



Hohes Potenzial

Michael Pfäffli, VK-Präsident von St. Moritz Energie, über die nachhaltige Energiereserve, die unter der Kunsteisbahn Ludains mobilisiert wird.



Franco Milani, Leiter Beschaffung, Vertrieb und Marketing, St. Moritz Energie

Liebe Leserin, lieber Leser

Der Energieverbund St. Moritz Bad nutzt den See als natürlichen Energiespeicher zur Beheizung von Immobilien. Das System gilt als ökologisches Aushängeschild. Wieso eigentlich? Kritische Zeitgenossen könnten sich ja zum Beispiel fragen, ob die genutzte See-Energie wirklich kein Wässerchen trüben kann.

Nein, tut sie nicht. Denn vom gesamten Wasserumsatz des Sees – fast 200 Milliarden Liter pro Jahr – fließt aktuell nur rund 1 Prozent in die Wärmegewinnung. Im Vergleich also eine sehr geringe Menge. Dabei ist die Nutzung nicht nur wohldosiert, sondern auch wohltemperiert: Die effektive Abkühlung im direkten Umfeld der Wasserrückleitung bewegt sich im Bereich von wenigen Zehntelgraden. Was insgesamt bedeutet: Das Ökosystem des Sees bleibt vollkommen intakt.

Die positiven Effekte? Lesen Sie hierzu unsere Titelstory ab Seite 4. Michael Pfäffli erklärt darin zum Beispiel, inwieweit der Energieverbund die Abhängigkeit von fossilen Brennstoffen reduziert. Wenn das keine wasserdichten Gründe sind!

Aufschlussreiche Lektüre und einen tollen Sommer wünscht

Franco Milani

Impressum

5. Jahrgang, Heft 2, Juni 2019, erscheint vierteljährlich
Herausgeber: St. Moritz Energie
Konzept, Redaktion und Gestaltung: RedAct Kommunikation AG,
 8152 Glattbrugg; redaktion@red-act.ch
Druck und Distribution:
 Swissprinters AG, 4800 Zofingen

gedruckt in der
schweiz



DIGITAL GEPLANT UND GEBAUT

Im modularen Forschungs- und Innovationsgebäude der Empa in Dübendorf werden Materialien und Systeme unter realen Bedingungen getestet und weiterentwickelt. Die neueste Erweiterung heisst DFAB House: Die Einheit auf dem Dach wurde nicht nur digital geplant, sondern auch digital gebaut – mit 3-D-Druckern und Baurobotern. Die Technologien sollen helfen, das Planen und Bauen künftig effizienter und nachhaltiger zu machen.



NACHGEFRAGT

Wieso verbrennt die Haut bei zu viel Sonne?

«Das Licht der Sonne besteht aus energiereichen UV-Strahlen. Treffen zu viele dieser Strahlen auf die Haut, entzündet sie sich. Der Körper schüttet daraufhin vermehrt Botenstoffe aus, welche die Blutgefässe erweitern. Das soll die verbrannte Haut besser mit Nährstoffen versorgen und so die Schäden der Zellen reparieren. Dadurch wird die Haut rot, schwillt an, beginnt zu jucken und zu brennen – man spricht von einem Sonnenbrand.»

Antwort von: Carlo Mainetti, Dermatologe, Präsident der Schweizerischen Gesellschaft für Dermatologie und Venerologie



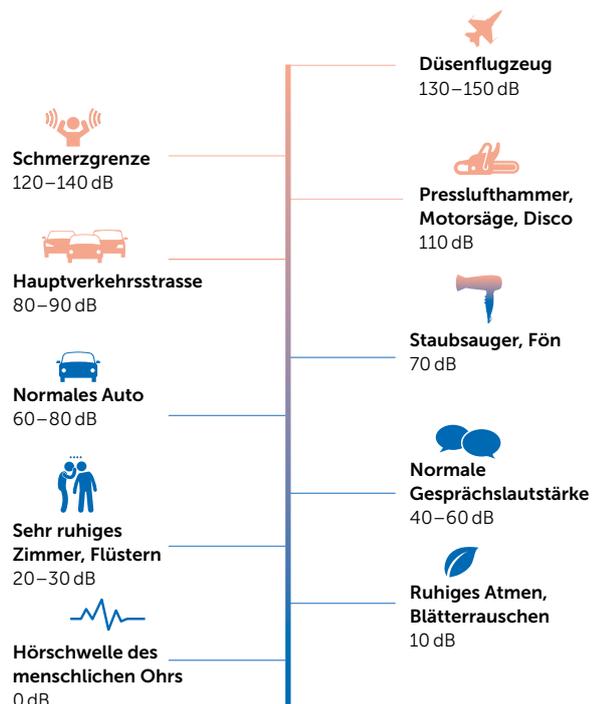
DIE ZAHL

1879

In diesem Jahr ging die erste elektrische Beleuchtungsanlage der Schweiz in Betrieb: Hotelier Johannes Badrutt begeisterte damit seine Gäste im Hotel Kulm in St. Moritz. Zu finden ist die Jahreszahl als eines der Highlights der Schweizer Energiegeschichte auf der Website www.energy-timeline.ch.

