



Stadtwerke
Schüttorf-Emsbüren



**Trink- und
Abwasserverband**

Bad Bentheim • Schüttorf • Salzbergen • Emsbüren

An alle Haushalte



kompakt
Wir informieren

WÄRMEPLANUNG • NIEDERSCHLAGSWASSER • PUBLIC VIEWING

AUSGABE 1/2026



Foto: ©Schöning Fotodesign

Liebe Leserinnen und Leser!

Ein neues Jahr mit viel Bewegung auf allen Ebenen und wir freuen uns, Ihnen die neue Ausgabe der kompakt zu präsentieren. Wir arbeiten weiter intensiv an unserem kommunalen Wärmekonzept, wie Sie auf den Seiten 4 bis 6 lesen können.

Zusätzlich gibt es einen interessanten Artikel zum Thema regionale und frische Ernährung. Ganz besonders freuen wir uns auf das Public Viewing zur Fußball-Weltmeisterschaft in der Ziegenbrunnenarena! Es sind viele Events rund um die WM geplant. Alle Infos dazu finden Sie auf Seite 10.

Herzliche Grüße & genießen Sie den Sommer!
Hartmut Klokkes & Daniel Kollbach



INHALT

- Seite 3 Treueaktion/Freilichtspiele
- Seite 4 Wärmekonzept
- Seite 7 THG-Quote/Fahrradengel
- Seite 8 Ist frische, regionale und gesunde Ernährung wirklich so teuer?
- Seite 10 Public Viewing/Kulturkreis Emsbüren
- Seite 11 Regenwassernetz in Schüttorf
- Seite 12 Sponsoring-Gewinnspiel
- Seite 14 Aus der Region
- Seite 15 Vereinsvorstellung
- Seite 16 Firmenvorstellung
- Seite 17 Rezepte
- Seite 18 Kinderseite

Hinweis

Um die Lesefreundlichkeit unseres Kundenmagazins zu verbessern, wird an einigen Stellen ausschließlich die männliche/weibliche Form verwendet. Im Sinne der Gleichbehandlung gelten entsprechende Begriffe grundsätzlich für alle Geschlechter. Die verkürzte Sprachform beinhaltet keine Wertung, sondern hat redaktionelle Gründe. Wir danken für Ihr Verständnis.

Wir sind gerne für Sie da!
Service-Nummer
05923 803-0

IM STÖRUNGSFALL SIND WIR RUND UM DIE UHR ERREICHBAR.



IMPRESSUM

Herausgeber

Stadtwerke Schüttorf • Emsbüren GmbH
Trink- und Abwasserverband
Bad-Bentheim, Schüttorf, Salzbergen und Emsbüren

Quendorfer Straße 34 • 48465 Schüttorf
Telefon 05923 803-0 • Telefax 05923 803-340
www.swse.de • info@swse.de
www.ta-verband.de • info@ta-verband.de

Inhalt Daniela Tieke, Iris Hofschröder und Sinem Dönmez, Marketing
Stadtwerke Schüttorf • Emsbüren GmbH
Danie Ehrchen, STILWENDE
Realisierung STILWENDE Kommunikation & Design
Druck LUC GmbH, Selm

Diese Publikation ist urheberrechtlich geschützt. Alle Rechte vorbehalten. Jegliche Vervielfältigung und Reproduktion ganz oder teilweise ist unabhängig von Zweck, Form und Medium nur mit der ausdrücklichen Genehmigung der Stadtwerke Schüttorf • Emsbüren GmbH gestattet. Titelbild: @Hinnerk Schröder



Jahrestreueaktion

Wir belohnen Ihre Treue!

Als Dankeschön für Ihre Treue erhalten Strom- und/oder Gaskunden der Stadtwerke ein Geschenk von uns. Sie können diese Treueprämie* im Servicecenter in Schüttorf, im iPunkt in Emsbüren oder im ServicePunkt in Salzbergen vom **22.06.2026 bis zum 03.07.2026 abholen**.

Im Rahmen der Treueaktion kommt am **22.06. und 23.06.2026 der Eiswagen ab 09:00 Uhr** zum Servicecenter in Schüttorf und wir spendieren allen Energiekunden eine leckere Kugel Eis.

Servicecenter Schüttorf
Quendorfer Str. 34, Schüttorf
MO – DO 07:30 – 12:00 Uhr
13:00 – 16:30 Uhr
FR 07:30 – 12:30 Uhr

Aktionstage:
Das Servicecenter Schüttorf hat vom 22. Juni - 03. Juli 2026 jeden Tag geöffnet.

Servicecenter Emsbüren/iPunkt
Dahlhok 14, Emsbüren
MO + DO 08:00 – 12:00 Uhr
13:00 – 16:30 Uhr

Aktionstage:
22. + 25. Juni und
29. Juni + 02. Juli 2026

ServicePunkt Salzbergen
Bahnhofstraße 39, Salzbergen
DI + MI 08:00 – 12:00 Uhr
13:00 – 16:30 Uhr
FR 08:00 – 12:30 Uhr

Aktionstage:
23. - 24. Juni + 26. Juni 2026
30. Juni - 01. Juli + 03. Juli 2026



Freilichtspiele Bad Bentheim Theatermagie vor historischer Kulisse



„Big Fish“ – ein Musical voller Poesie, Witz und großer Emotionen. Basierend auf dem gleichnamigen Roman und bekannt durch die Verfilmung von Tim Burton. „Big Fish“ erzählt die bewegende Geschichte von Edward Bloom – einem Mann, der sein Leben in schillernden Abenteuern und fantastischen Erzählungen ausschmückt. Zwischen Wahrheit und Legende entspinnt sich eine berührende Vater-Sohn-Geschichte über Mut, Liebe und die Kraft der Fantasie.



„Der gestiefelte Kater“: Mit frischem Humor, temporeichen Dialogen und liebevoll gestalteten Kostümen wird die Geschichte vom cleveren Kater, der seinem Herrn zu Glück, Ansehen und Liebe verhilft, neu interpretiert. Traditionelle Märchenmagie trifft hier auf moderne Inszenierung und Musik. Überraschende Effekte sorgen dafür, dass nicht nur Kinderaugen leuchten. Ein Theatervergnügen für die ganze Familie.

Tickets & Termine:
www.freilichtspiele-badbentheim.de

Kartenverlosung! Wir verlosen **2 x 2 Karten** für eine Vorstellung nach Wunsch. Für eine Teilnahme nutzen Sie bitte die dafür vorgesehene Karte am Ende des Magazins. **Einsendeschluss ist der 30.06.2026.**

Treuegeschenke 2026



Car-Organizer

oder



Kunststoffbehälter

oder



3 Eintrittskarten für eines unserer Bäder

Treueaktion 22.06. - 03.07.

