



Stadtwerke
Schüttorf-Emsbüren



**Trink- und
Abwasserverband**

An alle Haushalte



kompakt
Wir informieren

BREITBAND • FARBE FÜR DIE REGION • WASSERLEITUNGEN IM WINTER

AUSGABE 2/2021



Liebe Leserinnen und Leser!

Vieles hat sich in diesem Jahr verändert! Wie gewohnt finden Sie jedoch in unserer neuen Ausgabe der *kompakt* viele interessante und spannende Informationen rund um aktuelle Themen. Dazu gehört in diesem Jahr vor allem der Breitbandausbau. Um schnelles Internet für alle zur Verfügung zu stellen, haben wir einiges in Bewegung gesetzt. Lesen Sie dazu direkt auf Seite 4. Weitere interessante Informationen des TAV zum Schutz unserer Abwässer möchten wir Ihnen ebenfalls ans Herz legen.

Mit einer neuen Aktion "Farbe für die Region" hat sich unsere Marketing-Abteilung etwas ganz Besonderes ausgedacht und wir hoffen auf Ihre rege Teilnahme, um Schüttorf ein bisschen bunter zu machen!

Lassen Sie sich überraschen & bleiben Sie gesund!

Herzlichst, Hartmut Klokke und Daniel Kollbach

INHALT

Seite 3	Jahresablesung
Seite 4	Schnelles Internet für die Samtgemeinde
Seite 6	Was gehört nicht in die Toilette?
Seite 7	Wasserleitungen im Winter vor Frost schützen
Seite 8	Farbe für die Region
Seite 10	Steckerfertige PV-Anlagen
Seite 11	Warum muss man Wallboxen anmelden?
Seite 12	Wer macht unsere Kreuzworträtsel?
Seite 13	Gewinnspiel für die Region
Seite 14	Ehemalige Mitarbeiter
Seite 15	Jahrestreueaktion
Seite 16	Firmenvorstellung "Imkerei Stenvers"
Seite 17	Rezept
Seite 18	Kinderrätsel/Rätsel

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 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: www.cana.com



Stadtwerke
Schüttorf • Emsbüren

STROM & GAS

Die Jahresablesung 2021



Ab dem 8. November 2021 starten wir wieder mit der jährlichen Ablesung in Schüttorf und Emsbüren. Da nur ein Teil aller Zähler von uns abgelesen werden kann, bitten wir Sie, uns Ihre Zählerstände spätestens bis zum **30. November 2021** zu übermitteln. Dafür stehen Ihnen folgende Möglichkeiten zur Verfügung:

▪ Online



▪ Whatsapp



▪ Ablesekarte



Ihre Ablesekarte wird Ihnen ab dem 13. November per Post zugestellt. Die ausgefüllte Karte können Sie per Post zurückschicken oder persönlich in den Briefkasten vor unserem Servicecenter einwerfen.

Der Versand der Endabrechnung erfolgt Mitte Dezember, wobei eine Nachzahlung oder eine Auszahlung von Guthaben bis zum Ende dieses Jahres vorgenommen wird. Der erste, neu ermittelte Abschlag für 2022 wird dann zum **31. Januar 2022** fällig.

Bitte vergessen Sie das Ablesen nicht, da wir Ihren Verbrauch sonst schätzen müssen.

Wir bedanken uns schon jetzt für Ihre Mithilfe!
Ihr Team der Stadtwerke Schüttorf • Emsbüren



TAV

Trink- und Abwasserverband
Bad Bentheim, Schüttorf, Salzbergen und Emsbüren

WASSER



Die Jahresablesung 2021

Die Trinkwasserzähler des TAV werden im Gebiet Schüttorf von den Stadtwerken Schüttorf • Emsbüren im Rahmen der Strom- und Gasablesung miterfasst. In den anderen Teilen des Versorgungsgebietes führt der Trink- und Abwasserverband die Ablesung durch. Hierzu zählen die Stadt Bad Bentheim, die Gemeinden Salzbergen, Isterberg, Engden und Ohne sowie der Ortsteil Ahlde der Gemeinde Emsbüren.

Auch in diesem Jahr werden keine Ableser unterwegs sein. Stattdessen erhalten Sie eine Ablesekarte, die Sie uns bitte bis zum 22. Dezember 2021 auf dem Postweg zurückzusenden.

Alternativ können Sie Ihren Zählerstand online unter **www.ta-verband.de** oder telefonisch unter **05923 803-412/ -413/ -414** übermitteln.

Der Rechnungsversand erfolgt Mitte Januar 2022, wobei Ihr Guthaben mit dem ersten Abschlag für das Jahr 2022 verrechnet wird.

Wir bedanken uns schon jetzt für Ihre Mithilfe!
Ihr Team vom Trink- und Abwasserverband

BREITBANDAUSBAU

Schnelles Internet für die Samtgemeinde Schüttorf



Die Digitalisierung eröffnet den Menschen und Unternehmen neue Chancen und verändert das tägliche Leben und Arbeiten stetig. Voraussetzung dafür ist die flächendeckende Versorgung mit leistungsstarken Netzen, nicht nur in Großstädten. Wie wichtig ein schneller Internetanschluss ist, hat uns auch die Corona-Pandemie gezeigt, in der die Kommunikation über das Internet in kürzester Zeit sowohl im betrieblichen als auch im schulischen Bereich enorm an Bedeutung gewonnen hat.

Die Bundesregierung hat deshalb ein Förderprogramm für Kommunen und Landkreise ins Leben gerufen, um unterversorgte Gebiete mit schnellem Internet zu versorgen. Mit der Breitbandgesellschaft Grafschaft Bentheim (BGB) startete der Landkreis 2019 mit der geförderten Erschließung der sogenannten "Weißen Flecken" (Haushalte mit einer Versorgung unter 30 Mbit/s) in der Niedergrafschaft. Im Frühjahr 2021 folgte der Ausbau in der Peripherie der Stadt Nordhorn und der Samtgemeinde Schüttorf mit weiteren 1.000 Haushalten. Voraussetzung für die Umsetzung war hier eine Anschlussquote von über 55 %, die mit tatsächlicher Anschlussquote von über 80 % deutlich erreicht werden konnte.

Stadtwerke Schüttorf • Emsbüren bauen eigenwirtschaftlich noch weitere Gebiete in der Samtgemeinde aus

Das Projekt der BGB umfasste bislang nur die ländlichen Regionen. Es gibt in der Samtgemeinde jedoch viele Wohngebiete, die ebenfalls noch nicht mit schnellem Internet versorgt sind. Zusammen mit der spt.netz GmbH & Co. KG

und der net services GmbH & Co. KG als Provider und Vermarkter planen die Stadtwerke die Versorgung der Haushalte, die aufgrund ihrer Lage nicht durch das Förderprogramm versorgt werden konnten. Dies betrifft die Stadt Schüttorf sowie die Gemeinden Quendorf, Samern, Ohne und Engden, wie auf der Karte dargestellt.

