

Mit EWE auf Tour:

Ernährungstipps von Dr. Anne Fleck

© Justyna Krzyzanowska

**VERANSTALTUNGS-
KALENDER** Januar – Juni 2018

Freuen Sie sich auf ein tolles Programm
im EWE ServicePunkt Cuxhaven!



Liebe Leserinnen und Leser,

wie sagt man so schön? Norden, Süden, Osten, Westen, zu Hause ist es doch am besten. Das sehen wir von Ihrem EWE ServicePunkt Cuxhaven genauso. Ideen und Leistungen rund um Ihr Zuhause – das bedeutet bei EWE viel mehr als Strom, Wärme, Internet und Telekommunikation. Wir möchten Ihnen das Leben einfacher, komfortabler und genussvoller machen. Deshalb haben wir für Sie wieder zahlreiche Veranstaltungen organisiert, zum Beispiel **Kochevents, Lesungen, Vorträge und Veranstaltungen für Kinder**. Dabei haben wir uns von Ihnen inspirieren lassen: In den letzten fünf Jahren hatten wir bei über 5.000 Veranstaltungen mit weit über 100.000 Besuchern viele Möglichkeiten, Ihre Anregungen zu sammeln. Das Ergebnis sehen Sie in dieser Broschüre!

Besonders stolz sind wir auf unser Vortrags-Highlight: Dr. Anne Fleck. Durch die NDR-Sendung „Die Ernährungs-Docs“ und ihre Buchveröffentlichungen ist „Doc Fleck“ bekannt geworden. Nun können auch Sie von ihrer Ernährungs-Expertise profitieren. Diese und weitere Veranstaltungen bringen Sie gesund und munter durchs erste Halbjahr 2018. Jetzt heißt es nur noch: durchblättern, Lieblings-Veranstaltungen aussuchen, anmelden und weitererzählen. Seien Sie schnell, die Kapazitäten sind begrenzt! Übrigens: Es gibt auch etwas zu gewinnen! Alle Infos dazu auf der vorletzten Seite.

Herzlich willkommen & viel Spaß bei den neuen EWE-Veranstaltungen!

Ihr EWE-Team



Eine Prise Sinnlichkeit

Beim Würzen geht noch mehr als Salz und Pfeffer! Im Mittelalter wurden Gewürze nicht nur als Geschmacks-Booster, sondern vor allem als Heilmittel und Aphrodisiakum eingesetzt. Wussten Sie beispielsweise, dass Basilikum in vielen Teilen der Erde als „Liebeskraut“ gilt? Viola Vierk vom Gewürzmuseum Hamburg erklärt Ihnen gemeinsam mit dem Schauspieler Tobias Brüning auf amüsante Art und Weise, wie Sie Gewürze gekonnt einsetzen, lässt Sie probieren und taucht mit Ihnen in die duftende Welt der Aromen ein. Das macht Lust auf mehr!

► **Dienstag** **06.02.18** **19.00 Uhr**

Kostenbeitrag: 5 €, Veranstaltungsdauer ca. 2 Stunden
Tickets online über ewe.de/veranstaltungen, direkt im ServicePunkt oder über die Tickethotline 0180 6050400 (Details s. Rückseite)



Energieversorgung selbstgemacht

Sie träumen davon, Ihr eigener Energieversorger zu werden? Die Entwicklung von Innovationen, die Ihr Haus klimafreundlicher und unabhängiger machen, schreitet stetig voran. Vom Stromspeicher bis zur handlichen Photovoltaikanlage wird die Palette immer umfangreicher. EWE-Experte Ralf Kreiensiek bahnt Ihnen einen Weg durch diesen Dschungel und verrät Ihnen, von welchen Anwendungen Sie am meisten profitieren. Natürlich erfahren Sie an diesem Abend auch alles rund um die aktuellen Fördermöglichkeiten und die passenden EWE-Produkte.

► **Donnerstag 08.02.18 18.00 Uhr**

Referent: Ralf Kreiensiek, EWE VERTRIEB GmbH

Der Eintritt ist frei. Veranstaltungsdauer ca. 90 Minuten
Anmeldung über ewe.de/veranstaltungen, direkt im ServicePunkt
oder über die Tickethotline 0180 6050400 (Details s. Rückseite)

Voller Geschmack, voller Energie

Gemeinsam macht Kochen noch mehr Spaß! Wir laden Sie ein, zusammen eine Auswahl an Rezepten aus dem aktuellen EWE Rezeptheft 2017/18 zu kochen. Und als Leckerbissen zwischendurch gibt es einen interessanten Vortrag zu einem Energiethema.