Künstlicher Lärm von Elektroautos

Elektroautos fahren fast geräuschlos und tragen damit zur Reduktion des Verkehrslärms bei. Das leise Rollen ist aber auch gefährlich für Blinde oder ältere Menschen. Die Schweiz übernimmt deshalb entsprechende Vorschriften der EU und schreibt ab Juli vor, dass E-Autos bis zu einer Geschwindigkeit von 20 km/h künstliche Motorengeräusche von **55 bis 75 Dezibel (dB)** erzeugen müssen. Bei höheren Geschwindigkeiten übertönt dann das Abrollgeräusch der Pneu den Motorenlärm. Doch wie laut sind 75 dB? Unsere Grafik zeigt Vergleichswerte. Zu beachten ist dabei, dass 10 dB mehr in der logarithmischen Einheit eine Verdopplung der Lautstärke bedeutet.



«68 Tanklastwagen Heizöl eingespart»

Und zwar pro Jahr! Ist der Energieverbund, der seit fünf Jahren den St. Moritzersee als ökologische Wärmequelle nutzt, ein Erfolgsmodell? Michael Pfäffli, Präsident der Verwaltungskommission von St. Moritz Energie, im Interview.

INTERVIEW ANDREAS TURNER FOTO ANDREA BADRUTT

Herr Pfäffli, welches Zwischenfazit ziehen Sie beim Energieverbund St. Moritz Bad – und wie geht es weiter?

Mein Fazit fällt sehr positiv aus. Kürzlich sind mit der Eisbahn Ludains und dem angrenzenden Wohnhaus zwei neue Abnehmer hinzugekommen. Und es gibt bereits Projekte für weitere gute Bezüger. Pauschal lässt sich sagen, dass noch ein bedeutendes Wachstumspotenzial besteht.

Welche Erkenntnisse haben Sie selbst aus dem Projekt Energieverbund gezogen?

Ich hatte zwei primäre Lerneffekte: Wenn man mit grossen Wärmepumpen Liegenschaften beheizt, stellte ich mir die Frage, ob das Seewasser dadurch abgekühlt wird. Die Antwort lautet: Nein. Das durch die Wärmetauscher geführte Wasser ist zwar beim Rückfluss in den See um wenige Grad Celsius kälter. Im Vergleich zur Wasser-Gesamtmenge ist dieses Quantum jedoch so extrem gering, dass der Unterschied nicht spürbar ist.

Und die zweite Erkenntnis?

Patrik Casagrande, Geschäftsführer von St. Moritz Energie, sagte mir kürzlich: Die zugeführte Energie aus dem Wärmeverbund ersetzt allein für das Jahr 2018 rund 680 000 Liter Heizöl. Wenn ich das auf 10 000-Liter-Tanks umrechne, die ein Lastwagen

durchschnittlich mit sich führt, komme ich auf 68 dieser fossilen Transportfahrzeuge, die sich jährlich einsparen lassen. Das finde ich doch sehr beachtlich.

Welchen Stellenwert räumen Sie schweizweit effizienten Energieverbundnetzen ein, die Wärme auf nachhaltige Weise aus der Natur ernten?

Das Prinzip der Fernwärme und -kälte ist ja nicht neu. Allerdings hat sie mit dem Ziel der CO₂-Reduktion und der Senkung des Verbrauchs fossiler Brennstoffe in der Schweiz einen massiv höheren Stellenwert erhalten. Seltsamerweise tut sich die Technik bei der Verbreitung trotzdem relativ schwer. Nach wie vor beziehen weniger als zehn Prozent der Haushalte in

der Schweiz ihre Gebäudeenergie über Fernwärmenetze.

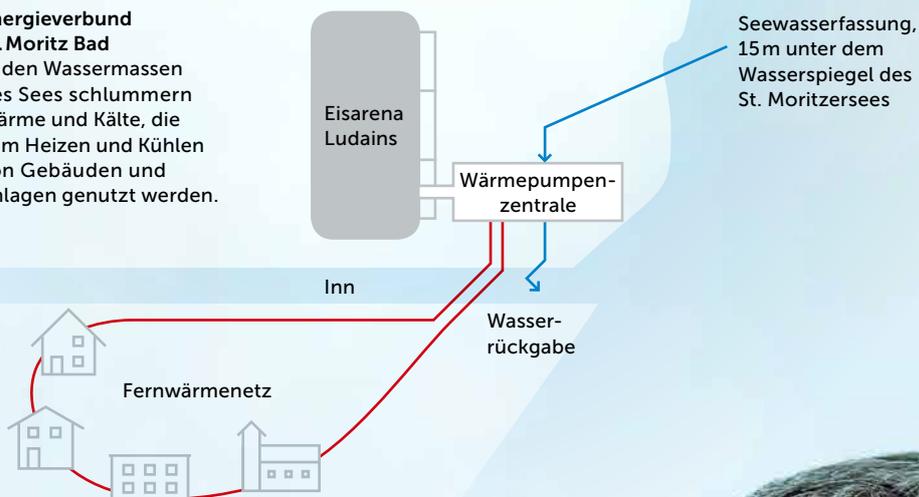
Woran liegt das?

