



Dein Lebensmittelpunkt in Porta Westfalica



Pack den Sommer ein!

**Großes
GEWINNSPIEL
inklusive!**



4 **LEBENSGEFÜHL GRILLEN**

Ein Grillabend im Sommer ist der Inbegriff der Leichtigkeit und der Gemeinschaft.



8 **GEGEN DAS FERNWEH**

Mit den RILA-Länderwochen exotische und mediterrane Genüsse nach Hause holen.



12 **BEEREN ALS SUPERFOOD**

Beeren sind nicht nur köstlich, sondern auch wahre Nährstoffbomben aus unserer Region.



Ihre Traumfahrt

**Oldtimer-Chauffeur
& Planungsservice
für Ihr Event**

Sandra Kretzschmar
fon 0160-5510399
www.oldtimer-ok.de

f Ihre Traumfahrt
i ihretraumfahrt

INHALT

- 3 Als Zweitligist hingefahren,
als Erstligist zurückgekommen
- 4 Grillen - ein Lebensgefühl
- 6 Biowein: Ein Genuss ohne Chemie
Bio-Käse: Ein Genuss mit Verantwortung
- 7 Pack den Sommer ein
- 8 Länderwochen
mit den Genussentdeckern
- 9 Ein besonderer „Praktikant“
- 10 Die Weltmeisterpizza bei Hawig
- 12 Die süßen Superfoods von Winkelmann
- 13 Sturmflut im Schatten des Kaisers
- 14 Der gesunde Sommergenuss
- 15 Dein Cola-Mix aus der Region
- 17 Die Naturlimo ohne Schnickschnack
- 20 Zahlen & Fakten / Großes Gewinnspiel!



EIN VIERTEL-JAHRHUNDERT

Mit Leidenschaft im E-Center Hawig

Valentina Schmidt ist seit dem 1. April 2000 ein fester Bestandteil des Hawig-Teams in der Abteilung Fein- und Tiefkühlkost. In ihrer Heimat in Kirgisien arbeitete sie als Sportlehrerin, absolvierte in Deutschland eine Umschulung zur Verkäuferin und schloss später die Ausbildung zur Einzelhandelskauffrau ab.

Auch ihre beiden Töchter haben als Schülerinnen schon im E-Center Hawig gearbeitet und ihr Taschengeld aufgebessert. „Wir danken Valentina für 25 Jahre Einsatz, Leidenschaft und Teamgeist“, sagt Sandra Hawig und freut sich auf viele weitere Jahre mit der allseits bei Kollegen und Kunden geschätzten Mitarbeiterin.



SUMMER IS CALLING
AUF GEHT'S!
MIT DEINEM NEUEN E-BIKE DURCH DEN SOMMER

SUMMER-DEAL *
-700 €

TOP ANGEBOT!
€ 1999,-
€ 2699,-**

In den Farben:
Denim Blue (Foto)
Night Black

BESV
Experience Amazing

Model »CT 2.3 LS«

- Effizienter Shimano E5000-Mittelmotor
- Stufenloses Schalten von Enviolo
- SR Suntour Nex-E25 Federgabel

AKKU-POWER
504 Wh

Code scannen für alle Angebote

DORN
ZWEIRAD-CENTER

Zweirad-Center Helmut Dorn OHG
Minden | Friedrich-Wilhelm-Straße 81-85 | 0571 31269
Lübbecke | Osnabrücker Straße 75 | 05741 61627

zweirad-dorn.de | f i

* Preisdifferenz zur unverbindlichen Preisempfehlung des Herstellers. ** Unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers. - Angebote gelten solange der Vorrat reicht.

IMPRESSUM

Auflage: 98 000 Exemplare

Herausgeber (v. i. S. d. P.):
EDEKA Center Hawig
Ralf Hawig e.K.
Flurweg 11
32457 Porta Westfalica

Tel.: (05 71) 95 61 10
E-Mail: e800512@minden.edeka.de

Konzept, Vermarktung, Redaktion, Herstellung:
Bruns Medien-Service
Bruns Verlags-GmbH & Co. KG
Obermarktstraße 26 – 30, 32423 Minden
Telefon: 05 71 / 88 2-0

Druck: Bruns Druckwelt GmbH & Co. KG
Trippeldamm 20, 32429 Minden

Bildnachweise:
stock.adobe.com, unsplash.com, bms, pr



Kein Halten mehr nach der erlösenden Nachricht aus Ludwigshafen: Max Staar und das GWD-Team feierten ausgelassen den Wiederaufstieg nach zwei Jahren in der 2. Bundesliga. Foto: GWD Minden/Angela Metge

ALS ZWEITLIGIST HINGEFAHREN, ALS ERSTLIGIST ZURÜCKGEKOMMEN

GWD Minden spielt wieder in der 1. Handball-Bundesliga und das ganze Team vom E-Center Hawig freut sich mit dem sportlichen Aushängeschild der Region.

