

**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 Tostedt!



## 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 Tostedt 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

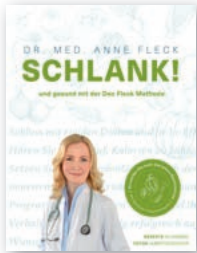
Beim Würzen geht noch mehr als Salz und Pfeffer! Im Mittelalter wurden Gewürze nicht nur als Geschmacks-Booster, sondern vor allem als Heilmittel und Aphrodisiakum eingesetzt. Wussten Sie beispielsweise, dass Basilikum in vielen Teilen der Erde als „Liebeskraut“ gilt? Viola Vierk vom Gewürzmuseum Hamburg 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!

► **Mittwoch**      **17.01.18**      **18.30 Uhr**

Kostenbeitrag: 5 €, Veranstaltungsdauer ca. 2 Stunden  
Tickets online über [ewe.de/veranstaltungen](http://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!

► **Mittwoch**     **24.01.18**     **19.00 Uhr**

Kostenbeitrag: 7 €, Veranstaltungsdauer ca. 90 Minuten  
Tickets online über [ewe.de/veranstaltungen](http://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**     **28.02.18**     **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](http://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 Claus-Dieter Fenske 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.

► **Dienstag**      **06.03.18**      **19.00 Uhr**

Referent: Claus-Dieter Fenske, EWE VERTRIEB GmbH

## Der Hefeteig, das unbekannte Wesen



Geht er auf oder geht er nicht auf? Viele Hobbybäcker haben Respekt vor dem Hefeteig. Dabei ist es gar nicht so schwierig, herrlich lockere, leckere Hefespezialitäten zu backen. Konditormeister Stefan Röder zeigt

Ihnen an diesem Abend seine Tipps und Tricks – so wird die Hefe vom Feind zum Freund und Sie können in Zukunft problemlos alles vom Pizzateig bis zum Hefezopf servieren!

► **Donnerstag**      **08.03.18**      **19.00 Uhr**

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

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



## Ferienaktion: Kinder, das wird köstlich!

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

|              |          |           |
|--------------|----------|-----------|
| ► Montag     | 19.03.18 | 10.00 Uhr |
| ► Mittwoch   | 21.03.18 | 10.00 Uhr |
| ► Montag     | 30.07.18 | 10.00 Uhr |
| ► Mittwoch   | 01.08.18 | 10.00 Uhr |
| ► Donnerstag | 02.08.18 | 10.00 Uhr |

Der Eintritt ist frei. Veranstaltungsdauer ca. 2,5 Stunden  
Anmeldung über [ewe.de/veranstaltungen](http://ewe.de/veranstaltungen), direkt im ServicePunkt  
oder über die Tickethotline 0180 6050400 (Details s. Rückseite)

# Ihre Heizung bringt's nicht mehr?

Neue  
Heizung für  
0,- €\*

## Das Rundum-sorglos- Heizungspaket EWE Wärme plus:

Jetzt informieren im EWE ServicePunkt in Ihrer Nähe sowie  
über [Energie-Experten@ewe.de](mailto:Energie-Experten@ewe.de) und 04451 18-121.

- Null Anschaffungs- und Installationskosten\*
- Wartung, Reparatur, Schornsteinfeger  
und Notdienst inklusive
- Bis zu 30 % Heizkosten sparen
- Auch mit Solarwärme möglich

\* Keine eigene Investition. Für das Leistungspaket von EWE Wärme plus  
wird ein Grundpreis in Abhängigkeit von der Investitionssumme berechnet.  
Hinzu kommen die Energiekosten.

EWE VERTRIEB GmbH  
Donnerschwer Straße 22 – 26  
26123 Oldenburg





## Visionen für Tostedt



Jeden Tag gibt es Neues, an das wir uns gewöhnen müssen. Wir werden fremdgesteuert durch die rasante Digitalisierung. Wir hängen am seidenen Faden einer gesicherten Strom- und Energieversorgung. Die städtebauliche

Veränderung ist die Folge. Wie können wir uns mit einer Perspektive für den Zeitraum um 2040 in Tostedt darauf vorbereiten? Dipl. Ing. Burkhard Allwardt will Perspektiven aufzeigen und mit den Besuchern diskutieren. Als Gast nimmt Gemeindedirektor Dr. Peter Dörsam an der Veranstaltung teil.

► **Mittwoch**      **11.04.18**      **19.00 Uhr**

Referent: Burkhard Allwardt

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

## Mit Laib und Seele – ein Brotsommelier erzählt



© Foto: Schöningh Fotodesign

Wie die Kruste beim ersten Bissen zwischen den Zähnen kracht. Wie die weiche, 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!

