Energieversorger mitteilen müssen. Informieren Sie uns daher bitte spätestens 14 Tage vor dem konkreten Umzugstermin über Ihren Wohnortwechsel – eine rückwirkende Kündigung ist gemäß neuer gesetzlicher Regelung nicht mehr möglich.

Mit der frühzeitigen Ummeldung stellen Sie auch sicher, dass alles reibungslos verläuft und eventuell fehlende Angaben im Vorfeld abgefragt werden können. Schließen Sie zudem rechtzeitig vor Ihrem Umzug neue Verträge für Strom und Gas mit uns ab, um in Ihrem neuen Zuhause weiterhin zuverlässig, fair und günstig mit Energie versorgt zu sein.

ACHTUNG:
Neue An- und Abmeldefrist bei Umzügen

Weitere Infos erhalten Sie persönlich von unserem Serviceteam oder unter:
ewi-isernhagen.de/service/#ummeldung



HERZLICH WILLKOMMEN BEI DER EWI!

AKTION FÜR NEUKUNDEN Entscheiden Sie sich jetzt für die Energiewerke Isernhagen (EWI) als Ihr neuer Energieversorger – und **erhalten Sie bis zum 31. Dezember 2025 als Willkommenspräsent eine 10er-Karte für das Hallenbad in Altwarmbüchen** im Wert von 48 Euro (für Erwachsene). Als Neukunde gilt, wer in den vergangenen sechs Monaten keinen Strom- bzw. Erdgasvertrag mit uns abgeschlossen hatte.

Auf unserer Website erfahren Sie, welche Vorteile wir als regionaler Versorger bieten und wie Sie ganz einfach und bequem zu uns wechseln. Wir freuen uns auf Sie!

ewi-isernhagen.de/stromprodukte-privatkunden

ewi-isernhagen.de/erdgasprodukte-privatkunden

EWI-SPONSORING 2025

DIE GEWINNER Bei der 10. Auflage unseres Wettbewerbs „Gemeinschaft braucht Energie“ lagen insgesamt 4.000 Euro im Fördertopf. Gern unterstützen wir damit die Arbeit von gemeinnützigen Vereinen und ehrenamtlichen Initiativen vor Ort. Über die einmaligen, zweckgebundenen Finanzspritzen entschied eine Jury aus EWI- und Gemeindevertretern. Die symbolischen Spendenschecks überreichten Ende Juni unser Geschäftsführer Dr. Marcel Haak und Bürgermeister Tim Mithöfer im Rathaus der Gemeinde Isernhagen. Allen Gewinnern herzlichen Glückwunsch und vielen Dank für das Engagement!



DIE DIESJÄHRIGEN GEWINNER SIND:

FC NEUWARMBÜCHEN E. V.

„Anschaffung eines modernen Ergometers für das Ausdauertraining“

FÖRDERVEREIN DER GRUNDSCHULEN IN ALTWARMBÜCHEN E. V.

„Grünes Klassenzimmer für die Grundschule Am Jacobiwäldchen“

FÖRDERVEREIN DER GRUNDSCHULEN IN ALTWARMBÜCHEN E. V.

„Lesecke in der Schulbücherei der Grundschule Altwarmbüchen (B-R-S)“

SINFONISCHES BLASORCHESTER ISERNHAGEN

„Kauf eines Hängeregister-Schranks für Noten“

REIT- UND VOLTIGIERVEREIN KIRCHHORST – STADTGUT STELLE E. V.

„Anschaffung von zwei sogenannten Barefoot® Ride-on-Pads (Reiten ohne Sattel), um die ‚Ponymäuse‘ an das Sitzen auf dem Pferd zu gewöhnen“



TUS ALTWARMBÜCHEN E. V. (ABTEILUNG VOLLEYBALL)

„Trikots für zwei Mannschaften (1 x U18 männlich und 1 x U14/16 weiblich)“

WIETZESCHWUNG ALTWARMBÜCHEN E. V.