*Einmalige Einlösung, je Kunde und nur solange der Vorrat reicht.

Wir planen nicht nur Leitungen

Wir gestalten verantwortungsvolle Wärmeversorgung

Im Gespräch mit Felix Bültmann, Projektmanager der Stadtwerke Schüttorf • Emsbüren

Frage: Felix, du bist bei den Stadtwerken verantwortlich für das Projekt "Klimafreundliche Wärmeplanung". Du bist hier aufgewachsen, was bedeutet das Projekt für dich?

Ich kenne viele Straßen und Gebäude in Schüttorf und Emsbüren seit meiner Kindheit. Deshalb sehe ich dieses Projekt nicht nur technisch, sondern immer auch aus der Perspektive der Menschen, die hier leben. Mir ist wichtig, dass wir langfristig tragfähige Lösungen entwickeln, die zur regionalen Struktur, historischen Bebauung und gleichzeitig zu einer modernen Infrastruktur passen.

Frage: Was wird aktuell konkret geprüft?

Untersucht wird der Aufbau eines Wärmenetzes in den Stadtkernen von Schüttorf und Emsbüren sowie im Industriegebiet. Verglichen werden ein „heißes Netz“ und ein „kaltes Netz“ mit den Alternativen wie Luft-Wärmepumpen. Aktuell zeigt sich das kalte Netz – besonders im Schüttorfer Stadtkern – als vielversprechend, da es effizient arbeitet und verschiedene Wärmequellen einbinden kann.

Frage: Woher könnte die Energie kommen?

Mögliche Quellen sind Abwärme aus Kläranlagen, Flusswärme aus Vechte und Ems, industrielle Abwärme sowie oberflächennahe Geothermie. Entscheidend sind Wirtschaftlichkeit und langfristige Verfügbarkeit.

Frage: Wie funktioniert ein kaltes Netz im Gebäude?

Das Wärmenetz liefert Wasser mit niedriger Temperatur (ca. 20 °C) direkt in die einzelnen Gebäude. Dort hebt eine Booster-Wärmepumpe die Temperatur auf das benötigte Niveau für Heizung und Warmwasser an. Das Wärmenetz stellt also die Wärme aus der Kläranlage/Fluss bereit, welche die Boosterwärmepumpe im Haus dann nutzbar macht.

Frage: Warum geht man diesen Weg über ein kaltes Netz?

Es ist flexibel, wesentlich effizienter als z.B. eine Luft-Wärmepumpe und kann verschiedene Energiequellen einbinden. Zudem entstehen geringere Verluste als bei heißen Netzen und das System bleibt anpassungsfähig für die Zukunft.

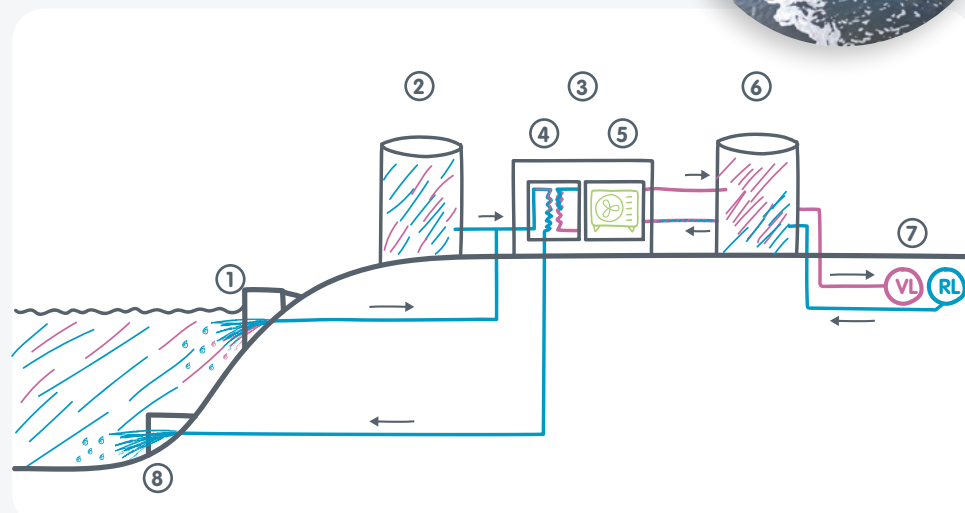
Frage: Ist ein Wärmenetz überall sinnvoll?

Nein. Wirtschaftlich tragfähig ist ein Wärmenetz vor allem dort, wo viele Gebäude dicht beieinanderliegen – also bei einer hohen Wärmeliniendichte. In locker bebauten Bereichen sind individuelle Lösungen wie Luft-Wärmepumpen oft sinnvoller (siehe Seite 6). Wir denken daher nicht in „entweder oder“, sondern in einem abgestimmten Technologiemix – passend zur Struktur des jeweiligen Wohngebiets.



Funktionsweise schematisch skizziert: Quelle / Wärmeerzeugung

- ① Wasserentnahmestelle
- ② Wärmequelle Kläranlage
- ③ Heizzentrale
- ④ Wärmetauscher
- ⑤ Großwärmepumpe
- ⑥ Wärmespeicher
- ⑦ Wärmenetz
- ⑧ Rücklauf und Auslauf



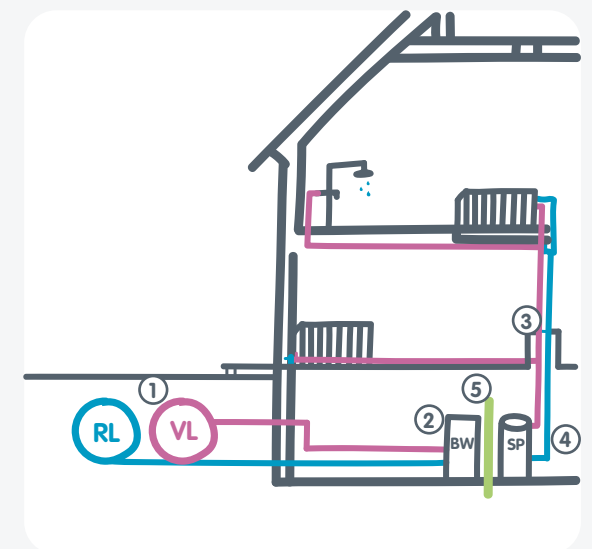
Funktionsweise schematisch skizziert: Quelle / Netz

- ① Wärmequellen: Kläranlage ca. 12° C und Oberflächengewässer ca. 8° C
- ② Heizzentrale mit Großwärmepumpen
- ③ Wärmespeicher ca. 5.000 m³
- ④ Versorgungsleitungen DN400 – DN100



Funktionsweise schematisch skizziert: Kundenanlage

- ① Vorlaufleitung 20° C; Rücklaufleitung 10° C in der Straße/Gehweg von der Heizzentrale
Hausanschlussleitung + Wanddurchführung
- ② Boosterwärmepumpe zur Anhebung auf notwendiges Temperaturniveau für den Kunden
- ③ Heizungsverteilung mit ggf. Speicher
- ④ Warmwasser/Heizungsverrohrungen
- ⑤ Vorläufige Liefergrenze SWSE



Neben der Technik gibt es in deinem Job noch weitere komplexe Themen – welche sind das ?

