

Von Ihrer Elektro Messer GmbH

So geht Ihnen beim Arbeiten ein Licht auf

Natürliche und künstliche Quellen nutzen

Die Zahl der Erwerbstätigen, die ihrem Beruf von zuhause aus nachgehen, steigt beständig. Beim Einrichten des eigenen Büros sollten Sie jedoch nicht nur an die technische Ausstattung denken, sondern auch an ausreichend Komfort für Ihre Augen. Denn der Büroalltag ruft bei vielen Menschen körperliche Beschwerden hervor: Häufige Symptome sind zum Beispiel Kopfschmerzen oder Probleme mit den Augen. Kein Wunder bei den Anforderungen, denen sich unsere Sehorgane bei der täglichen Computerarbeit stellen müssen.



Foto: www.licht.de

Liebe Leserinnen und Leser,

arbeiten auch Sie von zuhause? In dieser Ausgabe von „Haus & Elektrik“ erfahren Sie, wie Sie trotz langer Abende vor dem Computer Ihre Augen schonen können – nämlich mit der richtigen Beleuchtung.

Und noch ein Gesundheitsthema habe ich für Sie recherchiert: Allergiker können nun dank moderner Lüftungssysteme endlich aufatmen. Was die neuen Geräte leisten können, erfahren Sie im Innenteil.

Zudem gibt es ab 2010 ein neues Gesetz: Intelligente Stromzähler werden zur Pflicht in Neubauten. Was genau diese Geräte eigentlich so intelligent macht und wie sie Ihnen beim Sparen helfen, erfahren Sie in dieser Ausgabe von „Haus & Elektrik“.

Viel Vergnügen bei der Lektüre
Ihre

Michael N. Wagner
Markus Okegniczak

Weitere Themen

Voll im Bilde

Hauskommunikation für jedermann



Stromverbrauch im Griff

Neue Stromzähler machen's möglich



Allergiker können aufatmen

... dank kontrollierter Wohnraumlüftung



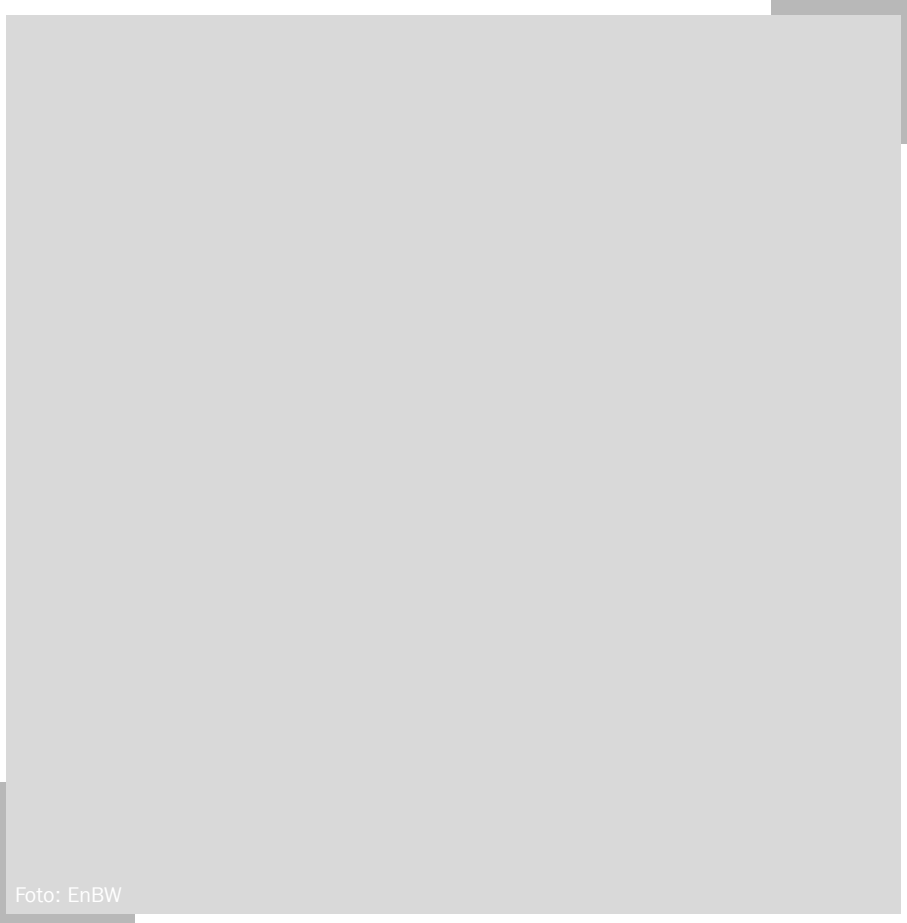


Foto: EnBW

Im Zuge dieser Entwicklung bieten mittlerweile sogar viele Anbieter in Deutschland Billig-Strom-Zeiten an. Damit sollen Spitzenlastzeiten vermieden und der Stromverbrauch gleichmäßiger gestaltet werden.