„Schwimmkurse für sozial benachteiligte Kinder“

DIGITALE ZUKUNFT: GLASFASER FÜR ISERNHAGEN



Lichtschnelles Internet als Baustein der Daseinsvorsorge und Standortvorteil: Mit der Avacon Connect GmbH treiben wir den Netzausbau in unserer Gemeinde voran. Das EWI-Glasfaserangebot wird gut angenommen. Hier ein Update über den Status der einzelnen Ausbaugebiete:

KIRCHHORST, NEUWARMBÜCHEN UND GARTENSTADT LOHNE

Seit März rollen hier die Bagger. Inzwischen wurden bereits rund 13 Kilometer Trasse gebaut und etwa 250 Hausanschlüsse tiefbautechnisch fertiggestellt. Die Bauarbeiten im öffentlichen Bereich sollen in Neuwarmbüchen Ende 2025 fertiggestellt sein, in Kirchhorst und der Gartenstadt Lohne Anfang 2026. Die Bauvermarktung läuft weiterhin und Spätentschlössene können noch Verträge abschließen.

ALTWARMBÜCHEN

Die Vorvermarktungsphase endete in diesem Gebiet Anfang Juli. Dennoch nehmen wir weiterhin Aufträge entgegen, um die für den Startschuss der Ausbauarbeiten benötigte Anzahl an Verträgen zu erreichen. Auch für den angestrebten ersten Ausbauschritt in Altwarmbüchen benötigen wir noch 160 Aufträge. Daher können wir zu den Sommerferien noch keine positive Ausbauentcheidung treffen. Wir verlängern die Vorvermarktung sowie die EWI-Vereinsaktion letztmalig bis zum 30. September 2025. Zudem gelten unsere günstigen Einstiegsbedingungen auch noch in Altwarmbüchen. Wir freuen uns über jeden Auftrag, der die Ausbauentcheidung unterstützt!

ISERNHAGENER BAUERSCHAFTEN

Unsere Infoabende im Isernhagenhof und im Gasthaus Dehne waren sehr gut besucht und wir konnten seit Mai bereits viele Kundenaufträge entgegennehmen. Allerdings ist die für den Netzausbau erforderliche Zielquote noch nicht erreicht, sodass wir die Vorvermarktungsphase und die EWI-Vereinsaktion bis zum 30. September 2025 verlängern.

Seien auch Sie jetzt dabei und starten Sie gemeinsam mit uns und Ihren Nachbarn ins Netz der Zukunft! Unser Glasfaserangebot finden Sie unter: ewi-isernhagen.de/glasfaser/



SEITE AN SEITE PADDELN

SPORT-SPONSORING

Isabel Bautista Barroso, ein Nachwuchstalent im Kanurennsport, zeigt beim HKC Hannover vollen Einsatz auf ihrem sportlichen Weg, der sie einmal bis nach Olympia führen soll. Wir leisten dazu einen Beitrag, indem wir die talentierte und engagierte Altwarmbüchenerin als Sponsor unterstützen.

Obwohl Isabel in diesem Jahr einige gesundheitliche Rückschläge verkraften und überwinden musste, ist ihr Wille, sich für die Qualifikation zur Nationalmannschaft zu empfehlen, ungebrochen. Höhepunkt in ihrem Rennkalender und zugleich größte Chance, Teil des Team Deutschland zu werden, ist die Deutsche Meisterschaft im August, für die sich Isabel auf mehreren Trainingslagern in Polen, Portugal und am Stützpunkt in Hannover vorbereitet. Stets auf ihrer Kleidung und Sportausrüstung dabei – das EWI-Logo.



SOCIAL-MEDIA-AKTION „SPORTSGEIST“

Isabel träumt von Olympia: Was treibt Sie an? Machen Sie mit und gewinnen Sie mit etwas Glück eine exklusive Trainingseinheit mit der Kanutin. Mehr auf Facebook und Instagram.



Wir drücken Isabel für die kommende Regatta fest die Daumen!

MIT JEDEM SCHRITT ETWAS BEWEGEN



BEWEGUNG BRINGT UNS VORAN – KÖRPERLICH, MENTAL UND GESELLSCHAFTLICH. DENN SPORT KANN HEUTE WEIT MEHR SEIN ALS BLOSSES TRAINING ODER FITNESS.