Schüttorfer Glasfaser Infrastruktur GmbH (SGI)

Zu diesem Zweck wurde jüngst die "Schüttorfer Glasfaser Infrastruktur GmbH (SGI)" gegründet, deren Anteilseigner die Stadtwerke und die spt.netz GmbH & Co. KG zu gleichen Teilen sind. Im ersten Schritt wurden Anfang Oktober alle Haushalte durch den Provider net services GmbH & Co. KG unter der regionalen Marke "Grafschafter Breitband" in den genannten Gebieten angeschrieben, um das Interesse an einem Breitbandanschluss zu erfragen. Bis zum 30. November haben die Hauseigentümer Zeit, sich für einen Breitbandanschluss zu entscheiden. "Ziel ist es, eine Anschlussquote von mindestens 40 % zu erreichen, denn nur so ist das Projekt wirtschaftlich", erklärt Daniel Kollbach, technischer Geschäftsführer der SWSE. "Der Hausanschluss ist für die Hauseigentümer in diesem Zeitraum kostenlos", ergänzt Hartmut Klockers, kfm. Geschäftsführer der Stadtwerke. Er weist ausdrücklich darauf hin, dass diejenigen, die sich zu einem späteren Zeitpunkt entscheiden, die Hausanschlusskosten selbst tragen müssen. Mit dem sogenannten eigenwirtschaftlichen Ausbau investiert die neugegründete SGI je nach Anschlussquote in den nächsten 2 Jahren bis zu 15 Millionen Euro in die Netzinfrastruktur der Samtgemeinde.

Sichern Sie sich Ihren **kostenlosen¹⁾ Glasfaseranschluss**

Telefonberatung und Auftragsabwicklung



Mo. - Fr. | 10:00 - 17:00 Uhr
0800 20 50 550
(kostenlos aus dem deutschen Festnetz)

Bis zum **30.11.21** anmelden



Jetzt Verfügbarkeit prüfen:
www.grafschafter-breitband.de/bestellung



ENDLICH
in neue Welten eintauchen



1) Der Glasfaseranschluss ist nur i.V.m. Vertragsabschluss bei Grafschafter Breitband im Zeitraum 01.10. - 30.11.2021 kostenlos buchbar. Grafschafter Breitband ist eine Marke der net services GmbH & Co. KG, Lise-Meitner-Str. 4, 24941 Flensburg



Zeitlicher Ablauf

Bis Ende November haben Hauseigentümer in den betroffenen Gebieten Zeit, den Vertrag für einen Breitbandanschluss zu unterschreiben. Wenn dann alles nach Plan läuft, rollen bereits im 1. Quartal 2022 die Bagger in den ersten Wohngebieten an. Wann in welchem Gebiet ausgebaut wird, steht zum jetzigen Zeitpunkt noch nicht fest. Die Reihenfolge ergibt sich aus der Anschlussquote und den örtlichen Gegebenheiten. Insgesamt werden ca. 130 km Kabel im Projektverlauf verlegt. Voraussichtlich werden Ende 2022 die ersten Anschlüsse in den Haushalten aktiv geschaltet, bis Ende 2023 soll der Ausbau in Schüttorf und Umgebung abgeschlossen sein.



Ansprechpartner für die Breitband-Vermarktung

Die Breitband-Vermarktung übernimmt die Firma net services GmbH & Co. KG, die auch schon in weiten Teilen der Grafschaft als Vertragspartner die Haushalte betreut. Es werden unterschiedliche Flatrates angeboten, sodass die Haushalte in der Obergrafschaft schon bald mit bis 1.000 Mbit/s surfen, streamen oder Dateien herunterladen können. Eine Servicenummer für Rückfragen zum Thema Breitband und detaillierte Preisinformationen finden Sie in der Anzeige im unteren Drittel der linken Seite.



Am 4. Oktober 2021 trafen sich die Vertreter der SWSE und der spt.netz. Ebenfalls zugegen waren Samtgemeindebürgermeister Manfred Windhaus und die Vertreter des Providers, der net services GmbH & Co. KG.



Foto: @Himmerk Schröder

Was gehört nicht in die Toilette?

Diese Dinge gehören in den Müll oder Sondermüll

Sie wären auch ganz schön erstaunt, was alles so in der Toilette landet! Vom Tampon, Taschentüchern, Medikamenten, Küchenabfällen bis hin zur Rasierklinge ist alles dabei. Die Frage ist: Warum landen diese und andere Dinge in der Toilette? Denn durch sie können Schäden in Millionenhöhe entstehen, ganz zu schweigen von den Auswirkungen auf unsere Umwelt.

Taschentücher, Küchenrolle & Co.

Taschentücher oder Küchenrolle lösen sich nicht komplett im Wasser auf. Zum Glück, werden Sie jetzt denken! Denn natürlich kennt jeder dieses ganz spezielle Taschentuch-Design, wenn die Hose mal wieder ohne Endkontrolle in der Waschmaschine gelandet ist. Im Umkehrschluss bedeutet das jedoch, dass alle diese Dinge sich auch beim Herunterspülen nicht auflösen. Toilettenpapier ist wiederum durch seine Zusammensetzung darauf ausgelegt, im Wasser schnell zu zerfallen. Taschentücher, Küchenrolle oder Feuchttücher sind sogar besonders schwer biologisch abbaubar, da bei ihrer Herstellung ein Nassfestmittel auf Basis von Polyamid-Epichlorhydrinharzen verwendet wird. Ebenfalls nicht in die Toilette gehören: Kondome, Tampons, Slipeinlagen oder Wattestäbchen. Der Aufwand, diese Abfälle wieder aus dem Abwasser zu entfernen, ist enorm und verursacht zusätzliche Personalkosten. Dies kann dazu führen, dass auch die Kosten für die Abwasserentsorgung immer weiter steigen.

Küchenabfälle oder Essensreste

Aufgrund der Öle und Fette, die wir zum Kochen verwenden, sollten auch Essensreste auf keinen Fall in der Toilette landen. Sie verschmutzen die Abwasseranlagen und sind schwer wieder zu entfernen. Zudem locken sie Ratten an. Entsorgen Sie Ihre Küchenabfälle am besten im Haus- oder Biomüll.