Die neuen Stromzähler befinden sich derzeit bei einigen Stromerzeugern noch in der Testphase, in anderen Gebieten werden sie bereits eingebaut. Ab 2010 sollen

die intelligenten Stromzähler dann in vielen Gebieten Deutschlands die alten Modelle ersetzen, in Neubauten werden sie sogar Pflicht. Somit wird es den Verbrauchern in ganz Deutschland bald möglich sein, ihren Energiehaushalt verantwortungsbewusst selbst zu analysieren und zu steuern – und dadurch effektiv Geld zu sparen. Ich informiere Sie gerne über weitere Details der intelligenten Stromzähler.

Rezepttipp
für hungrige Feinschmecker:

Bunte Reispfanne mit Pute und Pilzen

Zutaten für 4 Personen:

2 Zwiebeln, 1 Knoblauchzehe, 500 g frische Champignons, 1 Rote Paprikaschote, 200 g Putenbrust, 500 g Reis, 2 EL Öl, etwas Salz und Pfeffer, 2 EL frische Petersilie

Und so gehts:

Zwiebeln schälen und anschließend in feine Würfel schneiden. Knoblauchzehe ebenfalls schälen und zerdrücken. Champignons und Paprikaschote putzen und waschen. Die Champignons halbieren, die Paprikaschote in Streifen schneiden. Putenfleisch in Salzwasser garen und anschließend grob würfeln. Reis in Salzwasser garen (allerdings nicht zu weich kochen). Öl in einer Pfanne erhitzen, Zwiebelwürfel und Knoblauch darin glasig dünsten. Champignonhälften und Paprikastreifen circa zehn Minuten darin dünsten. Putenwürfel und Reis hinzugeben, mit den Gewürzen und der gehackten Petersilie abschmecken und noch einmal kurz erhitzen.

www.alles-deutschland.de

IMPRESSUM

Realisation:
Matthias Kant, Stefanie Weber
mediaprint WEKA info verlag gmbh,
Lechstr. 2, 86415 Mering

Gestaltung:
mediaprint WEKA info verlag gmbh

Druck:
mediaprint Informationstechnologie GmbH



mediaprint
WEKA info verlag gmbh
Lechstraße 2
D-86415 Mering
Tel. +49(0)8233 384-0
Fax +49(0)8233 384-103
info@weka-info.de
www.weka-info.de
www.alles-deutschland.de

Auflösung Sudoku

9	7	6	4	8	1	3	2	5
1	4	3	2	5	9	7	8	6
5	2	8	3	7	6	1	9	4
6	9	4	5	1	8	2	3	7
8	1	2	7	3	4	5	6	9
7	3	5	9	6	2	4	1	8
4	6	7	8	2	3	9	5	1
2	5	1	6	9	7	8	4	3
3	8	9	1	4	5	6	7	2

Schluss mit Kurbeln

Komfort im Alltag mit elektrischen Rollläden

In modernen Häusern sorgen immer mehr technische Systeme für steigende Bequemlichkeit. Auch elektrische Rollläden halten nun Einzug in deutschen Haushalte.

Älteren Menschen bieten sie einen höheren Wohnkomfort, da sie ihnen das oft belastende Hochkurbeln von schweren Rollläden abnehmen. Aber auch an sehr hoch gelegenen Fensterflächen hat der elektrische Sonnenschutz große Vorteile, da er sich ganz einfach per Fernbedienung steuern lässt. Und nicht zuletzt bieten sie einen

nicht zu unterschätzenden Einbrecherschutz, da die Anlagen auch ein belebtes Haus simulieren, wenn die Bewohner auf Reisen sind. Grundsätzlich können zwei Systeme elektrischer Rollläden unterschieden werden: Rohrmotoren und Gurtwickler. Rohrmotoren sind dabei zwar sehr viel aufwendiger im Einbau, dafür bieten sie allerdings auch weit mehr Komfort. Sie können problemlos sehr große und schwere Rollläden wie zum Beispiel bei Terrassenfenstern bewegen. Außerdem lassen sie sich durch Zeitschalt-



uhren steuern. Außerdem reagiert das System selbstständig auf den Stand der Sonne. Gurtwickler werden in den bestehenden Gurtkasten eingesetzt und fallen daher nicht als negatives Störelement auf. Betrieben durch einen kleinen Elektromotor wird das Gurtband auf eine Rolle aufgewickelt. ■

Haben Sie Fragen
rund um die Elektrik?
Dann rufen Sie mich an.
Ich informiere Sie gerne
unverbindlich.



Elektro Messer GmbH · Rotebühlstr. 179 · 70197 Stuttgart
Tel.: 0711 654397 · Fax: 0711 6572475 · www.elektromesser.de · info@elektromesser.de

Fordern Sie weitere Informationen an:

Einfach ausschneiden, in einen Fensterbriefumschlag stecken und ab zur Post!

Bitte schicken Sie mir weitere Informationen zum Thema _____ zu.

Bitte vereinbaren Sie einen Termin mit mir. Ich interessiere mich für _____

Firma
Elektro Messer GmbH
Rotebühlstr. 179
70197 Stuttgart

Name _____

Vorname _____

Straße _____

PLZ/Ort _____

Telefon _____