Ein grosser Teil der Bevölkerung verfügt nach wie vor über einen unzureichenden Wissensstand zum Thema Fernwärme auf Basis regenerativer Energiequellen. Dazu gehören ja nicht nur die Nutzung von Seewärme, sondern auch von Grundwasser oder Biomasse wie Holzschnitzel sowie geo- beziehungsweise solarthermische Energie. Ein Hindernis für die Verbreitung der Technik ist auch das zögerliche Engagement der Politik. Auf Gemeinde-, Kantons- und nationaler Ebene braucht es engagierte Politiker, die sich für den Ausbau der Fernwärme einsetzen. ◀

Fünf grosse Vorteile des Energieverbunds

- Kurze Transportwege. Die Energiequelle ist lokal vorhanden.
- Der Anschluss an den Energieverbund lässt sich technisch und infrastrukturell einfach realisieren.
- Betriebssicherheit und Versorgungssicherheit sind gleichermassen hoch.
- Der Energiepreis kann stabil gehalten werden. Es ergeben sich nur geringe Schwankungen, die bei den fossilen Brennstoffkosten aus saisonalen, spekulativen und ressourcenbedingten Gründen weit grösser sind.
- Die Wärmelieferung ist flexibel, eine Beschaffung auf Vorrat erübrigt sich.

**Energieverbund
St. Moritz Bad**
In den Wassermassen
des Sees schlummern
Wärme und Kälte, die
zum Heizen und Kühlen
von Gebäuden und
Anlagen genutzt werden.



Michael Pfäffli

ist Jurist, Unternehmer und
seit 2015 Gemeindevorstand
in St. Moritz sowie Präsident
der Verwaltungskommission
von St. Moritz Energie.



«Den offenen, klaren Geist bewahren»

Vom Opa-Mobil übers postgelbe Zustell-Dreirad bis zum Spass-Beschleuniger eRod: Kyburz Switzerland baut Elektrofahrzeuge, die in Sachen Qualität ihresgleichen suchen. Firmengründer Martin Kyburz über Einfachheit, Elektronenflüsse und emissionsfreie Emotionen.

INTERVIEW ANDREAS TURNER FOTOS MARKUS LAMPRECHT

Herr Kyburz, alle Zeichen in der Mobilität stehen inzwischen auf «E» wie Elektro. Zufrieden?

Ich wusste immer: Die E-Mobilität kommt langsam, aber gewaltig. Und vor allem unaufhaltsam. Diese Bewegung in all ihren Ausprägungen an vorderster Front mitzuerleben, ist für mich als Techniker faszinierend.

Kommt ein Schuss Wehmut hinzu, wenn der Pionierstatus etwas verblasst?

Statt zurückzuschauen, will ich wissen: Was ist heute? Was kann ich morgen in welche Richtung bewegen? Ich freue mich riesig über die Präsenz der E-Mobilität, die heute kein Mensch mehr übersehen kann. Wenn ich in zwanzig Jahren durch die Schweiz fahre, wünsche ich mir, dass jeder Hirnbesitzer elektrisch unterwegs sein wird. Die Emission muss einfach weg.

Ist die Batterie-E-Mobilität fertig erfunden – oder erwarten Sie noch Quantensprünge?

Die heutige Technologie ist auf dem Punkt. Vor allem, weil sie so einfach ist wie kein anderes System. Der Elektronenfluss in den Batterien wird sicher

weiter optimiert. Aber sonst? Nehmen Sie einen Steinway-Flügel, der war schon 1890 perfekt. Wenn Sie heute einen neuen kaufen, so unterscheidet er sich nicht vom Produkt von damals. Er ist ausgereift. Es geht nicht besser.

Können Sie dem Verbrennungsmotor noch eine Spur Faszination abgewinnen?

Ich nehme wahr, dass die Entwicklung auch dort nicht stillsteht. Es gibt heute zur Effizienzsteigerung sogar eine Wassereinspritzung für die Treibstoff-Gemischbildung. Ich würde diese Technologie allerdings niemals in ein Fahrzeug einbauen. Das ist ja die reinste Chemiefabrik, die alle Verbrennerautos an Bord haben! Kontrollierte Explosionen, Flüssigkeiten knapp am Siedepunkt, Thermikregelungen, Abgasreinigung – all das brauche ich doch heute nicht mehr. Das ist ja gerade das Schöne an der Elektromobilität.