Medikamente

Auch Medikamente werden gerne in der Toilette entsorgt, wo sie natürlich nicht hingehören. Denn auch in einer modernen Kläranlage wie unserer können sie gar nicht oder nur zum Teil entfernt werden. Die Überreste gelangen so ungehindert in die Gewässer und schaden unserem Ökosystem. Abgelaufene Medikamente gibt man am Besten bei der Apotheke ab, kann sie aber auch im Hausmüll entsorgen.



Farben und Lacke

Zu guter Letzt sollten auch Farben oder Lacke nicht in der Toilette entsorgt werden, denn sie enthalten oft giftige Substanzen, die die Mikroorganismen in der Belebungsstufe gefährden. Sie beeinträchtigen so den biologischen Abbau und die Überreste der Substanzen gelangen so wieder in unser Trinkwasser. Leere Behältnisse gehören in den Sondermüll und sollten direkt bei Ihrem Wertstoffhof abgegeben werden.

Feuchtes Toilettenpapier selber machen!

Hier finden Sie eine Anleitung, wie Sie selbst ein Spray herstellen können und damit die Umwelt und Abwasserrohre schonen.

Dazu brauchen Sie:

- 30 g Aloe Vera Gel
- 20 g Calendulaöl
- 150 ml Destilliertes Wasser (man kann Lavendelwasser oder Rosenwasser als Duft hinzufügen)
- Ein paar Tropfen Biokons (Konservierung)

Alle Zutaten miteinander vermengen und kräftig schütteln. Das Spray ist durch das Calendulaöl gelb. Die Flüssigkeiten sollte auf Stufe 5 emulgiert sein und sich nicht wieder trennen.

Vor dem Gebrauch immer einmal schütteln!
In eine Sprayflasche füllen (200 ml)

Anwendung: Auf Toilettenpapier oder Watte sprühen und dann verwenden.

Probieren Sie es doch gerne einmal zu Hause aus!



Wasserleitungen und Zähler im Winter vor Frost schützen



Temperaturen unterhalb des Gefrierpunktes sind in unserer Region zwar selten, aber nicht ausgeschlossen. Deshalb empfehlen wir, die Wasserleitungen in Haus und Garten im Winter gegen die Kälte zu schützen, um kostspielige Reparaturen zu vermeiden. Allein im letzten Winter wurden 25 Frostschäden im Versorgungsgebiet des Trink- und Abwasserverbandes gemeldet.

In unbeheizten Räumen mit offenem Fenster können frei liegende Wasserleitungen und Wasserzähler schnell einfrieren. Besonders gefährdet sind Wasserleitungen, die in Außenwänden und Gärten liegen. Ist eine Leitung eingefroren, wird sie von dem Eis, das sich immer mehr ausdehnt, regelrecht gesprengt. Taut das Wasser wieder auf, fließt es ungehindert aus den beschädigten Leitungen und kann erhebliche Folgeschäden verursachen.

Was tun bei Frostschäden?

Ist trotz allem eine Leitung eingefroren, ist schnelles Handeln wichtig. Frostschäden an der Anschlussleitung - also an der Rohrleitung von der Straße bis zum Wasserzähler - und am Wasserzähler sollten Sie dem Trink- und Abwasserverband unverzüglich über die Störungshotline 05923 803-0 melden. Die Behebung des Schadens geht zulasten des Hausbesitzers. Frostschäden an der Hausinstallation hinter dem 2. Ventil am Wasserzähler in Richtung der Abnahmestelle beheben Installateur-Unternehmen. Auf keinen Fall sollte man versuchen, gefrorene Wasserleitungen schnell aufzutauen.



Foto: @Adobe Stock



Mit ein paar einfachen Maßnahmen machen Sie Ihre Leitungen fit für den Winter:

▪ Fenster und Türen schließen

Räume, in denen sich der Wasseranschluss und die Wasserzähleranlage befinden, in denen Leitungen frei liegen oder an Außenwänden installiert sind, sollten während der Frostperiode durch geschlossene Fenster und abgedichtete Türen geschützt werden.

▪ Isolieren und Dämmen

Frei liegende Wasserleitungen und Wasserzähler in frostgefährdeten Räumen sollten zusätzlich durch entsprechende Isoliermaterialien (z. B. Stroh, Holzwolle, alte Lappen) sowie durch Frostwächter oder Begleitheizung geschützt werden. Außerhalb von Gebäuden liegende Wasserzähler-schächte sollten ebenfalls gut abgedeckt und gedämmt werden.

▪ Sperren der wenig genutzten Leitungen

Ungenutzte Wasserleitungen in Gärten und Wochenendhäusern sollte man absperren und vollständig entleeren. Das Entleerungsventil sollte ständig geöffnet bleiben und mobile Wasserzähler während der Wintermonate abmontiert werden.

▪ Heizung nie ganz abschalten

Ein einfacher Schutz für Ihre Wasserleitung: Die Heizung nie ganz abdrehen! Das Heizungsthermostat auf das Symbol des Eiskristalls einzustellen, bewahrt lediglich den Heizkörper vor Einfrierung. Drehen Sie das Ventil aus diesem Grund nicht ganz zu. Schützen Sie die Wasserleitung und drehen Sie die Heizung auch in Räumen auf, die nicht bewohnt werden.

Ihre Ansprechpartner vor Ort:



Boris Müller
Fachbereichsleiter
Netzbetrieb Trinkwasser
mueller@ta-verband.de
Telefon: 05923 803-622



Ralf Beckmann
Netzmeister Gas/Wasser
beckmann@ta-verband.de
Telefon: 05923 803-621

Fotos: @Stadtwerke Schüttorf • Emsbüren

Farbe für die Region

Alles wird bunt!

Das Leben ist bunt und wir sind es auch! Deswegen ist Schluss mit den alten grauen Schaltheusern, Trafostationen oder Stromkästen! Wir bringen Farbe in die Region und möchten die kleinen und großen Kästen in echte Unikate verwandeln!

Unsere Schaltheuser und Trafostationen in Schüttdorf und Emsbüren sind technisch auf dem neuesten Stand und versorgen unsere Region zuverlässig mit Strom. Eine Augenweide sind sie leider nicht immer. Viele Häuschen wurden in der Vergangenheit beschmiert oder sind einfach ein bisschen in die Jahre gekommen.

Mit der Verschönerung unseres Schaltheuses in der Emsbürener Str./Ecke Nordring in Schüttdorf haben wir angefangen. Der Graffiti-Künstler Sebastian Rolf (www.buntewaende.de) hat unsere Idee in die Tat umgesetzt. Auch die Trafostation in der Richthofenstraße in Emsbüren ist dank Sebastian Rolf zu einem echten Hingucker geworden. Das Schaltheus steht hinter dem neuen Gebäude der Freiwilligen Feuerwehr und hat damit gleich eine tolle Idee für den Entwurf geliefert.