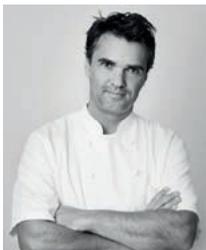
- **Dienstag 13.02.2018 18.00 Uhr**
- **Mittwoch 14.02.2018 18.00 Uhr**
- **Donnerstag 15.02.2018 18.00 Uhr**
- **Dienstag 20.02.2018 18.00 Uhr**
- **Mittwoch 21.02.2018 18.00 Uhr**
- **Donnerstag 22.02.2018 18.00 Uhr**

Referentin: Anke Mesterharm, EWE VERTRIEB GmbH

Der Eintritt ist frei. Veranstaltungsdauer ca. 2 Stunden
Anmeldung über ewe.de/veranstaltungen, direkt im ServicePunkt
oder über die Tickethotline 0180 6050400 (Details s. Rückseite)



Tolle Knolle: Kleine Kartoffelkunde mit Jan Linne



Kartoffelpüree, Salz-, Brat- und Pellkartoffeln, Kroketten, Rösti, Gratin, Knödel oder Kartoffelsuppe – kaum ein Lebensmittel ist so vielfältig wie die auf den ersten Blick unscheinbare Kartoffel.

Der Profikoch Jan Linne zeigt Ihnen,

wie Sie Altbekanntes neu variieren können und mit der Kartoffel immer wieder Abwechslung in den Speiseplan bringen. Wir freuen uns auf einen leckeren Abend rund um die tolle Knolle!

► **Dienstag** **13.03.18** **19.00 Uhr**

Kostenbeitrag: 5 €, Veranstaltungsdauer ca. 90 Minuten
Tickets online über ewe.de/veranstaltungen, direkt im ServicePunkt oder über die Tickethotline 0180 6050400 (Details s. Rückseite)

Hans-Peter Piorr: Wie leben wir in 20 Jahren?



Werden unsere Autos selbstständig mit Wasserstoff fahren und unsere Kinder nur noch übers Internet unterrichtet? Wird unser Fleisch in Laboren gezüchtet? Machen wir Urlaub auf dem Mond? Die Zukunft scheint einige

Überraschungen für uns bereitzuhalten. Was wird vom Heute bleiben? Bedenkt man den Klimawandel, die gesellschaftliche Entwicklung und den digitalen Fortschritt, ist es Zeit für neue Visionen. Professor Hans-Peter Piorr, Experte für Landwirtschaft und Energie, geht mit Ihnen auf Zeitreise.

► **Mittwoch** **14.03.18** **19.00 Uhr**

Referent: Prof. Hans-Peter Piorr, Hochschule für nachhaltige Entwicklung Eberswalde

Kostenbeitrag: 5 €, Veranstaltungsdauer ca. 90 Minuten
Tickets online über ewe.de/veranstaltungen, direkt im ServicePunkt oder über die Tickethotline 0180 6050400 (Details s. Rückseite)



Annemarie Stoltenberg – Zeit für Kopfkino



Bücherwürmer aufgepasst, an diesem Abend gibt es neuen Lese-stoff! Literaturkritikerin, Autorin und NDR-Redakteurin Annemarie Stoltenberg hat ihre Leidenschaft für Bücher zum Beruf gemacht.

Als Literaturexpertin versucht sie stets, die richtigen Bücher für die richtigen Leser zu finden, die dann mit Genuss und Gewinn verschlungen werden. An diesem Abend stellt sie Ihnen in gemütlicher Atmosphäre ihre aktuellen Lieblingsbücher vor – und mit Sicherheit ist auch für Sie etwas dabei.