Wir müssen verschiedene Versorgungssparten (Strom, Trinkwasser, Abwasser, Glasfaser) aufeinander abstimmen, notwendige Straßensanierungen berücksichtigen, Genehmigungen einholen, politische Beschlüsse vorbereiten, Förderbedingungen einhalten und vor allem der wichtigste Part: die Anwohner mitnehmen, denn ohne sie geht es nicht. Diese Bausteine zeitlich sinnvoll zu koordinieren, ist oft anspruchsvoller als die reine Technik.

Frage: Wie geht es weiter?

Aktuell vertiefen wir die Pläne und prüfen detailliert die Umsetzung in den Stadt-/Ortskernen. Erste Informationen kann sich jeder bereits auf unserer Internetseite holen. Zudem informieren wir transparent bis zum Ende des Jahres, was umgesetzt wird. Wichtig ist mir, keine vorschnellen Versprechen zu machen, sondern fundierte und tragfähige Entscheidungen zu treffen. Durch die fortlaufenden Planungen lohnt es sich immer auf unserer Internetseite vorbeizuschauen oder mich einfach anzusprechen.



Felix Bültmann
Projektmanager Wärmeplanung
05923 803-516
bueltmann@swse.de



www.swse.de/fuer-die-umwelt/klimafreundliche-waermenetze

WÄRMEKONZEPT



Nachhaltig heizen mit einer Wärmepumpe



Für eine langfristig sichere und saubere Wärmeversorgung ist die Energieerzeugung aus regenerativen Energiequellen wichtig, da diese deutlich geringere Emissionen verursachen. Moderne Wärmepumpen sparen Heizkosten und reduzieren Emissionen. Sie machen Immobilien zukunftsfähig und tragen zum Werterhalt bei. Bestehende staatliche Förderungen mildern auch die höheren Installationskosten ab.

Ob Heizungstausch im Bestand oder Neubau, es gibt Wärmepumpenlösungen für nahezu alle Gebäudearten. Die Stadtwerke unterstützen Sie gerne bei Ihrem Projekt. Gemeinsam mit unserem Kooperationspartner Viessmann und einem qualifizierten regionalen Handwerksbetrieb begleiten wir Ihre Heizungssanierung ganzheitlich – von der individuellen Beratung über die Fördermittelbeantragung bis hin zur schlüsselfertigen Umsetzung.

Darüber hinaus integrieren wir auf Wunsch Photovoltaiklösungen sowie weitere technische Systeme wie Klima-

lagen oder E-Ladeeinrichtungen. Unsere intelligenten, auf Ihre heutigen und zukünftigen Bedürfnisse abgestimmten Mess- und Energiekonzepte sorgen dafür, dass Ihre Stromkosten dauerhaft optimiert werden.

Auf unserer Website finden Sie unter [swse.de/fuer-die-umwelt/energiekooperation/waermepumpe](https://www.swse.de/fuer-die-umwelt/energiekooperation/waermepumpe) einen Wärmepumpenrechner, der Ihnen passende Lösungsvarianten aufzeigt. Dort können Sie sich auch direkt als Interessent registrieren. Wir freuen uns auf Ihre Anfrage.



Ralf Trepkowski
Vertrieb
05923 803-311
trepkowski@swse.de



THG-Quote



Mit Ihrem E-Auto Geld verdienen und das Klima schützen

Um die CO₂-Emissionen zu senken, hat die Bundesregierung die sogenannte Treibhausgasminderungsquote (THG-Quote) eingeführt. Sie verpflichtet Unternehmen, ihren CO₂-Ausstoß jährlich zu reduzieren. Werden die vorgegebenen Ziele nicht erreicht, müssen entsprechende Emissionsminderungen in Form von CO₂-Zertifikaten ausgeglichen werden.

Seit 2022 können auch Halter von Elektrofahrzeugen davon profitieren: Die durch Ihr E-Auto eingesparten Emissionen lassen sich vermarkten – und Sie erhalten dafür eine Prämie.

Gemeinsam mit unserem Partner **carbonify GmbH** bieten wir Ihnen eine einfache Möglichkeit, Ihre THG-Quote zu handeln. So leisten Sie aktiv einen Beitrag zum Klimaschutz und sichern sich gleichzeitig eine attraktive Auszahlung.

So funktioniert's:

Melden Sie sich bequem über den Link auf unserer Website im THG-Portal unseres Partners carbonify an. Dabei spielt es keine Rolle, ob Sie bereits Kunde bei den Stadtwerken Schüttorf • Emsbüren sind oder nicht.

Es stehen zwei Prämien zur Auswahl:

- „Express“ 250 € sofort: Auszahlung innerhalb einer Woche (vor Bestätigung durch das Umweltbundesamt)
- „Klassik“ 270 € später: Auszahlung nach Bestätigung durch das Umweltbundesamt

Wichtig: Nutzen Sie unbedingt den Link auf unserer Internetseite, um Ihre THG-Prämie zu beantragen. Nur so wird Ihnen die exklusive Prämie von bis zu 270 € angezeigt. Bei einer direkten Registrierung auf der carbonify-Website kann eine niedrigere Quote angezeigt werden.

Die Anmeldung und Vertragsabwicklung erfolgt über das Portal unseres Partners carbonify. Bei Fragen zur THG-Quote erreichen Sie carbonify unter info@carbonify.de.



Für weitere Informationen besuchen Sie gerne unsere Homepage!



Schüttorf hat einen Fahrradengel

Reinhard Eilers repariert ehrenamtlich Fahrräder von Grundschulkindern

Jeden Freitag trifft man Reinhard Eilers in seiner Fahrradwerkstatt hinter dem VECHTE BAD in Schüttorf. Von 11:30 bis 13:30 Uhr repariert er dort ehrenamtlich die Fahrräder von Grundschulkindern, denn ihm ist die Sicherheit der jüngsten und schwächsten Verkehrsteilnehmer besonders wichtig. Deshalb ist er auch seit fast 20 Jahren dabei. Mit viel Geduld untersucht er jedes Fahrrad gewissenhaft und repariert Bremsen, Beleuchtung und alles, was zur Sicherheit im Straßenverkehr beiträgt. Die benötigten Kleinteile werden dabei aus Mitteln der Verkehrswacht Grafschaft Bentheim e. V. finanziert. Wir sind begeistert von so viel Einsatzbereitschaft!