Wir möchten Schaltheusern, Trafostationen oder Stromkästen in den nächsten Jahren einen neuen Look verpassen.



Fotos: @Stadtwerke Schüttdorf • Emsbüren



Graffiti-Künstler
Sebastian Rolf
www.buntewaende.de

Jeder kann mitmachen

Neben unseren Schaltheusern und Trafostationen gibt es noch unzählige Stromkästen, die frische Farbe vertragen könnten.

Hier kommen Sie ins Spiel: Sind Sie kreativ und haben Freude am Malen? Dann bewerben Sie sich bei uns für die Neugestaltung eines Stromkastens in Schüttdorf oder Emsbüren. Insgesamt möchten wir 10 Stromkästen (5 in Schüttdorf, 5 in Emsbüren) zu einem Hingucker verwandeln. Die zwei schönsten Stromkästen werden prämiert.

Den ersten Stromkasten haben Danie Ehrchen & Christina Bruning aus Schüttdorf für uns gestaltet. Er steht am Nordring und ist ein schöner Hingucker geworden – nicht nur für Autofahrer, die an der Ampel auf Grün warten.



Fotos: @Danie Ehrchen

So können Sie teilnehmen:

- Sie sind mindestens 18 Jahre alt oder haben einen erwachsenen Ansprechpartner an Ihrer Seite. Lehrer einer Schulklasse oder Erzieher im Kindergarten können sich ebenfalls mit ihrer Gruppe bewerben.
- Sie haben eine schöne Idee für ein Motiv, das zur Region oder zu den Stadtwerken passt. z. B.:
 - o Natur
 - o Klima/Ökologie
 - o Energieversorgung
 - o Schüttdorf/Emsbüren
- Schreiben Sie uns bis zum 15.12.2021 eine E-Mail an socialmedia@swse.de mit dem Betreff "Farbe für die Region".
- Nennen Sie uns den Standort des Stromkastens und schicken uns eine Skizze mit dem Entwurf sowie Ihren Kontaktdaten zu.

Wir informieren Sie zeitnah, ob Sie dabei sind und versorgen Sie mit den nötigen Mal-Utensilien.



Wir sind gespannt auf Ihre Ideen!



Steckerfertige PV-Anlagen

Regenerative Energie für Ihr Zuhause

Selbst erzeugte Energie für Ihr Zuhause mittels einer steckerfertigen Photovoltaik-Anlage ist eine genauso charmante wie einfache Art, einen ganz persönlichen Beitrag zur Energiewende zu leisten. Dabei geht es auch um den eigenen Stromverbrauch, der durch eine steckerfertige PV-Anlage praktisch sofort reduziert werden kann. Aufstellen, Stecker rein, fertig! Der Stromzähler läuft langsamer, solange Strom mit der steckerfertigen PV-Anlage produziert wird. Ist das wirklich so einfach?

Was ist eine steckerfertige PV-Anlage?

Eine steckerfertige PV-Anlage hat viele Bezeichnungen: Mini-PV-Anlage, Balkonkraftwerk, Mini-Solaranlage oder auch Guerilla PV! Meistens bestehen solche Anlagen aus einem oder zwei Photovoltaikmodulen. Der erzeugte Strom wird direkt in das eigene Stromnetz eingespeist und die Stromkosten werden somit verringert.

Mini-PV-Anlagen dienen also dem Eigenverbrauch solar erzeugter Energie und sind eine elegante Art der Stromerzeugung innerhalb der eigenen vier Wände. Eine Mini-PV-Anlage lässt sich problemlos an Balkongittern, an der Hausfassade, auf der Terrasse, auf dem Hausdach oder auf der Garage anbringen. Sie ist demnach nicht nur für Hausbesitzer, sondern auch für Mieter oder Wohnungsbesitzer interessant.

Da Strom bekanntlich immer den Weg des geringsten Widerstandes nimmt, werden vorrangig die nächstliegenden Verbraucher versorgt. Zumeist sind dies Stand-by-Geräte, wie Kaffeemaschine, Fernseher oder Handy-Ladegeräte, von denen jeder Haushalt heutzutage reichlich besitzt und welche häufig unnötig Strom verbrauchen. Weitauß ökologischer und ökonomischer ist natürlich nach wie vor das Abschalten oder Stecker ziehen bei solchen Geräten.

Wir empfehlen, die Mini-PV-Anlage durch einen Elektriker mit Kenntnissen im Bereich PV-Anlagentechnik installieren zu lassen. Dieser prüft, ob die vorhandene Leitung für eine Stromeinspeisung ausgelegt ist und welche Steckvorrichtung erforderlich ist. Gemäß der Niederspannungsanschlussverordnung und den VDE-Anwendungsregeln (VDE-AR-N 4105) ist eine Anmeldung beim Energieversorger



Foto: @Stadtwerke Schüttorf • Emsbüren

sowie bei der Bundesnetzagentur erforderlich. Übersteigt sie eine Leistung von 600 Watt, ist eine solche Anlage auch genehmigungspflichtig.

Lohnt sich die Anschaffung einer Mini-PV-Anlage?

Grundsätzlich ist die Installation einer Mini-PV-Anlage eine gute Idee, um den eigenen CO₂-Fußabdruck zu verringern. Besonders für umweltbewusste Menschen ist sie daher eine interessante Alternative. Tatsächlich lassen sich mit einer Mini-PV-Anlage jedoch auch die Stromkosten reduzieren und Sie sparen Geld. Je nach Größe und Leistung der Anlage, können Sie bis zu 150 € im Jahr an Stromkosten sparen und haben nach ca. 6 - 8 Jahren die Anschaffungskosten der Anlage amortisiert. Über eine durchschnittliche Lebensdauer von 20-25 Jahren sparen Sie also deutlich mehr, als Sie für die Anschaffung bezahlen.

Fazit

Der Klimawandel schreitet unaufhaltsam voran. Das hat uns auch die Flutkatastrophe im Juli diesen Jahres deutlich gezeigt. Umso wichtiger ist jeder noch so kleine Schritt, mit dem wir unseren CO₂-Verbrauch reduzieren können. Eine Mini-PV-Anlage ist daher eine gute Investition, um einen Beitrag zur Energiewende zu leisten und zusätzlich den eigenen Geldbeutel zu schonen.



Warum muss man Wallboxen anmelden?