Ihre Firma Kyburz Switzerland wird bald dreissig Jahre alt.

Was war Ihr Auslöser, sich damals selbständig zu machen?

Frustration. Ich war 24 und hatte in einem Grossunternehmen ein System →

Martin Kyburz (53)

ist Maschinenmechaniker und Elektroingenieur. In seiner Firma Kyburz Switzerland, die er 1991 gründete, gilt das Credo: «Wir entwickeln Produkte, die auf Mensch und Umwelt einen positiven Einfluss haben.» Mit seinen rund 80 Mitarbeitern stellt Kyburz elektrische Mobilitätslösungen auf die Räder, die sowohl gewerblichen Zwecken als auch dem puren Fahrspass dienen. Digitalisierung, Vernetzung und Big Data helfen dabei, Umfang und Qualität der Dienstleistungen laufend zu steigern.

www.kyburz-switzerland.ch





«Ich wünsche mir, dass in 20 Jahren jeder Hirnbesitzer elektrisch unterwegs sein wird. Die Emissionen müssen einfach weg.»

zu entwickeln, das mich mit Fragen konfrontierte, die mir niemand beantworten konnte. Ich fragte schließlich den Direktor, der passende Antworten zumindest im Kopf hatte. Nur nützte mir das nichts. Ich hatte ja den Gruppenleiter über mir und der wiederum den Abteilungsleiter. Die sind wegen meiner Ideen an die Decke gegangen.

Das brachte Sie zum Geh-Punkt?

Aus diesem Frustrationsüberschuss heraus habe ich begonnen, mich in der Freizeit mit Fahrzeugen zu beschäftigen. Gleich das erste Projekt, mein E-Prototyp Cheetah, hat mich derart in Beschlag genommen, dass ich mich entscheiden musste. Das habe ich dann getan. Eine Alternative gab es nicht.

Was daraus entstand, ist bekannt:

Mit Ihren E-Mobilen haben Sie diverse Nischen schon früh sehr klug besetzt.

Wie kam es zu Ihrem Beitritt zum Verband Swisscleantech, dessen Ehrenpräsident Bertrand Piccard «sauberes Wachstum» propagiert?

Die Alternative wäre ja der schmutzige Status quo, nicht? (Lacht.) Mir hat sehr gefallen, was ich dort gesehen habe: Potenzial für saubere Zukunftslösungen gibt es ohne Ende. Was auch mich immer umtreibt, ist die Frage: Welche Hilfsmittel kann ich bieten, die dem Menschen dienen, aber die Umwelt schonen? Wie packe ich das an?

Angepackt haben Sie beispielsweise das Projekt der selbstfahrenden «Buddy Mobility» mit der norwegischen Post.

Da rollt anstelle eines Verträgers ein smartes, mehrstöckiges Euro-Palett autonom ins Quartier und meldet den Bewohnern via Smartphone, dass es Briefe oder kleine Pakete in ihren mobilen Postfächern abzuholen gibt.

Mehrheitlich aber verteilen noch Verträger aus Fleisch und Blut die Post – in der Schweiz und anderswo mit dem berühmten Kyburz-Modell DXP. Diese sind ja dauernd auf Achse. Wie koordinieren Sie da Service und Unterhalt? Zunehmend mit Telemetrie. Vor allem haben wir eine Lösung gebraucht für

die Kyburz-Flotten in Neuseeland, Australien, Island und Skandinavien. Eine Box an jedem Fahrzeug sendet uns alle technischen Daten und Positionen. Mit diesem «Fleet Monitoring» lassen sich verrückte Dinge anstellen. So können wir manchen Defekt bereits erkennen, bevor er tatsächlich auftritt. Künftig wollen wir auch Gewichts- und sogar meteorologische Daten auswerten.

Wie entstand Ihr puristisches Funmobil-Projekt eRod?

Angesichts der immer noch fortschreitenden Komfortexzesse gerade in der Luxuslimousinenindustrie wollte ich wieder mal zurück an die Basis. Ich fragte: Was brauche ich? Räder, Lenkung, Bremsen, Fahrwerk, Antrieb, Pedale. Fertig! Keine Heizung, keine Lüftung, keine Scheiben, kein Garnichts.

Keine Sektkühler, keine automatischen Sonnenrollos. Beim Smart hatte man für diese Selbstbeschränkung einen Slogan: Reduce to the max.

Beim Smart hat man's so geschrieben, ich setze die Idee tatsächlich um. Ohne Kompromisse. Ich will einen Gitterrohrrahmen ohne Verschalung. Nur die Teile, ohne die es nicht geht.

Um damit auch ins Gelände zu fahren, wie mit dem neuen eRod offroad?

Die Leute sollen doch auch künftig noch crossen dürfen, auf Schnee oder in der Kiesgrube, aber bitte mit einem Minimum an Emissionen, damit das Ganze einen neuen Fokus bekommt.