Ist frische, regionale und gesunde Ernährung wirklich so teuer?



Der Einkauf beginnt oft mit den besten Absichten. Ein bisschen frischer, ein bisschen gesünder, vielleicht sogar regional. Mehr Farbe im Wagen, weniger verarbeitete Lebensmittel mit Zutatenlisten, bei denen man sich fragt, ob das noch Essen ist. Also hinein in den Laden, vorbei an knackigen Äpfeln, hübsch gestapeltem Gemüse, Brot mit gutem Gefühl – und dann reicht ein kurzer Blick aufs Preisschild, und der Einkaufswagen gerät kurz ins Wanken.

Gesunde Ernährung gilt schnell als Luxusprojekt. Als etwas für Menschen, die Zeit, Routine und finanziellen Spielraum dafür haben. Aber stimmt das wirklich? Ist frisch, regional und gesund automatisch teuer? Oder haben wir uns diese Geschichte einfach schon so oft erzählt, dass sie inzwischen wie eine Wahrheit klingt?

Ganz so einfach ist es jedoch nicht. Denn frische, regionale und gesunde Ernährung ist nicht automatisch teuer. Teurer wird sie oft erst dann, wenn mehrere Dinge zusammenkommen: Viel Fleisch oder Käse, stark verarbeitete Produkte, Erdbeeren im Februar, die schon mehr Reisekilometer hinter sich haben als manch einer im ganzen Jahr. Dabei empfiehlt die *Deutsche Gesellschaft für Ernährung* eine pflanzenbetonte Ernährung mit viel Gemüse, Obst, Hülsen-

früchten, Vollkornprodukten und pflanzlichen Ölen – also genau das, was nicht zwingend nach Luxus aussehen muss.

Der Denkfehler beginnt häufig an einer ganz bestimmten Stelle: beim Preis pro Kalorie. Ungesunde Lebensmittel wie Tiefkühlpizza, Süßigkeiten, Chips, Toast oder Fertiggerichte wirken auf den ersten Blick günstig und vermitteln das Gefühl, eine komplette Mahlzeit für wenig Geld zu sein. Diese leeren Kalorien halten oft nicht lange satt – vor allem dann nicht, wenn Ballaststoffe, Eiweiß, Vitamine und Mineralstoffe fehlen. Denn Kalorien sind nicht automatisch das, was der Körper wirklich braucht. Was zunächst günstig wirkt, relativiert sich schnell, da solche Lebensmittel den Körper kaum nachhaltig versorgen, sondern ihm eher sogar schaden.

Und da verändert sich der Blick: Niemand lebt davon, möglichst billig Kalorien zu sich zu nehmen. Ernährung ist mehr als Energiezufuhr. Sie ist Versorgung, Sättigung, Wohlbefinden, Konzentration, Gesundheit – und auch ein Stück Lebensqualität. Ein Teller Linseneintopf, Ofengemüse mit Kräuterquark oder Haferflocken mit Apfel und Nüssen wirkt auf den ersten Blick vielleicht unspektakulär, sättigt aber länger und ist im Endeffekt günstiger als beispielsweise Toastbrot, Snacks, Softdrinks und Fertiggerichte.



Besonders spannend wird es beim Thema Regionalität

"Regional" klingt in vielen Köpfen inzwischen fast automatisch nach teurer. Nach Hofladen-Romantik, hübschen Etiketten und Preisen, bei denen man kurz überlegt, ob die Tomate vielleicht auch studiert hat. Aber regional ist nicht gleich teuer. Im Gegenteil: Wenn Lebensmittel Saison haben und aus der Region kommen, können sie sogar günstiger sein, weil Transport, Lagerung und künstliche Verfügbarkeit kleiner werden. Der eigentliche Preistreiber ist oft nicht die Regionalität der Produkte, sondern eher die Mischung aus bequem, tierisch und außerhalb der Saison.

Dazu kommt ein weiteres Missverständnis, das sich erstaunlich hartnäckig hält: Dass gesundes Essen immer nach Verzicht aussieht. Als müsse man sich entscheiden zwischen Freude und Vernunft. Zwischen Genuss und gesund. Dabei ist oft eher das Gegenteil der Fall. Wer frisch einkauft, selbst kombiniert, saisonal denkt und weniger auf hochverarbeitete Produkte setzt, landet nicht automatisch in einer Welt aus trockenen Reiswaffeln und schlechter Laune. Sondern eher bei echtem Essen. Bei Essen, das nach etwas schmeckt, sättigt und nicht bei jedem Bissen das Gefühl auslöst, man müsse sich dafür entschuldigen.

Trotzdem wäre es zu einfach, jetzt so zu tun, als sei gesund essen gar kein Problem. Für viele Menschen ist es das dennoch. Lebensmittel sind spürbar teurer geworden. Wer wenig Geld zur Verfügung hat, spürt jede Preiserhöhung direkt – nicht abstrakt, sondern ganz konkret beim nächsten

Einkauf. Und genau hier liegt der wunde Punkt: Gesunde Ernährung ist nicht grundsätzlich unbezahlbar. Aber sie ist für viele Menschen unter realen Alltagsbedingungen trotzdem eine Hürde. Es reicht also nicht, nur mit erhobenem Zeigefinger auf Einkaufsentscheidungen zu schauen. Man muss auch über Spielräume sprechen. Über Zeit, Geld, Wissen, Verfügbarkeit, familiären Alltag – und darüber, dass Kochen mit frischen Zutaten auf jeden Fall sinnvoll ist, aber auch organisiert werden muss.

Eine ausgewogene Ernährung ist also vor allem eine Frage der Mischung. Wer saisonal einkauft und einfache Grundzutaten klug nutzt, kann auch mit kleinerem Budget ziemlich gut und ausgewogen essen. Wer dagegen stark auf Fleisch, Käse, Bio-Spezialitäten, Fertigprodukte, Proteinriegel, Smoothie-Versprechen und ganzjährige Wunschverfügbarkeit setzt, merkt schnell: Das wird teuer.

Vielleicht liegt genau darin der Kern

Gesunde Ernährung ist nicht automatisch teurer. Aber ungesunde Kalorien sind oft billiger. Und genau da beginnt die Schiefelage. Am Ende geht es also nicht um die romantische Frage, ob wir uns eine ausgewogene Ernährung leisten wollen. Sondern darum, unter welchen Bedingungen wir sie uns leisten können. Frisch, regional und gesund ist nicht nur einer Elite aus Besserverdienenden vorbehalten. Aber es braucht kluge Entscheidungen und für viele Menschen eben auch bessere Rahmenbedingungen – das ist der Punkt, an dem gesunde Ernährung politisch wird.