Elektrofahrzeuge werden immer präsenter in unserem privaten und beruflichen Umfeld. Sie sind zeitgemäß, leise, erzeugen keine Abgase und immer mehr Menschen steigen auf E-Mobilität um. Egal ob Sie Ihr Elektrofahrzeug zuhause oder öffentlich laden, sollte dies schnell, effizient und unkompliziert funktionieren. Damit die Ladevorgänge vorausschauend und gezielt in das Stromnetz integriert werden können, gibt es Wallboxen, die direkt an das Stromnetz angeschlossen werden und mit einer deutlich höheren Leistung als die herkömmliche Haushaltssteckdose laden.

Seit der Änderung der Niederspannungsanschlussverordnung (NAV) im März 2019 ist der Anschluss von Ladeeinrichtungen für Elektrofahrzeuge grundsätzlich anmeldepflichtig. Die Anmeldepflicht gilt unabhängig davon, ob sich die Ladeeinrichtungen im privaten oder öffentlichen Bereich befindet und besteht ebenfalls für die Erweiterung von bestehenden Anschlüssen. Bei Wallboxen ab 12 kVA muss der Anschluss zusätzlich genehmigt werden. Sollten zum Beispiel zwei Wallboxen mit Anschlussleistungen von 11 kVA oder eine Wallbox mit einer Anschlussleistung von 22 kVA installiert werden, so besteht eine Genehmigungspflicht durch den Energieversorger. Das gilt auch für die nachträgliche Installation einer zweiten Wallbox, wenn damit die Gesamtleistung von 12 kVA überschritten wird.

Um herauszufinden, welche Anschlussleistung Sie benötigen, sollten Sie schauen, welche Ladeleistung Ihr Fahrzeug überhaupt ermöglicht. Viele Elektrofahrzeuge können nur mit maximal 3,7 kVA laden. Andere können bereits mit einer Leistung von 11 kVA laden, nur sehr wenige mit einer Leistung von 22 kVA. Eine höhere Ladeleistung bringt daher nur in wenigen Fällen einen Vorteil. Gängig sind vor allem Wallboxen mit 11 kVA.

Warum gibt es eine Anmeldepflicht?

Aus Sicht des Stromnetzes sind E-Autos neue, mobile Stromverbraucher mit relativ großer Leistung und schwer planbarem Energiebedarf. Ladevorgänge belasten das Netz zusätzlich und können weiteren Netzausbau notwendig machen. Das muss aber nicht sein, wenn Elektromobilität vorausschauend und gezielt ins Stromsystem integriert wird. Wenn eine Ladeeinrichtung nicht angemeldet wird, liegt die Haftung im Schadenfall beim Anschlussnehmer.



Foto: @1231f

Welche Unterlagen werden für eine Anmeldung benötigt?

Die für die Inbetriebnahme erforderlichen Datenblätter finden Sie auf unserer Homepage. Das Ausfüllen des Formulars übernimmt in der Regel der Installateur, dessen Unterschrift für die Beantragung ebenfalls erforderlich ist. Für Rückfragen steht Ihnen unser technisches Sekretariat ebenfalls gerne zur Verfügung.

Hier finden Sie die Anmeldeunterlagen für Ihre Wallbox: www.swse.de/produkte/strom/wallbox



Ihre Ansprechpartnerin für die Anmeldung von Wallboxen und Mini-PV-Anlagen:

Meike Mönnich, Team Assistenz Technik

 moennich@swse.de

 05923 803-502

KREUZWORTRÄTSEL

Wer macht eigentlich unsere Kreuzworträtsel?

Liebe Leserinnen und Leser, seit über 16 Jahren freuen Sie sich auf das Kreuzworträtsel in jeder Ausgabe unseres Kundenmagazins kompakt. Es gilt, unter anderem Orte, Persönlichkeiten, Namen und Begrifflichkeiten aus der Region zu erraten, das korrekte Lösungswort zu bilden und mit etwas Glück einen schönen Sachpreis zu gewinnen. Weit über einhundert Einsendungen erreichen uns nach jedem Erscheinen. Wir wurden schon des Öfteren gefragt, wie solch ein spezifisch angelegtes Kreuzworträtsel zustande kommt.

Für jede Ausgabe unseres Magazins wird eigens ein "handgefertigtes" Diagramm mit entsprechenden Begriffen erstellt. Der 87-jährige Nordhorer Walter Müller konstruiert seit 2005 unsere beliebten Rätsel und ist ein "alter Hase" in Sachen Kreuzworträtsel. Ausgestattet nur mit Duden, anderen Nachschlagewerken sowie Sach- und Fachbüchern, die Wissenswertes und Historisches aus der Grafschaft Bentheim und dem Emsland preisgeben. Seine Diagramme erstellt Müller in echter Handarbeit: Mit Lineal, Filz- und Bleistift entstehen so kleine "Kunstwerke", deren Rästel-tauglichkeit er immer und immer wieder prüft, bevor er die Unterlagen an die Stadtwerke verschiebt.

Walter Müller ist pensionierter Postamtsrat und hat seine Vorliebe für alle Art von Rätseln schon vor vielen Jahrzehnten entwickelt. Unzählige erfolgreiche Teilnahmen an Gewinnspielen in Hörfunk, Zeitungen und Zeitschriften haben ihm im Laufe von über 50 Jahren eine Vielzahl von Sach- und auch Geldpreisen beschert. Freute er sich mit seiner Familie Anfang der 1960er-Jahre noch über einen 200-Mark-Gewinn bei der NDR-Hörfunklotterie mit Annette von Arentin, so mündete sein Faible für Kreuzwort- und Einbaurätsel in mehreren Teilnahmen an der "Deutschen Rästelmeisterschaft". In mehreren monatlichen Vorrunden qualifizierten sich seinerzeit die besten 20 Rästelloser Deutschlands und traten in einer Endrunde unter Leitung von Quizmaster Hans Rosenthal gegeneinander an. Dabei ging es um Hauptpreise wie Autos, Luxus-Kreuzfahrten oder Kameraausrüstungen. "1979 wurde ich Zweiter und habe eine Kreuzfahrt im Indischen Ozean gewonnen", erinnert sich Müller gern an die "fetten Jahre" seiner Rästelgewinne. Mit seiner 2019 verstorbenen Ehefrau Martha genoss er damals Ceylon, Nepal und die Seychellen an Bord der MS Europa. "Man hat uns sogar eine Kabine auf dem Sonnendeck spendiert -



Foto: @Rainer Müller

zwischen den Kabinen von Schriftsteller Erich von Däniken und Schauspielerin Brigitte Horney. Es war unser schönster gemeinsamer Urlaub", berichtet Müller.