► **Mittwoch**      **18.04.18**      **19.00 Uhr**

Kostenbeitrag: 5 €, Veranstaltungsdauer ca. 2 Stunden  
Tickets online über [ewe.de/veranstaltungen](http://ewe.de/veranstaltungen), direkt im ServicePoint  
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 gemütli-  
cher Atmosphäre ihre aktuellen Lieblingsbücher vor –  
und mit Sicherheit ist auch für Sie etwas dabei.

► **Mittwoch**      **25.04.18**      **19.30 Uhr**

In Kooperation mit: Buchhandlung Buch & Lesen und Bücherei Tostedt

Kostenbeitrag: 7 €, Veranstaltungsdauer ca. 2 Stunden  
Tickets online über [ewe.de/veranstaltungen](http://ewe.de/veranstaltungen), direkt im ServicePunkt  
oder über die Tickethotline 0180 6050400 (Details s. Rückseite)



## Muttertag: Mama ist die Beste!

„Liebe Mami, hör mal zu, keine ist so lieb wie du!“  
Mama ist nunmal die Beste – jetzt wird es Zeit, ihr  
das zu zeigen. Alle Kinder im Alter von 8 bis 12 Jah-  
ren sind eingeladen, ihrer Mama ein tolles Geschenk  
zum Muttertag zu basteln oder zu backen.

► **Montag**      **30.04.18**      **10.00 Uhr**

Der Eintritt ist frei. Veranstaltungsdauer ca. 2,5 Stunden  
Anmeldung über [ewe.de/veranstaltungen](http://ewe.de/veranstaltungen), direkt im ServicePunkt  
oder über die Tickethotline 0180 6050400 (Details s. Rückseite)



## Doppelt kocht besser! Kochabend für Paare

Nach einem anstrengenden Tag mit Tiefkühlpizza zusammen auf die Couch vor den Fernseher? Das geht doch besser! Nehmen Sie sich mal wieder Zeit füreinander und bereiten Sie gemeinsam ein raffiniertes Essen zu! An diesem Abend kochen Sie zu zweit ein leckeres Drei-Gänge-Menü. Das macht nicht nur mehr Spaß als Pizza, Sofa und TV, sondern ist auch gesünder und schmeckt besser.

|            |          |           |
|------------|----------|-----------|
| ▶ Montag   | 14.05.18 | 18.30 Uhr |
| ▶ Mittwoch | 16.05.18 | 18.30 Uhr |

Der Eintritt ist frei. Veranstaltungsdauer ca. 2,5 Stunden  
Anmeldung über [ewe.de/veranstaltungen](http://ewe.de/veranstaltungen), direkt im ServicePoint  
oder über die Tickethotline 0180 6050400 (Details s. Rückseite)

# ENERGIE- KOSTEN SENKEN.

## GANZ EINFACH MIT EIGENEM STROM.

### Photovoltaik- und Speicherlösungen für Ihren Bedarf.

- ✓ Hocheffiziente Technik für überzeugende Leistung
- ✓ Kompetente Beratung von der Planung bis zur Ausführung
- ✓ Ein Ansprechpartner für alles

Solar. So einfach. Mit EWE:  
0800 3931111 (kostenlos)  
[www.ewe.de/mein-solarstrom](http://www.ewe.de/mein-solarstrom)  
Oder im EWE Shop in Ihrer Nähe.

Bis zu  
**70%**  
Strombedarf  
selbst  
decken

EWE VERTRIEB GmbH  
Donnerschwer Straße 22 – 26  
26123 Oldenburg







## 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!

► **Mittwoch**    **30.05.18**    **19.00 Uhr**

## 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**    **13.06.18**    **18.30 Uhr**

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

In Kooperation mit: **arteFakt**  
**Olivenölkampagne**

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



## Das Smartphone smarter nutzen

Gehören Sie auch zu den Menschen, die ihr Android-Smartphone eigentlich nur zum Telefonieren und ab und zu zum SMS schreiben nutzen? Dann ist dieser Workshop genau das Richtige für Sie. Hier verlieren Sie die Angst vor der Technik, versprochen! Lernen Sie, wie Sie Ihr Gerät konfigurieren und wie Sie aus unzähligen Apps die für Sie richtige auswählen. Nutzen Sie z. B. WhatsApp, Google Mail, Routenplaner und andere Dienste, die Ihnen den Alltag erleichtern. So finden Sie schon bald die nächste Apotheke oder ein neues Lieblings-Café in der Nähe per Smartphone und vergessen nie wieder einen Geburtstag.

► **4 Termine, jeweils dienstags von 10.30 – 12.00 Uhr oder 12.30 – 14.00 Uhr**

Kostenbeitrag: 40 €, Veranstaltungsdauer ca. 90 Minuten  
Termine und Anmeldung unter der Hotline 04182 2952140  
oder direkt im ServicePunkt



# 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](http://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 Tostedt**  
**Zinnhütte 5, 21255 Tostedt**

Tel.: 04182 2952-140

Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag 9.00 – 13.00 Uhr, 14.00 – 18.00 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.