Die Mischung macht's! Frisch, regional, gesund.



Morgens: Müsli mit frischem Obst

Haferflocken, Chiasamen, Leinsamen, Nüsse (Walnüsse, Haselnüsse, Cashewkerne etc.), Trockenfrüchte (Rosinen, Datteln, Feigen etc.). Frisches Obst nach Saison. Mit Joghurt, Quark oder einer pflanzlichen Alternative und ein wenig Honig für die Süße mischen und genießen.

Dieses vollwertige Frühstück liefert Ballaststoffe, gesunde Fette, Vitamine, Mineralstoffe und langanhaltende Energie. Joghurt, Quark oder pflanzliche Alternativen sorgen je nach Wahl zusätzlich für Eiweiß.

Kosten/Pers.: ca. 0,90 - 1,80 €

Mittags: Pikante Kichererbsenpfanne

1 Dose Kichererbsen, frischer Spinat, Paprika, Zwiebel, Knoblauch (nach Geschmack), frische Tomaten. Mit Paprikapulver, Chili, Salz und Pfeffer abschmecken. Dazu passt zum Beispiel getoastetes Vollkornbrot.

Dieses Mittagessen liefert vor allem pflanzliches Eiweiß, Ballaststoffe sowie viele Vitamine, Mineralstoffe und sekundäre Pflanzenstoffe. Spinat, Paprika und Tomaten bringen Frische, Vitamin C, Folat und Antioxidantien mit.

Kosten/Pers.: ca. 1,80 - 3,20 €

Abends: Quinoa Bowl

Quinoa (oder Couscous), Gurke, Zucchini, Karotte, Salat nach Geschmack, Sesam-Samen, frische Kräuter. Bohnen, Avocado, gebratener Tofu, Lachs oder Hähnchenfilet – je nach Geschmack und Geldbeutel.

Diese Bowl liefert vor allem komplexe Kohlenhydrate, Ballaststoffe, Vitamine und Mineralstoffe. Je nach Wahl von Bohnen, Tofu, Lachs oder Hähnchen kommt zusätzlich pflanzliches oder tierisches Eiweiß sowie gesunde Fette dazu.

Kosten/Pers.: ca. 1,80 - 7,50 € (je nach Topping)

SPONSORING-GEWINNSPIEL

Glückliche Gewinner



Jedes Jahr unterstützen wir Vereine, Initiativen und Projekte, die unsere Region mit Herzblut bereichern. Die diesjährigen Gewinner zeigen eindrucksvoll, wie vielfältig ehrenamtliches Engagement sein kann – von Hundesport über Musik und Kultur bis hin zu Nachbarschaft und moderner Pflege.

500 €
Schütterfer Nachbarschaft

Im Neubaugebiet rund um die Anne-Frank-Straße und Marie-Juchacz-Straße in Schütterf wächst eine junge Nachbarschaft zusammen.

Um einen zentralen Treffpunkt für Gespräche und Begegnungen zu schaffen, wurden Holzbänke angeschafft. Ein einfacher, aber wirkungsvoller Beitrag für mehr Austausch, Gemeinschaft und Miteinander im Alltag. Sie laden dazu ein, kurz Platz zu nehmen und ins Gespräch zu kommen. So entsteht ein Ort, der Nähe fördert und den Alltag auf ganz natürliche Weise bereichert.



500 €
Förderverein Annaheim e. V.

Im Annaheim Schütterf ist ein zukunftsweisendes Projekt geplant: die Installation einer tageslichtähnlichen, dynamischen Beleuchtung für Menschen mit Demenz.

Studien zeigen, dass Licht eine zentrale Rolle für den biologischen Tag-Nacht-Rhythmus spielt. Viele Betroffene leiden unter Schlafstörungen, nächtlicher Unruhe oder dem sogenannten Sundowning-Phänomen. Ziel des Projekts ist es, den Schlaf-Wach-Rhythmus zu stabilisieren, das Wohlbefinden zu verbessern und den Pflegealltag positiv zu unterstützen. Mit 500 € leisten wir einen Beitrag zu mehr Lebensqualität für die Bewohner.



500 €
KinderKulturKreis Salzbergen (KiKuK)

Seit 35 Jahren bringt der KinderKulturKreis Salzbergen – kurz KiKuK – Kulturangebote für die jüngsten Bürger auf die Bühne. Ein engagiertes Team aus vier Frauen und zwei Jugendlichen organisiert ehrenamtlich viermal im Jahr Kinderstücke oder Puppentheater. Zusätzlich bereichert der KiKuK regelmäßig den Salz- und Ölmarkt in Salzbergen mit einem Musikangebot zum Mitmachen.

Das Publikum ist etwa vier Jahre alt – begleitet von Eltern und Großeltern. Hinter den Veranstaltungen steckt viel Arbeit: Künstler anfragen, planen, organisieren, aufbauen und wieder abbauen – alles in der Freizeit. Mit der Förderung sollen neue T-Shirts mit Logo gekauft sowie Anschaffungen für das Jubiläumsjahr



ermöglicht werden. 35 Jahre ehrenamtliches Engagement sind ein beeindruckendes Zeichen für kulturelle Vielfalt und gelebte Gemeinschaft.

SPONSORING-GEWINNSPIEL

500 €
Geocache-Mega-Event in Moorlage

Zahlreiche Vorbereitungsmonate gingen voraus, bevor am 6. Juni 2026 in der Moorlage in Emsbüren ein Geocache-Mega-Event stattfand. Mehr als ein Jahr lang investierte ein 17-köpfiges Organisationsteam viel Herzblut, Engagement und unzählige Stunden in die Planung dieses Projekts.

Belohnt wurde dies mit zahlreichen Besuchern, die aus zwölf Ländern anreisten. Auch Nicht-Geocacher waren herzlich willkommen. Unter anderem gab es Spielaktionen, eine Tombola, Workshops, eine Lesung sowie besonderes Event-Merchandise. Eine Feldküche und weitere Angebote sorgten für die Verpflegung. Die Veranstaltung war ein vol-



ler Erfolg und bleibt allen Beteiligten als rundum gelungenes und beeindruckendes Event in bester Erinnerung.

1.000 €
Männerchor "Mehring Heidespatzen"

Die Sänger der Mehriinger Heidespatzen kommen einmal im Monat in der alten Dorfschule in Mehringen zusammen, um gemeinsam zu proben und ihre Freude an der Musik zu teilen.