In weiteren Jahren dieser Rästelmeisterschaft konnte der gebürtige Kösliner noch ein Auto, Reisen nach Spanien und Tunesien sowie eine wertvolle Kameraausrüstung einheimen. Doch nicht nur diese anspruchsvollen Rästel sorgten in Müllers Briefkasten regelmäßig für Gewinnmitteilungen, auch Gewinnspiele, bei denen "nur" ein Lösungswort auf eine Postkarte geschrieben werden musste, brachten mehrere Fernsehgeräte, Waschmaschinen, Fahrräder, diverse Urlaube in Bayern sowie einige Geldpreise ein. In Nordhorn wurde Müllers Rästel- und Tüftel-Leidenschaft spätestens mit dem Sieg bei einem Namensgebungswettbewerb bekannt. Quasi beim Abendbrot mit seiner Familie entstand 1989 in seiner früheren Wohnung im Nordhorer Postamt der Name für das erste Vechte-Ausflugsboot: "Für den Vorschlag ‚Vechtestromer‘ gab es damals vom VVV Nordhorn ein Schlauchboot oder wahlweise 300 Mark als Hauptpreis - ich habe das Geld genommen", sinniert Müller im Gespräch mit dem Kundenmagazin kompakt.

Vor einigen Wochen haben wir den von uns liebevoll genannten "Rästel-Opi" zu einem Rundgang durch das Verwaltungs- und Betriebsgebäude an der Quendorfer Straße eingeladen. Zuvor erzählte Walter Müller bei Kaffee und Kuchen Geschäftsführer Hartmut Klockers sowie Daniela Tieke und Sinem Dönmez vom Marketing-Team aus seinem Leben und natürlich von seiner Rästel-Leidenschaft.

Text: Rainer Müller

Gewinnspiel für die Region



3.000 Euro für kleinere Vereine und Institutionen

Unser Gewinnspiel geht in diesem Jahr schon in die fünfte Runde! Die gute Resonanz in den letzten Jahren zeigt uns, wie wichtig die Unterstützung ehrenamtlicher Projekte ist! Wir sind begeistert von dem großen Engagement und den schönen Projektideen.

Kategorie A	Kategorie B	Kategorie C
1.000 €	1.000 €	2 x 500 €
für ein kulturelles, soziales oder sportliches Projekt . Das kann z. B. eine Neuanschaffung sein, eine dringend notwendige Baumaßnahme oder ein Sportturnier Ihres Jugendbereichs.	für Sportbekleidung oder Sportausrüstung . Hier z. B. ein Trikotsatz, Trainingsanzüge, Sportschuhe oder Sporttaschen.	für Veranstaltungen oder kleinere Projekte wie z. B. ein Grillfest oder eine Weihnachtsfeier.

Im letzten Jahr konnten wir so mit unserem Gewinnspiel der Freiwilligen Feuerwehr Bad Bentheim, dem SV Listrup, der Sprachkita Ruskauer Rasselbande und der DLRG Ortsgruppe Salzbergen helfen, ihre Projekte zu verwirklichen.

Auch in diesem Jahr stehen wieder 3.000 € für Projekte, die im Jahre 2022 realisiert werden, zur Verlosung. Machen Sie mit und bewerben sich mit Ihrem regionalen Projekt: Wir freuen uns auf Ihre Einsendung und wünschen allen Teilnehmern viel Glück!

Teilnahmevoraussetzungen*

Der teilnehmende Verein/die teilnehmende Institution muss den Sitz im Versorgungsgebiet der Stadtwerke Schüttorf • Emsbüren GmbH haben und Kunde bei uns sein. Die maximale Mitgliederzahl darf 500 Mitglieder nicht überschreiten und der Bewerber muss mindestens 16 Jahre alt sein.

Weitere Informationen:

<https://www.swse.de/unternehmen/engagement/sponsoring/>

*Ausgeschlossen sind politische Parteien oder Gruppierungen. Die Stadtwerke Schüttorf • Emsbüren behalten sich das Recht vor, die Unterstützung eines Projektes abzulehnen, wenn dieses den allgemeinen Wertvorstellungen des Unternehmens widerspricht. Jeder Teilnehmer darf am Gewinnspiel nur einmal teilnehmen. Mitarbeiter der Stadtwerke Schüttorf • Emsbüren und deren Angehörige sind von der Teilnahme ausgeschlossen.

So einfach geht's:

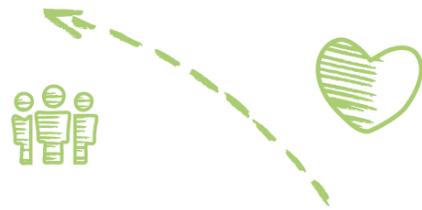
Wählen Sie eine der drei Kategorien und schicken uns eine E-Mail mit dem Betreff „Gewinnspiel für Vereine“ an socialmedia@swse.de. Schreiben Sie uns kurz, für welches Projekt Sie die Gewinnsumme einsetzen möchten. Bitte nennen Sie uns auch den Namen Ihres Vereins/Ihrer Institution und den Ansprechpartner mit einer Telefonnummer, unter der wir Sie erreichen können.

Einsendeschluss ist der 30.11.2021!

EHEMALIGE MITARBEITER

Ehemalige Mitarbeiter

Verabschiedung in den wohlverdienten Ruhestand



Helga Menzel. Helga hat sich nach vielen Jahren beim TAV in diesem Jahr in den Ruhestand verabschiedet. Natürlich nicht, ohne vorher noch die Jahresverbrauchsabrechnung und den Jahresabschluss zusammen mit ihrer Nachfolgerin zu machen. Die gelernte Bürokauffrau war seit 1994 erst beim WBV (Wasserbeschaffungsverband) und dann beim TAV in der Buchhaltung tätig. Als Teamleiterin wurde es nie langweilig, denn es gab immer wieder neue Aufgaben und Herausforderungen, die die ständige Entwicklung des TAV mit sich brachte. Sie erinnert sich gerne an eine anspruchsvolle, aber abwechslungsreiche Zeit zurück.



Foto: @Stadtwerke Schüttorf • Emsbüren

Das angenehme Arbeitsklima, tolle Kollegen und flache Hierarchien spielen dabei natürlich auch eine Rolle. Daher hat sie es sich auch nicht nehmen lassen, sich noch einmal mit einer kleinen Feier bei ihren Kollegen des TAV zu bedanken.