► **Donnerstag** **15.03.18** **19.00 Uhr**

In Kooperation mit: Oliva Buchhandlung

Kostenbeitrag: 7 €, Veranstaltungsdauer ca. 90 Minuten
Tickets online über ewe.de/veranstaltungen, direkt im ServicePunkt oder über die Tickethotline 0180 6050400 (Details s. Rückseite)

Dr. Anne Fleck: Warum schlank alleine nicht gesund ist



Die meisten kennen Dr. Anne Fleck – kurz „Doc Fleck“ – aus dem TV und als Bestseller-Autorin („Die 70 einfachsten Gesundrezepte“). Sie ist unsere Expertin in Sachen Präventiv- und Ernährungsmedizin! In Ihrem Vortrag räumt sie mit den

größten Irrtümern rund um die Ernährung auf. Sie erklärt, warum Fette und Öle nichts Schlechtes sind und warum schlank nicht gleich gesund bedeutet. Genießen Sie Ihr Leben vital und fit bis ins hohe Alter – dieser Vortrag ist ein Anstoß, aktiv zu werden und die eigene Gesundheit wieder selbst in die Hand zu nehmen!

► **Freitag** **16.03.18** **19.00 Uhr**

Kostenbeitrag: 7 €, Veranstaltungsdauer ca. 90 Minuten
Tickets online über ewe.de/veranstaltungen, direkt im ServicePunkt oder über die Tickethotline 0180 6050400 (Details s. Rückseite)



Mädchen-Aktions-Tage: Mehr als Quatsch mit Soße

Ketchup zu Pommes, Senf zum Würstchen – die leckeren Soßen gehören zu vielen Gerichten einfach dazu. Doch was ist das Geheimnis des guten Geschmacks? Bei den Mädchen-Aktions-Tagen in Zusammenarbeit mit dem Haus der Jugend in Cuxhaven dürfen die Mädels ihren eigenen Senf und Ketchup herstellen – und die passenden Gerichte gibt's auch dazu.

- ▶ **Dienstag** **24.04.18** **16.00 Uhr**
- ▶ **Mittwoch** **25.04.18** **16.00 Uhr**

Referentin: Anke Mesterharm, EWE VERTRIEB GmbH

Der Eintritt ist frei. Veranstaltungsdauer ca. 2 Stunden
Anmeldung in der Zeit vom 11.04.18 bis 13.04.18 (Mittwoch bis Freitag)
von 14.00 bis 17.00 Uhr im Haus der Jugend, Tel.: 04721 700 70 900



Zukunftstag 2018: Energiegeladen in die Zukunft

„Und was willst du mal werden, wenn du groß bist?“ – Beim „Zukunftstag“ haben Schülerinnen und Schüler von der 5. bis zur 10. Klasse auch dieses Jahr wieder in ganz Niedersachsen die Möglichkeit, verschiedene Berufe kennenzulernen. Unter anderem öffnen auch die EWE NETZ GmbH und die EWE WASSER GmbH ihre Türen und haben ein spezielles Programm vorbereitet. Treffen und Beginn ist um 08.00 Uhr in der Humphry-Davy-Str. 41. Es gibt einiges zu entdecken – schließlich geht es um nichts Geringeres als die Zukunft der Energieversorgung!

- ▶ **Donnerstag** **26.04.18** **08.00 – 14.00 Uhr**

Der Eintritt ist frei. Anmeldung über ewe.de/veranstaltungen, direkt im ServicePunkt oder über die Tickethotline 0180 6050400 (Details s. Rückseite)



Mit Laib und Seele – ein Brotsommelier erzählt



© Foto: Schöningh Photodesign

Wie die Kruste beim ersten Bissen zwischen den Zähnen kracht. Wie die softe, saftige Krume auf der Zunge zergeht. Wie die Röstaromen die Geschmacksnerven kitzeln. Es geht doch nichts über ein frisch gebackenes Brot! Daniel

Wintering ist einer von zwei Brotsommeliers in Niedersachsen und ein Meister des Brotgeschmacks. Er entführt Sie in die Geheimnisse des Bäckereihandwerks. Was macht eigentlich ein gutes Brot aus? Welches Brot passt zu welchen Aufstrichen und Belägen? Hier lernen Sie das Grundnahrungsmittel ganz neu kennen. Natürlich dürfen Sie auch probieren!