Mit viel Engagement und Herzblut bereichern sie das kulturelle Leben in der Region: Ob bei Geburtstagsfeiern, Seniorenveranstaltungen oder lokalen Festen – ihre Auftritte sind stets ein geschätzter Beitrag, unter anderem sind sie im Seniorenheim Elisabethhaus oder auf dem Weihnachtsmarkt am Heimathaus in Emsbüren zu hören. Im Juni feiern sie ihr 15-jähriges Jubiläum. Von dem Gewinn sollen einheitliche Schals für Auftritte im Winter sowie neue Lieder-



bücher angeschafft werden, denn allen ist wichtig, dass altes Liedgut erhalten bleibt.

1.000 €
Verein für deutsche Schäferhunde OG Emsbüren

Seit fast fünf Jahrzehnten ist der Verein für Deutsche Schäferhunde – OG Emsbüren ein fester Bestandteil des Vereinslebens. Rund 50 Mitglieder verbindet die Leidenschaft für Hundesport, Ausbildung und Gemeinschaft.

Nach dem Umzug nach Emsbüren-Leschede ist mit Unterstützung der Gemeinde ein neues Vereinsgelände entstanden. Dort wird aktuell ein kombinierter Spiel- und Trainingsbereich eingerichtet. Für die Ausstattung werden noch Geräte benötigt, die durch eine Förderung von 1.000 € angeschafft werden sollen. Ein besonderer Meilenstein steht 2027 an: das 50-jährige Jubiläum, das mit der Ausrichtung der Emslandmeisterschaft gefeiert wird.



Schüttorfer Sommer

14. - 16. August 2026



Erlebt ein unvergessliches Wochenende voller Musik und Spaß für Groß & Klein!

Am Freitag sorgen Newcomer und bekannte Local DJs mit heißen Beats für Partystimmung – Am Samstag folgt das „4. Schüttorf City Sounds“ mit Indie-, Rock- und Pop-Bands unter dem Motto „Umsonst und draußen“. Der Sonntag steht ganz im Zeichen der Familie: Beim „Bunten Familiensonntag mit Familienflohmarkt“ verwandelt sich die Innenstadt mit Spielaktionen, Hüpfburgen und Co., sowie Kinder-Livemusik in ein Paradies für die kleinen Besucher und Besucherinnen.



Foto: © Norbert Gaßner



Foto: © Himmerk Schröder



Mond & Magie Nächte der Illusion

16. - 17. Oktober 2026

Wenn der historische Marktplatz in buntes Licht getaucht wird, erwacht eine Welt voller Zauber und Fantasie!

Die neue Veranstaltung „Mond & Magie – Die Nächte der Illusionen“ verbindet kunstvolle Lichtinszenierungen, faszinierende Walk-Acts und magische Momente zu einem unvergesslichen Erlebnis. Taucht ein in eine Atmosphäre voller Staunen, Träume und funkelnder Überraschungen.



Förderverein Annaheim

Gemeinsam mehr Lebensqualität schenken



Was macht ein Zuhause wirklich lebenswert? Nicht nur gute Pflege, medizinische Versorgung oder ein schönes Umfeld. Es sind vor allem die kleinen Dinge: Begegnungen, gemeinsame Erlebnisse, vertraute Momente und das Gefühl, gesehen und wertgeschätzt zu werden. Genau hier setzt der Förderverein Annaheim e. V. an.

Seit 1995 engagieren sich Menschen aus Schüttorf und Umgebung ehrenamtlich dafür, den Alltag der Bewohner im Annaheim lebenswerter zu gestalten. Mit Herz, Einsatz und Ideen unterstützt der Verein dort, wo reguläre Mittel oft nicht ausreichen. So werden Angebote und Anschaffungen möglich, die über das Selbstverständliche hinausgehen – und genau darin liegt ihr besonderer Wert.

Der Förderverein versteht sich als Verbindung zwischen dem Annaheim, den Bewohnern, ihren Angehörigen und allen, die sich der Einrichtung verbunden fühlen. Ziel ist es, zusätzliche Angebote im sozialen, kulturellen und therapeutischen Bereich zu schaffen. Vieles, was den Alltag heller, menschlicher und schöner macht, lässt sich nicht ohne Weiteres finanzieren. Durch Mitgliedsbeiträge und Spenden können Projekte umgesetzt werden, die den Menschen im Annaheim direkt zugutekommen – unkompliziert, nah an ihren Bedürfnissen und mit einem klaren Ziel: mehr Lebensqualität im Alltag. Wie vielfältig dieses Engagement ist, zeigen die bereits umgesetzten Projekte. Im Außenbereich schaffen ein Pavillon und eine überdachte Terrasse Orte für Begegnung. Auch an der Erneuerung der Parkanlage hat sich der Förderverein beteiligen können. Zudem konnten auch im Haus selbst wichtige Impulse gesetzt werden: spezielle Liegesessel, ein Snoezelenraum, ein digitaler Spieletisch sowie Feste, musikalische Angebote, kreative Gruppen und tiergestützte Besuche bringen Freude, Abwechslung und Nähe in den Alltag.

Gerade diese Dinge sind oft nicht selbstverständlich finanzierbar – und doch so wichtig. Sie fördern soziale Kontakte, stärken das Wohlbefinden und schaffen Momente, die bleiben. Der Förderverein hilft genau dort, wo aus Versorgung echte Lebensqualität wird. Besonders wertvoll ist dabei die Haltung hinter diesem Engagement: die Wertschätzung jedes einzelnen Menschen. Im Annaheim geht es auch darum, in Würde zu leben, teilzuhaben, Freude zu erleben und mit den eigenen Bedürfnissen wahrgenommen zu werden. Der Förderverein füllt diesen Gedanken mit Leben.



Foto: © Förderverein Annaheim

Sommerfest am 24. Juni

Das persönliche Engagement der Vereinsmitglieder ist von besonderem Wert. Hier kommen Menschen zusammen, die etwas Sinnvolles bewegen möchten – für andere und für die Gemeinschaft. Viele wissen aus eigener Erfahrung, wie wichtig ein gutes, menschliches Umfeld im Alter ist. Daraus wächst ein Ehrenamt, das nicht nur unterstützt, sondern verbindet.

Diese Arbeit ist weit mehr als praktische Hilfe. Sie ist ein Ausdruck von Mitmenschlichkeit, Verantwortung und Respekt. Der Förderverein lebt von dieser Gemeinschaft. Jede Unterstützung zählt – ob als Mitglied, durch eine Spende oder durch persönliches Engagement.

Damit dieses wertvolle Engagement auch in Zukunft weitergetragen werden kann, freut sich der Förderverein über neue Mitglieder, die mit Herz, Interesse und Gemeinschaftssinn Teil dieser wichtigen Aufgabe werden möchten. Denn gemeinsam lässt sich viel bewegen – mit Herz, Haltung und dem ehrlichen Wunsch, anderen etwas Gutes zu tun.