Nun bricht eine neue Zeit an! Zusammen mit ihrem Mann stehen viele kleine und große Reisen in und quer durch Deutschland auf dem Programm. Dazu nehmen die beiden gerne das Fahrrad. Entweder es kommt mit ins Gepäck oder sie fahren auf Radwandertour zu ihrem Zielort. "Besonders

schön ist, dass man nicht mehr auf die Ferien oder den Urlaub warten muss. Wenn das Wetter schön ist, suchen wir uns spontan eine Unterkunft und fahren einfach los", erzählt sie. Zeit für ein Buch, den Garten und die schönen Dinge des Lebens zu haben, ist auch für sie eine Bereicherung.

Wir wünschen Helga Menzel eine tolle Zeit im Ruhestand und viele schöne, spannende Momente auf ihren Entdeckungsreisen! Wir freuen uns immer über eine Postkarte und natürlich einen Besuch!

Michael Hermanowski. Unser gelernter Elektromeister war 22 Jahre beim TAV. In dieser Zeit war er Kläranlagenleiter, Verantwortlicher für die Notstromversorgung, hat im Zentrallabor gearbeitet und auch gerne Besichtigungstouren für Besuchergruppen geleitet. Er hat viel Erfahrung und kennt die Kläranlage, die das Wasser für Schüttorf, Gildehaus, Bad Bentheim und Salzbergen aufbereitet, ganz genau. "Mit der Zeit konnte ich an den verschiedenen Becken am Geruch erkennen, ob das Wasser in Ordnung oder die Bakterienlast eventuell zu hoch war", erzählt er. Durch seine erste Ausbildung als Elektriker konnte er natürlich auch in dem Bereich viele Aufgaben übernehmen.



Foto: @Hinnerk Schröder

Jetzt freut sich Michael aber auf den verdienten Ruhestand und ist gerne mal auf Achse mit dem Fahrrad und macht kleine Tagestouren. "Wenn meine Frau in zwei Jahren ebenfalls in Rente geht, werden wir viele Touren sicherlich auch gemeinsam unternehmen." Endlich Zeit für andere Dinge zu haben, sich um den Garten kümmern, kochen oder einfach mal nur genießen, dass das Leben nun etwas ruhiger verläuft, ist schön und hat eine neue Lebensqualität.

Auch wenn Michael immer gerne beim TAV gearbeitet hat, ist diese neue Zeit ebenfalls eine Bereicherung, genauso wie es seine Arbeit immer gewesen ist.

Wir wünschen Michael Hermanowski alles erdenklich Gute für seinen Ruhestand und danken ihm für eine angenehme und tolle gemeinsame Zeit beim TAV! Natürlich freuen wir uns immer über einen Besuch!

Wir belohnen Ihre Treue!

Jahrestreueaktion *



Nachdem wir im letzten Jahr schweren Herzens beschlossen haben, die Treueaktion auf dieses Jahr zu verschieben, freuen wir uns nun umso mehr, Sie wieder in unserem Hause zu begrüßen. Als Dankeschön für Ihre Treue als Strom- und/oder Gaskunde der Stadtwerke erhalten Sie in diesem Jahr sogar zwei Geschenke.

Neben den Eintrittskarten für die Bäder stehen in diesem Jahr wieder ein praktischer **Aufbewahrungsbehälter** der Firma Georg Utz GmbH sowie ein **kuscheliges Badetuch** zur Auswahl.

Nach Erhalt Ihrer Rechnung im Dezember können Sie Ihre Treueprämie* in unserem **Servicecenter in Schüttorf** oder im **iPunkt in Emsbüren** bis zum **15. Januar 2022** abholen.

Die Corona-Pandemie ist noch nicht vorbei und große Menschenansammlungen, besonders in geschlossenen Räumen, gilt es zu vermeiden. Aus diesem Grunde können Sie Ihr Treuegeschenk in Schüttorf in diesem Jahr an einer **Ausgabestation am Fenster** abholen. Dort haben Sie auch die Möglichkeit, Ihre Abschlagsänderungen mitzuteilen. In Emsbüren findet die Ausgabe wie gewohnt im iPunkt statt. Die Einlasszahlen sind jedoch begrenzt.

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

Sie können eine der folgenden Geschenkcombinationen wählen:

1.  +  X
2.  +  *
3.  +  *
4.  +  =



iPunkt
EMSBÜREN

Stadtwerke Schüttorf • Emsbüren GmbH
Quendorfer Straße 34, 48465 Schüttorf

Öffnungszeiten während der Treueaktion:

MO-DO 07:30 – 12:00 Uhr
13:00 – 17:00 Uhr
FR 07:30 – 12:30 Uhr

Servicecenter Emsbüren im iPunkt
Dahlhok 14, 48488 Emsbüren

MO-DO 08:00 – 12:30 Uhr
14:00 – 17:00 Uhr
FR 08:00 – 12:30 Uhr



Theater der Obergrafschaft

Ohnsorg-Theater
"Champagner zum Frühstück"

Montag, 27. Dezember, um 19.30 Uhr*

Es gilt die
2G-Regel!



Kindertheater in der Weihnachtszeit!

Die **Kleine Oper Bad Homburg** präsentiert die Märchenoper **"Hänsel und Gretel"** im Outfit eines modernen Musicals. Eine geniale Bühnenshow mit farbenfrohen Kostümen, ausgefallenem Lichtdesign und Pyrotechnik runden das Fantasie-Märchen ab.

Sonntag, 28. November, um 14.30 Uhr und 17.00 Uhr*

*Karten erhalten Sie an allen bekannten Vorverkaufsstellen.





Berufsimkerei Stenvers

Ein kleiner Hofladen in Samern!

Klaus und Beate Stenvers lieben ihren kleinen Hofladen, den sie seit nunmehr zwei Jahren in Samern langsam aufgebaut haben. Neben eigenem Honig haben sie vorrangig ein Sortiment an Bio-Waren. Dazu gehören Eier aus eigener Erzeugung von alten Hühnerrassen, Bio-Öle, Marmelade, aber auch Fleischerei-Produkte von einer regionalen Fleischerei. Am Wochenende gibt es frische Bäckerei-Produkte, Pasta, Pesto oder leckeres Dressing und ein Bio-Wein-Sortiment. Sie achten sehr auf Qualität und die Herkunft ihrer Produkte.

Klaus Stenvers ist seit 12 Jahren Berufsimker. Das war nicht immer so und als IT-Spezialist hat es viele Jahre gedauert, bis er wieder zu seinen Wurzeln gefunden hat. "Ich bin mit acht Geschwistern auf einem Hof in Gronau aufgewachsen. Wir hatten viele Tiere und haben gelernt, wie wertvoll Lebensmittel sind. Kartoffelschalen haben wir zum Beispiel nicht weggeworfen, sondern gekocht und mit Haferflocken angereichert wieder verfüttert." Nach vielen aufreibenden Jahren in der IT-Branche hat Klaus Stenvers seinen alten Job an den Nagel gehängt und sich seiner Liebe zur Natur verschrieben. Seit einem Jahr ist seine Frau Beate mit ins Unternehmen eingestiegen.