Sport bietet eine einfache Möglichkeit, Positives zu bewirken. Ob Spendenlauf, Müllsammelaktion oder Nachbarschaftsprojekt – überall zeigt sich: Wer sich bewegt, kann etwas in Gang setzen. Für sich selbst. Für andere. Für die Region. Dieses Engagement macht nicht nur fit, sondern verbindet auch. Und das Beste: Es motiviert doppelt, wenn aus individueller Bewegung eine gemeinsame Bewegung wird. Wir zeigen, wie einfach es sein kann, Sport mit sozialem Engagement zu verbinden, und stellen inspirierende Beispiele für Mobilitätsaktionen mit Mehrwert vor.

Von kreativen Einzelinitiativen bis hin zu groß angelegten Gemeinschaftsaktionen ist vieles möglich. Beim Plogging etwa wird Joggen mit Umweltschutz kombiniert: Menschen sammeln

unterwegs Müll und leisten so einen aktiven Beitrag für eine saubere Umgebung. Auch Lauf- und Walkingtreffs mit Umweltfokus oder Formate wie „Walk & Talk“ verbinden Bewegung mit Naturbildung und Nachhaltigkeit.

Beim klassischen Sponsorenlauf, bei einer Charity-Challenge oder Radaktion für den guten Zweck fließen Spenden für jeden zurückgelegten Kilometer – etwa an lokale Bildungsinitiativen, soziale Vorhaben oder Klimaprojekte. Auch Baumpflanzaktionen für absolvierte Sporteinheiten oder digitale Fitnesschallenges über Apps motivieren Einzelne oder Teams, aktiv zu werden und dabei gemeinsam Gutes zu tun.



GEMEINSAM STARK & ENGAGIERT IM ALLTAG

Benefizveranstaltungen wie **Rad- oder Schwimmwettbewerbe** sowie **Charity-Yoga-Sessions** verbinden Spaß an der Bewegung mit einem wohltätigen Ziel. Häufig werden sie mit weiteren Aktionen kombiniert, wie beispielsweise einer **Müllsammelaktion** nach dem Event oder einem **Spendenaufruf** für einen lokalen Verein.

Bewegte Pausen, Aktions- oder Gesundheitstage in Unternehmen fördern nicht nur das Wohlbefinden der Belegschaft. Sie schaffen auch Möglichkeiten, soziale Projekte zu unterstützen, zum Beispiel durch Spenden pro Teilnehmer. Auch bei **Trikot- oder Bewegungstagen in Kitas und Schulen** können Kinder und Jugendliche sportlich aktiv werden und zugleich Gemeinschaftssinn und Solidarität erleben.

Inklusive Sportaktionen zeigen eindrucksvoll, wie Sport verbindet – unabhängig von individuellen Beeinträchtigungen. **Kooperationen mit Sportvereinen oder Patenschaften im Breitensport** sind weitere Wege, wie Unternehmen langfristige Engagement zeigen und Zusammenhalt fördern können.



FAZIT: Sport und soziales Engagement lassen sich ideal verbinden. Warum also nicht direkt loslegen und in der eigenen Gemeinde aktiv werden? Informieren Sie sich bei Initiativen und Vereinen aus Isernhagen – oder werden Sie selbst kreativ und starten eine eigene Aktion!

PODCAST-TIPP

JEDER KILOMETER ZÄHLT – DER „RADELN UND HELFEN“-PODCAST

In diesem Podcast gehen Sie auf eine inspirierende Reise durch die Welt des Radfahrens, der Solidarität und der kreativen Spendenideen. Schräge, lustige und haarsträubende Erlebnisse inklusive.

Zum Podcast:

<https://www.podcast.de/podcast/3522272>



APP-TIPP

THE GOODMILES

Über diese App können Nutzer an Challenges teilnehmen und durch Bewegung Spenden für einen guten Zweck sammeln. Auch Unternehmen können eigene Challenges einstellen und diese mit Spenden oder individuellen Benefits verknüpfen.

Zur App:

thegoodmiles.de



Radfahren für die Umwelt und eigene Fitness

Jedes Jahr im Frühsommer rufen der Allgemeine Deutsche Fahrrad-Club (ADFC) und die Allgemeinen Ortskrankenkassen (AOK) zur Aktion „Mit dem Rad zur Arbeit“ auf. Ansporn aller Teilnehmer sind der regionale Klimaschutz und mehr Fitness im eigenen Alltag. Auch der Wettbewerb „Stadtradeln“ motiviert Privatpersonen und Unternehmen jährlich von Mai bis September dazu, auf das Rad umzusteigen und als Gemeinschaft um den Titel „Fahrradaktivste Kommune mit den meisten Kilometern“ zu strampeln. Vorsatz hierbei ist die Stärkung des lokalen Radverkehrs, einhergehend mit aktivem Umweltschutz, gelebtem Teamgeist und mehr Lebensqualität vor Ort.