Ihre Meilensteine in der beruflichen und persönlichen Entwicklung?

Dass der Elektroantrieb die Mobilität einem gründlichen Entschlackungs- und Reinigungsprozess unterzogen hat. Ein System soll so simpel wie möglich sein. Ganz nach dem Zen-Prinzip, sich den offenen, klaren Geist zu bewahren. Zwei Autos? Ist eines zu viel. Ein Bankkonto? Reicht. Eine Frau als Partnerin? Alles andere habe ich nicht im Griff, ist mir zu komplex. Wenn ich nach dieser Maxime lebe, wird unglaublich viel Energie freigesetzt. Es ist mir eine Freude, diesen Gedanken hinauszutragen. ←

KÜHLE GLACE FÜR HEISSE TAGE

RECHERCHE TAMARA TIEFENAUER



NICECREAM

Veganes Eis

- 2 reife Bananen, über Nacht im Gefrierfach
- 2 EL Pflanzenmilch
- 1 TL Ahornsirup oder Agavendicksaft

Je nach Vorliebe Schokoladenpulver, gefrorene Früchte oder Beeren hinzufügen.

Alle Zutaten mixen, bis eine cremige Glace entsteht.



RAHMGLACE

ohne Eismaschine

- 200 ml Vollmilch
- 20 ml Rahm
- 150 g Zucker
- 3 Eigelb

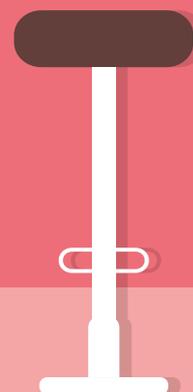
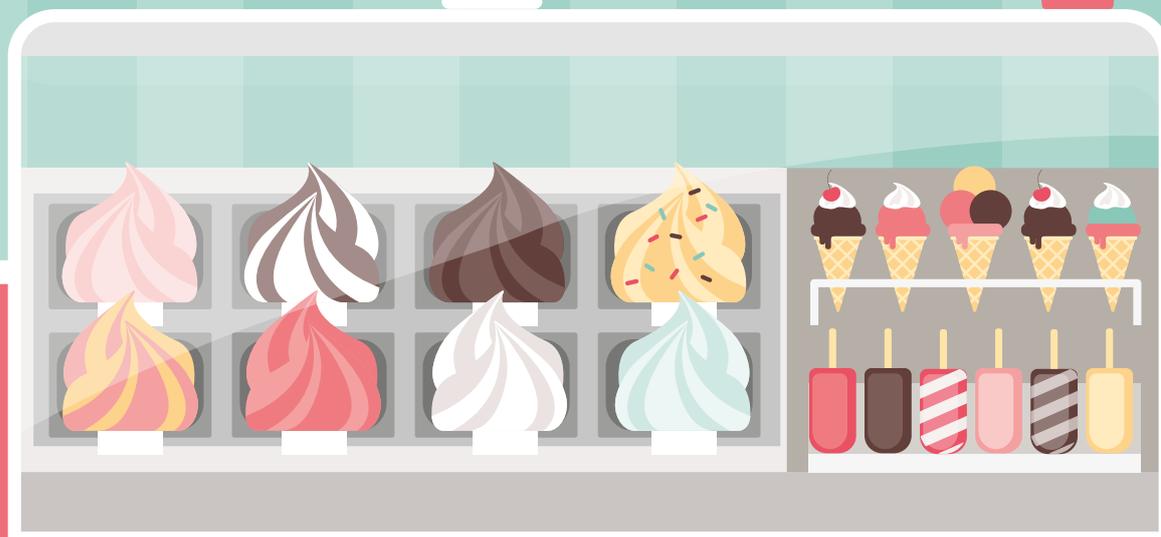
Milch, Rahm und Zucker erhitzen, nicht aufkochen. Eigelbe in einer Schüssel aufschlagen. Milch-Rahm-Mischung vorsichtig zu den Eigelben geben. Die Masse unter Rühren erneut erhitzen, bis sie sämig ist, dann abkühlen lassen und ins Eisfach stellen. Damit die Glace cremig wird, immer wieder umrühren.

FROZEN YOGURT

in fünf Minuten

- 150 g gefrorene Früchte
- 3 EL griechisches Joghurt
- 2 TL Honig

Alle Zutaten fein pürieren und sofort servieren.



Drei Buchstaben als Zugang

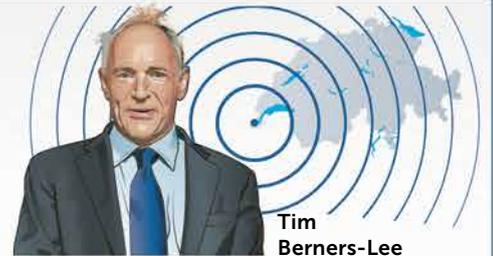
WWW: Entwickelt vor 30 Jahren als Austauschplattform zwischen Wissenschaftlern, ist das 1989 lancierte «World Wide Web» heute aus unserem Alltag nicht mehr wegzudenken. In unserer Infografik präsentieren wir Ihnen Fakten zur Geschichte und zur Nutzung des Internets.