Bienen faszinierten ihn von Anfang an. Bienen sind Insekten der Sonne, des Lichts und der Wärme. Sie tragen einen wesentlichen Anteil zum Erhalt der Artenvielfalt bei. Auf ihrer Nahrungssuche sorgen sie für die Bestäubung und Verbreitung unzähliger Pflanzenarten, die wiederum Lebensraum und Nahrung für viele weitere Insektenarten bieten. Ihre Art zu kommunizieren ist beeindruckend. "Bienen können mit einer Genauigkeit ihrem Volk den Weg zu ihrem Blütenfund zeigen, wie ich es nicht vermutet hatte. Dabei bedienen sie sich u. a. dem Lichteinfall der Sonne. Auch durch Wolken hindurch, denn Bienen können mit ihren Facettenaugen ultraviolettes Licht sehen", erzählt Klaus Stenvers. Bei einem Besuch in dem kleinen Hofladen können Sie sich also nicht nur auf leckere Naturerzeugnisse, sondern auch auf viele interessante Geschichten freuen. Dafür müssen Sie natürlich ein wenig Zeit mitbringen.

Mit seinen Bienenvölkern geht Klaus Stenvers oft auf Wanderschaft in die Heide oder in den Oderbruch. "Bei uns finden Bienen bis Mitte/Ende Juli ausreichend Nahrung. Durch die in unserer Gegend vorwiegenden Monokulturen wird es dann allerdings schon knapp", sagt Klaus Stenvers.

Als Berufsimker muss man auch bereit sein, mit seinen Bienen zu wandern, um das Angebot für die Feinschmecker zu erweitern. Zurück von seiner Tour steht Beate tagelang im Schleuderraum und schleudert aus tausenden Waben den begehrten Honig.

Zusammen mit seiner Frau Beate arbeitet er daran, das Sortiment des Hofladens zu erweitern. Neben einer Streuobstwiese hat er sich zum Ziel gesetzt, kleine Bio-Kisten mit regionalem, frischem Gemüse und anderen Erzeugnissen aus ökologischer Landwirtschaft anzubieten. Beide lieben diesen Beruf im Einklang mit der Natur.

Wir freuen uns jetzt schon darauf und wünschen den beiden gutes Gelingen!



Fotos: @Danie Ehrchen/Imkerei Stenvers

Berufsimkerei Stenvers GbR

Klaus & Beate Stenvers
Wasserstiege 1a
48465 Schüttorf/Samern

Öffnungszeiten:
Mittwoch, Freitag, Samstag (ganztägig)

Wochenmärkte:
Steinfurt Freitag Vormittag
Bad Bentheim Freitag Nachmittag
Nordhorn Samstag



Herbst-Pizza



Fotos: @Stadtwerke Schüttorf-Emsbüren

Zutaten für den Teig:

- 500 g Mehl
- 1 Würfel Hefe
- 1 TL Honig
- 250 ml Wasser
- 2 EL Olivenöl
- 1/2 TL Salz

Zutaten für den Belag:

- 100 g Schmand
- 1 Birne
- 1 Stange Lauch
- 50 g Salami
- 200 g Camembert
- Salz
- Pfeffer

3. Den Schmand auf den beiden Pizzen verstreichen. Die Birne schälen, vierteln, entkernen, in Spalten schneiden und auf den Pizzen verteilen. Die Pizzen bei 200 °C (Umluft) für 15 Minuten in den Backofen geben.

4. Die Pizzen herausnehmen und mit dem in Ringen geschnittenen Lauch, der Salami und dem in Scheiben geschnittenen Camembert belegen. Mit Salz und Pfeffer würzen und nochmals für 10 Minuten in den Backofen geben.

Zubereitung

1. Für den Teig die Hefe zerbröseln und zusammen mit dem Honig in 250 ml lauwarmem Wasser auflösen. Das Mehl in eine Schüssel geben und eine Mulde formen. Das Hefewasser, das Olivenöl und das Salz hineingeben und alles zu einem glatten Teig verkneten.
2. Den Teig zugedeckt für 30 - 40 Minuten an einem warmen Ort gehen lassen. Aus dem Teig zwei runde Pizzen formen und auf je ein Backblech legen.

Low-Carb-Pizza mit Blumenkohl und Chia-Samen



Zutaten für den Boden:

- 3 EL Chia-Samen
- 1 EL Weizenkleie
- 125 ml Wasser
- 35 g Kürbiskerne
- 1/2 Blumenkohl
- 1/2 TL gemahlener Thymian
- 1/2 TL gemahlener Rosmarin
- 1/2 TL gemahlener Knoblauch
- 2 TL Olivenöl
- Tomatensoße

Zubereitung:

Chia-Samen mit Weizenkleie und Wasser mischen. Für 30 Minuten kaltstellen. Backofen auf 175 °C vorheizen. Backblech mit Backpapier auslegen. Kürbiskerne in den Mixer geben und zu Mehl verarbeiten. Blumenkohl klein schneiden, dazugeben und miteinander vermischen. Auf dem Backblech verteilen und im heißen Ofen 7 Minuten backen.

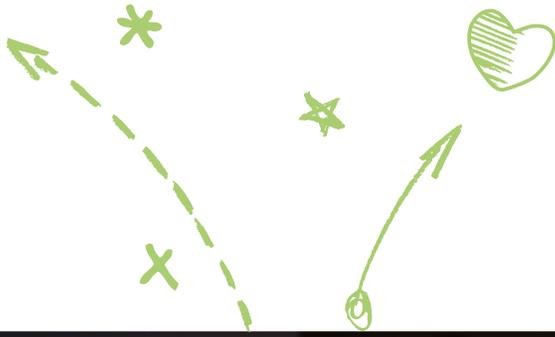
Die fertige Blumenkohlmischung in eine Schüssel geben und mit Chia-Pudding, Olivenöl und Kräutern mischen.



Foto: @iStock

Auf dem Backblech verteilen und für weitere 30-35 Minuten backen und auskühlen lassen.

Zum Schluss den Blumenkohlboden mit Tomatensoße bestreichen und mit Tomaten und Mozzarella belegen. Im heißen Ofen 10-15 Minuten backen. Vor dem Servieren mit Rucola garnieren.



**Strom und Gas von den Stadtwerken.
Sind Sie schon Kunde?**