Zwei Mitarbeiterinnen Ihrer Energiewerke Isernhagen entscheiden sich regelmäßig ganz bewusst dafür, auf das Auto als Fortbewegungsmittel zu verzichten. Nicht nur in den ausgewiesenen Aktionswochen, sondern auch darüber hinaus absolvieren unsere **Kundenberaterinnen Tanja Fraundorf und Anja Siebert** ihren täglichen Arbeitsweg und diverse Strecken für kleine Besorgungen klimaneutral mit dem Fahrrad. Sozialer Nebeneffekt: Sind Menschen viel mit dem Rad in ihrer Region unterwegs, fallen ihnen ganz praktisch Schwachstellen im örtlichen Verkehrsnetz auf. Politik und Verwaltung können dann unmittelbar darauf aufmerksam gemacht werden, damit alle Bürger von einem verbesserten und zeitgemäßen Radverkehrskonzept profitieren können.





WÄRMEPUMPEN FÜR ISERNHAGEN

NACHHALTIGES HEIZEN Ob Neubau oder Bestandsgebäude: Mit unserem Angebot für langlebige Wärmepumpen ist Ihre Energieversorgung in Zukunft klimafreundlich gesichert. Unsere Heizungs-lösung im Komplettpaket aus Planung, Installation und Wartung bieten wir Ihnen in Kooperation mit einem regionalen Fachbetrieb an, der über umfassende Expertise und ausreichend eigene Fachkräfte verfügt, um Sie zuverlässig aus einer Hand zu bedienen.

Wärmepumpen beruhen auf einer alternativen, effizienten und zuverlässigen Technologie. Sie nutzen die kostenlose Umweltwärme, um in Ihrem Zuhause angenehm warme Temperaturen zu schaffen. Mehr noch: In den Sommermonaten lässt sich ihre Wirkungsweise umkehren, sodass Sie mithilfe Ihrer Wärmepumpe die Wohnräume komfortabel herunterkühlen können.

„Im Rahmen der kommunalen Wärmeplanung befassen wir uns

bereits seit mehreren Monaten intensiv mit dem Thema nachhaltiges Heizen“, sagt EWI-Geschäftsführer Dr. Marcel Haak. „Da es in der Gemeinde Isernhagen sicherlich Gebiete geben wird, die eine dezentrale Wärmeversorgung benötigen, haben wir als regionaler Energieversorger uns rechtzeitig auf diesen Bedarf vorbereitet, um auch weiterhin erster und kompetenter Ansprechpartner für die Bürger zu sein.“

Unsere Servicemitarbeiter im EWI-Kundenzentrum erläutern Ihnen gern die Vorzüge unserer Wärmepumpen – und wie Sie in Kombination mit unserem Wärmestromtarif zusätzlich finanziell davon profitieren.



**ALLE INFOS ZU UNSEREM ANGEBOT:
EWI-ISERNHAGEN.DE/WAERMEPUMPE**

PV-SPONSORING FÜR REGIONALEN VEREIN

Gemeinnützige Initiativen aus der Gemeinde Isernhagen, die sich vor Ort ehrenamtlich einsetzen und EWI-Kunden sind, konnten sich bei uns bis Ende April um eine einmalige PV-Förderung bewerben. Für die Installation von vereinseigenen Solaranlagen mit einer Leistung bis zu 5 kWp stellte unser Unternehmen ein Gesamtbudget von 10.000 Euro bereit. Nach eingehender Juryberatung darf sich folgender Verein über eine PV-Anlage freuen: Wassersportverein Altwarmbüchen.

Strom vom eigenen Dach
Watt ein Glück!

ERFAHRUNGSBERICHT

Auf unserem Instagram-Kanal begleiten wir einen Kunden bei der Umsetzung seines persönlichen Photovoltaik-Vorhabens. Klicken Sie gern mal rein und lesen Sie zum Start unserer Miniserie, warum er sich für Solarenergie von der EWI entschieden hat.