RECHERCHE / TEXT
PATRICK STEINEMANN

INFOGRAFIK
D. RÖTTELE & M. STÜNZI,
WWW.INFOGRAFIK.CH

Wo und mit wem alles begann

- Das World Wide Web wurde 1989 von Tim Berners-Lee am Kernforschungszentrum CERN in Genf erfunden.
- 1993 gab das CERN das World Wide Web als offenen Standard kostenlos und ohne Lizenzierung für die Öffentlichkeit frei.
- Tim Berners-Lee ist auch der Erfinder der Seitenbeschreibungssprache HTML, des Transferprotokolls HTTP, der Internetadresse URL – alles Elemente, die noch heute zentral sind für das Internet. Berners-Lee entwickelte



Tim Berners-Lee

den ersten Browser «WorldWideWeb» und betrieb am CERN den ersten Webserver, der den Ursprung des WWW darstellt.

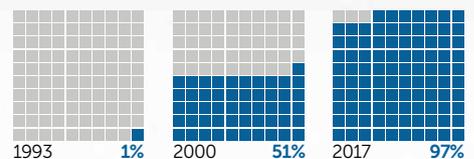
Wie viel Energie benötigt das Internet?



- **0,3 Wattstunden** beträgt der Strombedarf für eine Google-Anfrage. Zum Vergleich: Ein Hemd zu bügeln, benötigt so viel Energie wie 200 Google-Suchanfragen.
- **40 Grosskraftwerke** sind nötig, um den Energieverbrauch der Rechenzentren zu decken, über die das Internet betrieben wird.
- Wäre das **Internet ein Land**, dann hätte es heute den sechstgrössten Energieverbrauch der Welt.

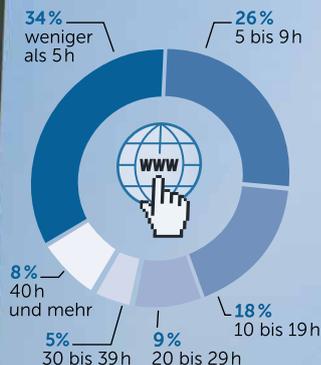
Die Datenmenge des Web wächst und wächst

■ Anteil des Internets bei den Informationsflüssen im weltweiten Telekommunikationsnetz

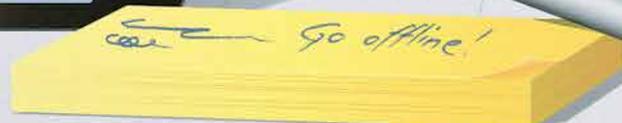
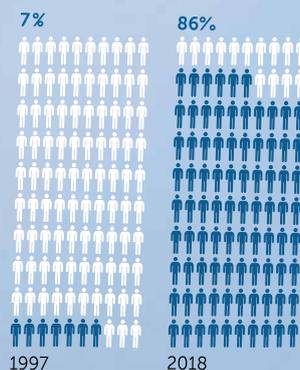


Internetnutzung in der Schweiz

Dauer der Internetnutzung pro Woche (2017)



Anteil der Bevölkerung, die das Internet regelmässig nutzt**



zur Welt

Die Top 10 der Schweizer Websites

Unique Visits*

Rang	Website	Beschreibung
1	20min.ch D-CH	Nachrichtenportal (Deutschschweiz)
2	blick.ch	Digitaler Boulevard-Kanal
3	srf.ch	Schweizer Internet-Radio und -TV
4	sbb.ch	Website der SBB
5	bluewin.ch	E-Mail-Dienst und News (Swisscom)
6	20min.ch W-CH	Nachrichtenportal (Romandie)
7	rts.ch	Schweizer Radio und TV (Romandie)
8	nzz.ch	Online-Präsenz der Tageszeitung
9	local.ch	Digitales Telefonbuch und Gelbe Seiten
10	tagesanzeiger.ch	Online-Präsenz der Tageszeitung