FIRMENVORSTELLUNG

Alma by Arnold's Bauerncafé



Alma by Arnold's Bauerncafé ist so ein Ort, den man nicht einfach nur besucht. Man nimmt ihn ein Stück mit nach Hause. Vielleicht hat es auch damit zu tun, dass „Alma“ auf portugiesisch „Seele“ bedeutet. Zwischen historischem Hofcharme, warmherziger Gastlichkeit und einer Küche mit regionalen, saisonalen und portugiesisch-mediterranen Einflüssen entsteht hier etwas, das selten geworden ist: echte Atmosphäre.

Seit November 2025 hat Familie Pereira das ehemalige Arnold's Bauernhofcafé wiedereröffnet und schreibt die Geschichte des Hofes weiter. Ein eigenes Restaurant zu führen, war schon lange der Traum von Carla Pereira – so wie einst ihre Eltern in Borghorst. Damit schließt sich der Kreis einer Familientradition.

Mitten in der ländlichen Ruhe, eingebettet in einen Hof mit Geschichte, ist ein Café und Restaurant entstanden, das Wärme ausstrahlt. Nicht nur durch das, was serviert wird, sondern auch durch das, was spürbar ist: Herzlichkeit, Sorgfalt und ein feines Gespür für Genuss, Menschen und die besonderen Kleinigkeiten dazwischen. Viel verändert hat Familie Pereira nicht. Die große Diele ist heute heller und freundlicher, ohne ihren Charme zu verlieren. Auch die kleineren Räume sind geblieben, wie sie waren, und bewahren den besonderen Charakter des Hauses.

Carla Pereira verbindet das Beste aus verschiedenen Welten: Regionale und saisonale Küche trifft bei ihr auf portugiesische und mediterrane Einflüsse. Für die kulinarischen Genussmomente bei Alma ist ihr Bruder Filipe Andrade als Küchenchef verantwortlich. Ob Frühstück, Kaffee und Kuchen oder ein Abendessen in schöner Atmosphäre – hier geht es nie nur ums Essen, sondern immer auch ums Zusammensein. Dieser Ort lädt nicht nur ein für Gespräche, kleine Pausen, Familienmomente, Feierlichkeiten und alles dazwischen. Man kommt her, um zu essen – und geht mit dem Gefühl, genau am richtigen Ort gewesen zu sein.

Kein Wunder, dass Alma seit der Eröffnung nahezu immer ausgebucht ist. Wer hier einen Tisch bekommen möchte, sollte frühzeitig reservieren. Und weil Herzlichkeit, Genuss und Gastlichkeit nie von ganz allein entstehen, werden aktuell auch auf allen Ebenen Menschen gesucht, die Lust haben, Teil von Alma zu werden.

Wir freuen uns, dass mit Alma by Arnold's Bauerncafé eine schöne Tradition weiterlebt, und wünschen Familie Pereira und ihrem Team von Herzen alles Gute.



Foto: © Himmerk-Schröder

Kontakt

Alma by Arnold's Bauerncafé
Am Esch 11 • 48465 Samern

Öffnungszeiten, Tisch-Reservierungen und Event-Anfragen:

www.almabyarnoldsbauerncafe.de
info@almabyarnoldsbauerncafe.de
WhatsApp +49 151 57710632

Instagram: @almabyarnoldsbauerncafe



Alma sucht Verstärkung!

- Servicekräfte
- Koch & Küchenpersonal
- Organisation & Hauswirtschaft



REZEPT

Natas da Céu - Himmelscreme



Fotos: © Café Alma by Arnold's Bauerncafé

Zutaten:

- 600 g Sahne
- 200 g Butterkekse
- 1 Dose Kondensmilch
- 100 g Zucker
- 6 Eigelb
- 100 ml Wasser



Danke für dieses leckere Dessert-Rezept:



by Arnold's
Alma
· BAUERNCAFÉ ·

Zubereitung:

1. In einem kleinen Topf das Eigelb, den Zucker und das Wasser unter ständigem Rühren aufkochen, bis eine dickliche Creme entsteht. Den Topf vom Herd nehmen und die Creme abkühlen lassen.
2. Die Kekse zerkrümeln und zu feinen Bröseln verarbeiten. Die Sahne steif schlagen und wenn diese fest ist die Kondensmilch unterschlagen.

3. Zum Schluss werden die Sahne, die Kekskrümel und die Eiercreme in eine große Servierschüssel oder alternativ in kleine Gläschen aufgeschichtet. Dabei mit der Sahne beginnen, anschließend eine Schicht Kekskrümel auftragen, die Eiercreme darauf geben und wieder mit der Sahne starten. Die letzte Schicht besteht stets aus den Kekskrümel.

Die Natas do Céu im Kühlschrank bis zum servieren kalt stellen. Guten Appetit!

Schüttelpizza Low Carb

Zutaten:

- 250 g Magerquark (oder Skyr)
- 150 g Paprika
- 50 g Mais
- 30 g Lauchzwiebeln
- 150 g geriebener Käse (z.B. Gouda)
- 3 Eier
- 1 EL Oregano
- 1/2 TL Salz
- Pfeffer

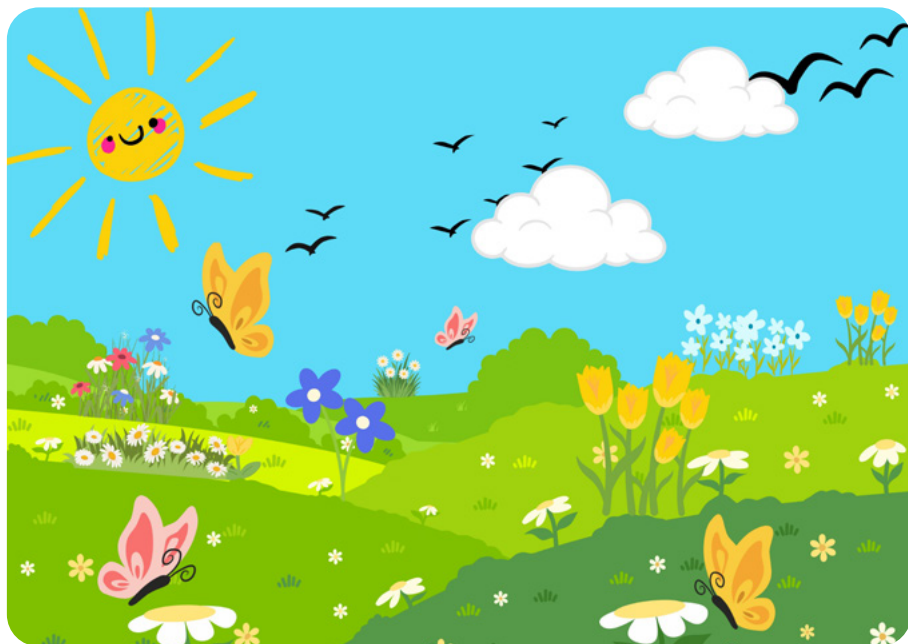


Fotos: © Danie Ehrchen

Zubereitung:

Wasche die Paprika und die Lauchzwiebeln. Schneide die Paprika in kleine Würfel und die Lauchzwiebeln in Ringe. Gib alle Zutaten in eine Schüssel mit Deckel und schüttel sie kräftig durch. Heize den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vor. Belege ein Backblech mit Backpapier. Streiche den Pizzateig kreisförmig auf das Backblech. Backe die Pizza anschließend für 35 Minuten im Ofen goldgelb. Guten Appetit!