GLÜCKLICHE PV-KUNDEN

SOLARSTROM Seit knapp einem Jahr bieten wir Ihnen auch maßgeschneiderte PV-Anlagen an, mit denen Sie sich unabhängiger von externen Stromlieferungen und schwankenden Energiepreisen machen. Unser Angebot, welches wir in Kooperation mit einem regionalen Vertriebspartner anbieten, wird bereits sehr gut angenommen: Mehrere EWI-Solarsysteme wurden in der Gemeinde Isernhagen bereits erfolgreich installiert und in Betrieb genommen.



In einer Sonderaktion zum Verkaufsstart verlostten wir unter den ersten Kunden, die eine neue PV-Anlage bei uns bestellten, fünf Wallboxen zum bequemen Laden von Elektroautos. Je ein Modell „Heidelberg Energy Control“ ging an Hans-Georg Berg, Ortrud Schneider und Uwe Schneider; zwei Modelle „Heidelberg Standard“ durften wir Steffen Kempfer und Hans-Edgar Ojemann überreichen.

Haben wir auch Ihr Interesse geweckt? Dann berät Sie unser Serviceteam gern persönlich im EWI-Kundenzentrum.

**Mehr Infos zu unseren PV-Produkten:
ewi-isernhagen.de/photovoltaik**



DIE NACHBARIN

Empfohlen von Ulrike Bahrmann-Schüler
(Geschäftsführerin von BOOKSBAUM | Bücher & Living)

Wie entscheidend sind Schönheit und Jugend, wenn man sich verliebt? Ein Roman aus dem Jahr 1954 gibt auf diese universelle Frage eine zeitlose Antwort. Imogen und ihr 15 Jahre älterer Ehemann Evelyn Gresham leben mit ihrem Sohn Gavin in einem kleinen Dorf in Berkshire. Evelyn arbeitet als erfolgreicher Anwalt in London, Imogen sieht ihre Aufgabe darin, das häusliche Leben entsprechend Evelyns Ansprüchen zu organisieren. Immer häufiger beobachtet sie, wie ihr Ehemann mit der eher unscheinbaren Nachbarin, der alleinstehenden 50-jährigen Blanche, plaudert und fragt sich, warum er das tut. Ist die Frau doch nicht gerade attraktiv. Imogen ist sich eigentlich sicher, dass Evelyn sie nicht betrügen würde ...

Mit scharfer Beobachtungsgabe und lebendiger Sprache setzt Elizabeth Jenkins das Geschehen zwischen Imogen, Evelyn und Blanche in Szene und bleibt dabei stets unparteiisch.



DIE NACHBARIN
Elizabeth Jenkins,
Insel Verlag GmbH, 2025,
335 Seiten, gebundene
Ausgabe, 24 Euro,
ISBN: 978-3-458-64487-3

BUCH-TIPP



JAHRES-ABLESUNG 2025

Voraussichtlich im Oktober bzw. November steht die nächste Ablesung Ihrer Zählerstände für Strom und Erdgas an. Eine entsprechende Information samt Ablesekarte erhalten Sie rechtzeitig per Post.

Rätselspaß

Haben Sie ein gutes Auge für Details? Dann nehmen Sie gern unser Fehlersuchbild „Das nachhaltige Haus“ genauer unter die Lupe. Na, wie viele Unterschiede zwischen dem linken und dem rechten Bild finden Sie? Unter allen Teilnehmenden, die uns die korrekte Fehleranzahl nennen, verlosen wir **eine 10er-Karte für das Hallenbad in Altwarmbüchen** im Wert von 48 Euro (für Erwachsene) sowie **drei Exemplare unseres Buchtipps „Die Nachbarin“**.

3x BUCH



10er-KARTE
HALLENBAD
ALTWARMBÜCHEN

HERZLICHEN GLÜCKWUNSCH!

Wir gratulieren den Gewinnern unseres Schwedenrätsels in Ausgabe 1/2025 der „zuhaus“. Das Lösungswort lautete: Narzisse. Eckhard Zinselbach freute sich über unseren Hauptpreis, einen Gutschein für das Restaurant Heinrichs in Isernhagen FB im Wert von 100 Euro. Zusätzlich verlost wir unter allen richtigen Einsendungen drei Exemplare des Romans „Wackelkontakt“. Jeweils ein Buch ging an: Susanne Glanz, Elke Görlach und Josephine Just.