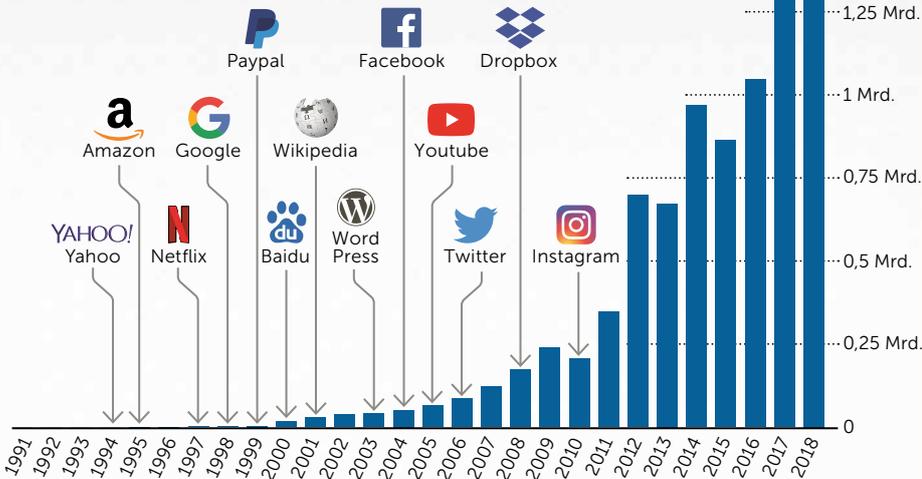
Katzenfotos

Katzenvideos

Katzenvideos Best-of

Die Entwicklung des Internets

■ Anzahl Websites sowie bekannte Websites und wann sie online gingen. Heute sind mehr als 1,6 Milliarden Websites online; davon sind aber «nur» rund 200 Millionen aktiv bewirtschaftet.

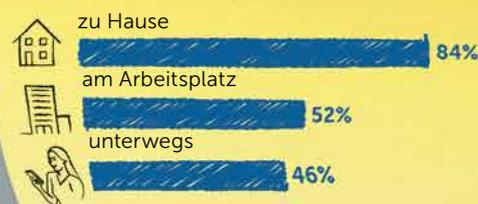


Das **Internet der Dinge** gilt als Zukunft des Internets: Gegenstände, Geräte und Maschinen sind vernetzt und kommunizieren miteinander. So erkennt etwa eine «smarte» **Waschmaschine**, wann die Solaranlage auf dem Dach genügend günstigen Strom liefert, und schaltet sich selbständig ein.

Weltweit wird der **Internet-Datenverkehr für das Jahr 2017** auf 1,4 Zettabyte geschätzt – eine Zahl mit 20 Nullen.

Ort der Internetnutzung

Schweizer Bevölkerung ab 14 Jahren (2018)



* Stand: Februar 2019 ** Personen ab 14 Jahren, Nutzung mehrmals pro Woche

Quellen: www.internetlivestats.com; www.cern.ch; www.wikipedia.org; de.statista.com; www.bfs.admin.ch; www.heise.de; www.zdf.de; www.swr.de

AB INS WASSER

Am schönsten ist der Sommer auf dem See oder im Fluss. Unsere Tools sorgen für Spass und Sicherheit ober- und unterhalb der Wasserlinie.



Flachsurfer

Für diese Surfbretter braucht es keine Wellen: Stehend paddelt man über den See oder den Fluss entlang. Wer eine schlechte Balance hat, kniet sich einfach aufs Board. Die bunten Bretter gibt es mit unterschiedlichen Motiven ab 900 Franken auf www.indiana-paddlesurf.ch.

Couchdrifter

Mit der eigenen Insel entspannt auf dem See treiben: Auf der Gummiinsel mit Schattendach, Rückenlehne und Getränkehalter lassen Geniesser es sich gut gehen. Zu bestellen zum Beispiel über www.galaxus.ch für ca. 94 Franken.



Tauchkühler

In diesem Gummikühlschrank bleiben Getränke auch bei sommerlichen Temperaturen angenehm erfrischend. Mit einem Seil wird er einfach am Gummiboot befestigt und mitgezogen. Entdeckt auf www.sportxx.ch für rund 15 Franken.

Durchblicker

Gemütlich auf dem Wasser treiben und dabei die Unterwasserwelt bestaunen – ohne in Atemnot zu geraten. Das ist mit der Schnorchelmaske möglich. Sie bedeckt das ganze Gesicht. An der Halterung kann man zudem eine Unterwasserkamera befestigen und so seine Entdeckungen filmen. Zu kaufen für 49 Franken über www.mintlama.ch.



Trockenhalter

Kleider und Smartphones überstehen in diesem Sack die Bootsfahrt trocken und ohne Wasserschaden. Die Nähte sind abgedichtet, das Material PVC-frei und der Trageriemen verstellbar. Den Packsack gibt es in unterschiedlichen Farben für ca. 66 Franken auf www.intersport.ch.

So behalten Sie einen kühlen Kopf

Es muss nicht immer ein Ventilator oder eine Klimaanlage sein: sieben Tipps, wie Sie sich selbst und Ihre Wohnung klimafreundlich kühlen.

TEXT TAMARA TIEFENAUER

Zimmerpflanzen

Pflanzen geben Feuchtigkeit ab und senken durch Verdunstungskälte die Temperatur im Raum. Birkenfeige, Gummibaum, Kolbenfaden und Bogenhanf eignen sich besonders gut.