► **Dienstag** **29.05.18** **19.00 Uhr**

Kostenbeitrag: 5 €, Veranstaltungsdauer ca. 2 Stunden
Tickets online über ewe.de/veranstaltungen, direkt im ServicePunkt
oder über die Tickethotline 0180 6050400 (Details s. Rückseite)

Pesto-Workshop mit Conrad Bölicke



Pasta mit Pesto – in vielen Küchen ist das ein beliebter Klassiker. Schnell, einfach und lecker. Conrad Bölicke zeigt Ihnen, wie Sie in Zukunft Ihr Pesto selbst zubereiten können, statt zum Supermarkt-Produkt zu greifen.

Dabei können Sie richtig kreativ werden: Wie wäre es beispielsweise mit einem Grünkohl-Pesto? Testen Sie in diesem Workshop verschiedene Kreationen und mixen Sie Ihr persönliches Lieblingspesto, das Sie dann – wie auch viele andere Rezepte – natürlich mit nach Hause nehmen können.

► **Mittwoch** **30.05.18** **18.00 Uhr**

In Kooperation mit: **arteFakt**
Olivenölkampagne

Kostenbeitrag: 10 €, Veranstaltungsdauer ca. 90 Minuten
Tickets online über ewe.de/veranstaltungen, direkt im ServicePunkt
oder über die Tickethotline 0180 6050400 (Details s. Rückseite)



Ferienaktion: Rein in die Küche!

In den Sommerferien laden wir alle Kinder zwischen 8 und 13 Jahren ein, mit uns zu kochen, zu basteln und – na klar! – lecker zu essen.

▶ Dienstag	03.07.18	10.00 Uhr
▶ Mittwoch	04.07.18	10.00 Uhr
▶ Donnerstag	05.07.18	10.00 Uhr
▶ Dienstag	10.07.18	10.00 Uhr
▶ Mittwoch	11.07.18	10.00 Uhr
▶ Donnerstag	12.07.18	10.00 Uhr
▶ Dienstag	17.07.18	10.00 Uhr
▶ Mittwoch	18.07.18	10.00 Uhr
▶ Donnerstag	19.07.18	10.00 Uhr

Veranstaltungsdauer ca. 2 Stunden
Anmeldung über „Haus der Jugend“ Cuxhaven



ZUHAUSE LÄUFT'S.

WEIL ICH BEI EWE NICHT NUR ÜBER DIE NEUESTE TECHNIK
STAUNEN, SONDERN SIE SOGAR GEWINNEN KANN.

MITMACHEN
und tollen Preis
gewinnen!



2. Preis:
Galaxy Tab A 10 Zoll



1. Preis:
Samsung A5



3. Preis:
Samsung J5

Oder einen von zehn Gutscheinen in Höhe von jeweils 100,- Euro für den EWE Energiespar-Shop
Einfach mitmachen! Teilnahmekarten liegen zu allen Veranstaltungen aus.

Einfach bei einer der EWE Veranstaltungen in Ihrer Nähe eine Teilnahmekarte ausfüllen und in die Losbox in Ihrem EWE ServicePunkt werfen. Teilnahmeschluss ist der 30.06.2018. Die Gewinner werden ausgelost und innerhalb von vier Wochen schriftlich benachrichtigt. Eine Barauszahlung ist nicht möglich. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Teilnahmeberechtigung ab 18 Jahren. Mitarbeiter von EWE sowie deren Angehörige sind von der Teilnahme am Gewinnspiel ausgeschlossen.

IN WENIGEN SCHRITTEN ZU EWE

Melden Sie sich gleich an!

Tickets erhalten Sie unter:

- ewe.de/veranstaltungen
- direkt im ServicePunkt
- täglich rund um die Uhr über die Tickethotline 0180 6050400*

Reservierungen und die Rückgabe gekaufter Karten sind nicht möglich. Online oder telefonisch bestellte Karten können auch innerhalb der Öffnungszeiten im ServicePunkt abgeholt werden.

EWE ServicePunkt

Rohdestraße 2, 27472 Cuxhaven

Tel.: 04721 598-172

Öffnungszeiten:

Montag 8.00 – 18.00 Uhr

Dienstag bis Donnerstag 9.00 – 18.00 Uhr

Freitag 9.00 – 17.00 Uhr

Samstag 9.00 – 13.00 Uhr

*0,20 € pauschal aus dem deutschen Festnetz; aus dem Mobilfunknetz 0,60 €. Halten Sie dazu bitte Ihre Bankverbindungs- bzw. Kreditkartendaten bereit.