Die bunte Wiese voller Geheimnisse

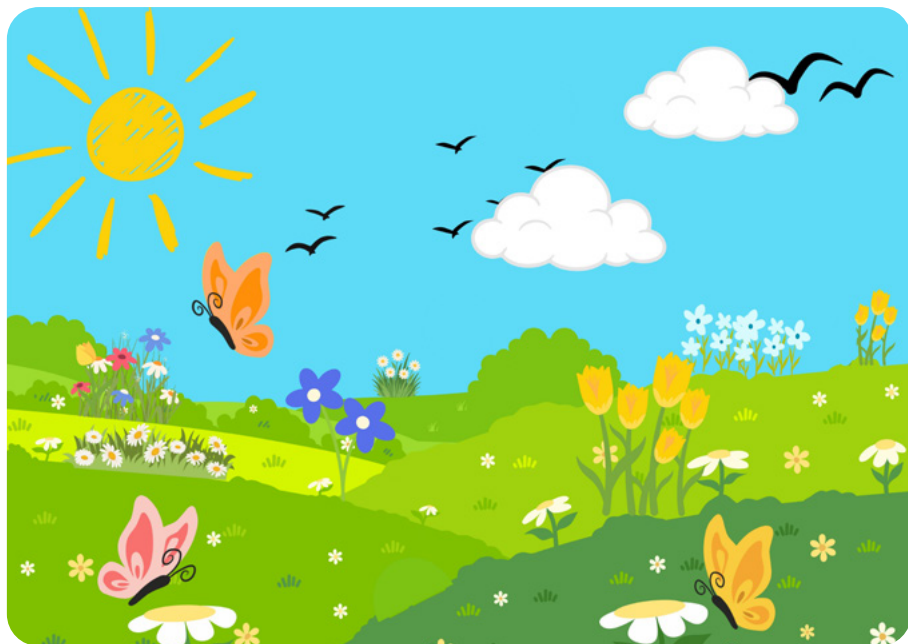


Ein sonniger Frühlingstag auf einer bunten Blumenwiese: Überall summt und flattert es. Die Vögel zwitschern, die Schmetterlinge tanzen durch die Luft und die Sonne strahlt vom Himmel.

Doch Moment mal ... irgendetwas stimmt hier nicht! Auf der Wiese haben sich Fehler versteckt. Manche Dinge sind vertauscht, andere sind plötzlich verschwunden.

Kannst du alle Fehler im Bild entdecken? Schau ganz genau hin – die Wiese steckt voller Überraschungen!

Tipp: Haltet die Augen auch nach Farbveränderungen offen.



Kinderrätsel

Auf der Wiese haben sich Fehler versteckt. Manche Dinge sind vertauscht, andere sind plötzlich verschwunden.

Kannst Du alle Fehler im Bild entdecken?

Dann fülle die passende Postkarte aus und sende sie uns bis zum 31.08.2026 zu! Dieses Mal wartet ein toller Pogo-Stick auf Dich, mit dem Du hüpfend Deine Umgebung erkunden kannst!



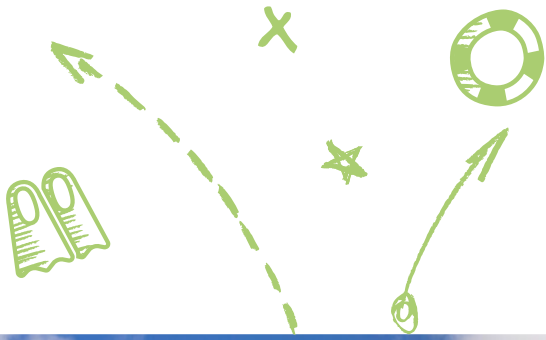
Rätseln und gewinnen!

Unter allen Einsendungen mit dem richtigen Lösungswort, die bis zum 31. August 2026 (Poststempel) bei uns eingehen, verlosen wir eine Gartenliege. Wir wünschen Ihnen viel Glück!



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

Außen-seiter (eng-lisch)	deut-scher Dichter (Ludwig)	früheres chinesi-sches Gewicht	größter See Finn-lands	ewiger Schnee im Hoch-gebirge	Lebens-bund	Runddorf afrika-nischer Stämme	lang-weilig; schlecht gewürzt	norwe-gischer Königs-name	Aus-gedeht-heit	ver-änder-licher Stern
					4	elektri-scher Haar-trockner				
natür-licher Kopf-schmuck				Jagd-signal					schweiz. Maler (Jo-hannes)	
flüssige pflanz-liche Fettart	5					dritter Fall, Wemfall				1
Ihr Gewinn!										
										
Gartenliege										
drei-eckige Dach-fläche		vertraut anreden						weicher griech. Schafs-käse	amerika-nisches Militär-fahrzeug	Europ. Fußball-verband (Abk.)
								franzö-sisch: Spiel		
Samm-lung alt-nord. Dichtung	amerik. Erfinder (Thomas Alva)		Maschine für Erd-arbeiten					Fluss in Peru, am Anden-osthang		6
Abk. für Europäi-sche Zen-tralbank								Garten-blume	ein Marder	
latei-nisch: Göttin		7	Unter-arm-knochen	sandig oder humus-artig		poetisch: Erqui-ckung, Wohltat	Schmuck-stein	Haupt-stadt von Samoa		
			Bar-gewinn						8	Handels-brauch
Sache, Gegen-stand		Stadt in Polen						kurzes Ballett-röckchen		9
	2		Vorder-asiatin							
italie-nisch: Stimme		Schließ-vorrich-tung, Sperre			3			edle Blume		



Stadtwerke
Schüttorf-Emsbüren

FREIBAD
Schüttorf



**Komm, wir gehen
ins Freibad!**



**Höcker-
markt
12.09.26**



**Vergünstigter Eintritt mit der
Stadtwerke - Karte.**

**Kommen Sie gerne vorbei oder
rufen Sie uns an: 05923 803-0**