Hitzequellen ausschalten

Schalten Sie Geräte wie Computer, Laptop und Fernseher komplett aus. Sie erzeugen sonst zusätzlich Wärme.



Essen

Einige Lebensmittel kühlen den Körper von innen. Gründe sind ihr hoher Wassergehalt oder die enthaltenen Mineralien und Vitamine. Dazu zählen: Minze, Salbei, Joghurt, Früchte und Gemüse.

Lüften

Lüften Sie nur frühmorgens und spätabends. Am besten dann auch alle Schranktüren öffnen: Selbst dort sammelt sich heiße Luft.



Waschlappen

Frieren Sie einen nassen Waschlappen ein. Legen Sie sich diesen dann auf die Stirn, den Nacken oder wickeln Sie ihn sich um die Füße.



Kleider

Tragen Sie Kleider aus natürlichen Fasern, zum Beispiel aus Seide, Baumwolle oder Leinen. Diese sind atmungsaktiv und temperaturisolierend.

Trinken

Verzichten Sie auf Eiswürfel. Trinkt man im Sommer etwas Kaltes, produziert der Körper Wärme, damit die Körpertemperatur nicht zu stark sinkt.

Finden Sie das Lösungswort?

Einfach mitmachen

Schreiben Sie uns eine E-Mail an wettbewerb@red-act.ch und gewinnen Sie mit etwas Glück einen der untenstehenden Preise. Nennen Sie uns im Betreff bitte direkt das Lösungswort. Im Textfeld teilen Sie uns Ihren Vor- und Nachnamen sowie Ihre Telefonnummer mit. Einsendeschluss ist der 26. Juli 2019.

Wir wünschen Ihnen viel Spass beim Rätseln!

Teilnahmebedingungen: Über diesen Wettbewerb führen wir keine Korrespondenz. Die Barauszahlung der Preise ist nicht möglich. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

schweiz. Papschwache (Kw.)	genaue Zeitmesser	laute Aussprache	durch beschädigt, kaputt		Cocktailzubereiter	digitale Informationseinheit	frz.: SBB Strand	Bündner Winterort
					brüske Absage Sohn Jakobs		4	
Autoteil Streit, Zank							6	Schnellzug (Abk.)
				Behörde zusätzlich, plus		Grosser Schwertwal desto	Gefrorenes Dorf Siedlung	
Bahntunnel zw. Uri u. Wallis		altnord. Sagen frz. Stadt						
			3		bloss Zitterpappel		erot. Verführerin	dt. Grossstadt
Eile schweiz. Kanton				1	TV-Sender german. Gott			Riesenschlange
		Sitte, Brauch				2	Zeitungsbearbeitung (Kw.)	
austral. Strauss kurz für: in das					Palästinenserorganisation		engl. Abk. f. Montag	5
		fossiler Brennstoff				Abfall bei Holzarbeiten		

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---



1. Preis
Erholung am Blausee

Geniessen Sie im Hotel Blausee den einzigartigen Ausblick auf das blaue Naturspektakel. Im Gutschein inbegriffen sind zwei Übernachtungen für zwei Personen im Doppelzimmer. Inklusive eines reichhaltigen Frühstücksbuffets, Zugang zum Spa-Bereich sowie eines 4-Gang-Abendmenüs für 2 Personen. Ein Erlebnis für alle Sinne.

Gesamtwert des Preises: 700 Franken

Hotel&Spa Blausee, 3717 Blausee, Telefon +41 33 672 33 33, info@blausee.ch, www.blausee.ch

2. Preis

Tierische Stärke mit dem Powertraveller von Powergorilla

Der Name verrät einiges. 24000 mAh versorgen 9 Stecker für mobile Geräte mit Energie. Das schlanke Aluminiumgehäuse mit stossfesten Gummischutzstreifen schützt und sieht auch noch chic aus. Ein- und Ausgangsanschlüsse sind USB-Ports. Mit dieser Powerbank können Sie lange reisen.



Gesamtwert des Preises: 250 Franken



3. Preis **Notizbuch von Moleskine**

Klassisches Design trifft Handwerkskunst: gebundenes Ledernotizbuch inklusive Innentasche, Lesezeichenband und Gummiband. Die Seiten sind liniert und im gängigen Format A5. Ein Klassiker unter den Notizbüchern.

Gesamtwert des Preises: 69 Franken

HIER BEKOMMEN WIR DIE **ST.MORITZER SONNE** UNTER DACH UND FACH



Haben Sie eine Solaranlage erwartet, die in die Augen springt?

Auf dem Gutsbetrieb Oberalpina sind die Solarpanels im Dach integriert. Deshalb sind sie nicht so auffällig wie eine Aufdachanlage. Wir fallen lieber mit einem Zertifikat für Sie auf. Zeigen Sie mit der Sonne von St.Moritz Ihr Engagement für die Umwelt!

www.stmoritz-energie.ch