Ihre Lösungszahl senden Sie bitte per E-Mail an zuhaus@ewi-isernhagen.de oder per Post an das EWI-Kundenzentrum, Bothfelder Straße 29, 30916 Isernhagen. Unter allen richtigen Einsendungen entscheidet das Los. Einsendeschluss ist Freitag, der 29. August 2025.

Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt und in der kommenden Ausgabe der „zuhaus“ veröffentlicht. EWI-Mitarbeitende und deren Angehörige dürfen nicht am Gewinnspiel teilnehmen. Eine Barauszahlung der Gewinne sowie der Rechtsweg sind ausgeschlossen.

Viel Spaß beim Suchen und viel Glück!



Gegrillte Avocado

MIT LIMETTEN-KNOBLAUCH-DRESSING

Dieses Gericht eignet sich hervorragend als vegetarische Komponente beim Barbecue oder ergänzt um geröstetes Brot als leichter Snack. Natürlich lässt sich die Beilage je nach Geschmack variieren – probieren Sie als Füllung doch einmal Tomatensalsa oder angebratenes Hackfleisch.

ZUTATEN:

- 2 reife Avocados
- 2 EL Olivenöl
- Saft von 1 Limette
- 1 Knoblauchzehe
- Salz und Pfeffer
- Frische Kräuter (z. B. Koriander oder Petersilie)

ZUBEREITUNG

- 1 Avocados waschen, längs halbieren und ihre Kerne entfernen. Die Schnittflächen mit etwas Olivenöl bestreichen, dann mit Salz und Pfeffer würzen.
- 2 Grill oder Grillpfanne auf mittlere bis hohe Hitze vorheizen. Die Avocadohälften mit der Schnittfläche nach unten legen und 2-3 Minuten grillen, bis Grillstreifen sichtbar sind.
- 3 Für das Dressing die Knoblauchzehe schälen und fein hacken oder pressen. Den Limettensaft, das restliche Olivenöl und den Knoblauch in einer kleinen Schüssel vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- 4 Die gegrillten Avocados auf Tellern anrichten und mit dem Limetten-Knoblauch-Dressing beträufeln. Garniert mit frischen Kräutern servieren.

Guten Appetit!

Traumfänger

AUS NATURMATERIALIEN

SIE BRAUCHEN:

stabile Äste oder einen alten Stickrahmen, Bastschnur, Wolle oder Makramee-Garn, Schere, Federn, Perlen, Blüten, Muscheln ...

ANLEITUNG:

- 1 Die Äste mithilfe von Schnur, Wolle oder Garn miteinander verbinden bzw. den Stickrahmen als Basis verwenden.
- 2 In die Mitte des Traumfängers ein Netz knüpfen oder mehrere Schnüre spannen.
- 3 Federn, Perlen, Blüten, Muscheln daran befestigen.
- 4 Den Traumfänger an einer langen Schnur aufhängen und sich an seinem Anblick erfreuen.



DIY-
IDEE



LESER- BEFRAGUNG

Wir möchten gern von Ihnen wissen: „Sind Sie mit unserem Service zufrieden?“

Schicken Sie uns einfach eine E-Mail an zuhause@ewi-isernhagen.de und sagen Sie uns, was wir Ihrer Meinung nach bereits gut können und wo wir uns noch verbessern dürfen. Bewerten Sie uns gern auch auf Google.

Weitere Infos auf Seite 2.

IMPRESSUM

Energiewerke Isernhagen GmbH | Bothfelder Straße 29 | 30916 Isernhagen | Telefon: 0511 61654-75 | www.ewi-isernhagen.de | Verantwortlich: Daniela Gensert | Redaktion und Gestaltung: kreativprotz GmbH // werbung/design/kommunikation, Burgdorf | Fotos: kreativprotz GmbH, Energiewerke Isernhagen GmbH, JOPRI-Foto, Bosch Thermotechnik GmbH, Louis-Photo / AdobeStock, gstockstudio / AdobeStock, tunedin / AdobeStock, Andrei Starostin / AdobeStock, Bosch Thermotechnik GmbH, IV-Studio / freepik, freepik.