Das E-Center Hawig ist nicht nur stolzer Sponsor, sondern Ralf und Nico Hawig echte Fans. Und am letzten Spieltag der 2. Bundesliga wurden ihre und die Nerven aller Fans der Grün-Weißen auf eine harte Probe gestellt. Denn GWD lag auswärts beim TuS Ferndorf mehrmals fast schon aussichtslos zurück, kämpfte sich aber wie so oft in der Spielzeit wieder in die Partie und fuhr schließlich den 31:30-Sieg ein. Und weil der TV Hüttenberg parallel bei den Eulen Ludwigshafen in einem nicht minder dramatischen Match 27:29 unterlag, kehrt GWD Minden wieder in die beste Handball-Liga der Welt zurück.



NEU 40%
Ausstellungs-
betten

BOXSPRINGBETTEN
aus PORTA WESTFALICA 

0571 779 877-0

PLATTE WEIDE 3-5
32457 PORTA WESTFALICA

MO.-FR. 9.00-18.00 UHR | **SA.** 10.00-15.00 UHR

www.dayco-gmbh.de

jetzt NEU 30% Rabatt

DAYCO
BOXSPRINGBETTEN & MATRATZEN



Wenn es knistert und lecker riecht: Grillabende versprühen eine besondere Atmosphäre.

GRILLEN - EIN LEBENSGEFÜHL

Wärme, Geschmack und Gemeinschaft: Mit dem perfekten Grillabend die Intensität des Sommers genießen.

Wenn vom Rost der Rauch aufsteigt, das Klirren von Grillzangen erklingt und der Duft von Würstchen, Kräutern und Kohle durch die Luft zieht, ist klar: Die Saison für Schaschlik, Steak und Co läuft.

Was kommt denn so alles auf den Rost? Diese Frage stellt sich in diesen Wochen wieder häufiger, wenn es auf Gartenpartys geht oder Freunde auf ihre Terrasse einladen. Natürlich geht beim Grillen nichts über die Klassiker. Allen voran steht die Bratwurst auf der Hitliste – ob grob, fein, regional wie von Timmerberg aus Bad Oeynhausen und Geflügel Schmitz aus Hille oder international gewürzt – sie gehört einfach dazu.

Von Klassikern bis zu Exoten

Dem Klassiker Grillwurst dicht auf den Fersen auf der Beliebtheitsskala ist das Nackensteak, dem unangefochtenen König der Marinade. Die richtige Mischung aus Paprika, Knoblauch, Öl und ein wenig Geduld beim Einlegen macht aus einem einfachen Stück Fleisch einen echten Geschmackshit. Außen knusprig, innen zart – so lieben es die Grillfans. Dann ist da noch der ewige Publikumsliebbling: der Spieß. Würzig mariniertes Fleisch, dazu Paprika, Zwiebeln, vielleicht auch mal Ananas oder Zucchini – auf dem Spieß wird nicht nur gegrillt, sondern gleich auch ein bisschen gespielt.

Sicher, vieles in einer Grillsaison wiederholt sich und das hat durchaus seine Gründe, denn: Warum sollte man etwas verändern, was sich seit einer gefühlten Ewigkeit bewährt hat. Aber Grillen be-

deutet nicht nur in der Region rund um das E-Center Hawig viel mehr, als nur Fleisch zu bräunen. Immer mehr Menschen setzen auf Gemüse vom Grill. Und das mit Recht. Zucchini, Aubergine, Paprika oder Pilze werden mit etwas Olivenöl und frischen Kräutern zum Hochgenuss. Wer es raffinierter mag, probiert gefüllte Champignons oder Paprikas mit Couscous und Feta. Das sind Hits. Sogar für große Fleischfans. Dazu leckeres Brot wie „Ährengold“ oder der immer beliebter werdende „Feuerfred“ mit eingebackenen getrockneten Tomaten, Peperoni und Jalapeños vom Café Wilhelm und Dips aus der Feinkost-Abteilung. Herrlich.

Auch Fisch hat sich inzwischen einen festen Platz auf dem Rost erkämpft. Besonders Lachs und Forelle lassen sich wunderbar mit Dill, Zitrone und Knoblauch in Alufolie

garen. Wer es rustikaler mag, grillt Doraden mit krosser Haut direkt auf dem Rost. Eine Prise Meersalz, etwas Zitrone – mehr braucht es nicht.

Widmen wir uns jetzt mal der Atmosphäre zu. Grillen ist weit mehr als die Zubereitung von Speisen. Es ist ein Ritual. Ein Grillabend im Sommer der Inbegriff der Leichtigkeit, der Entschleunigung und der Gemeinschaft. Familien kommen zusammen, Freunde oder Nachbarn treffen sich möglicherweise spontan auf der Terrasse, Kinder toben im Garten, während in der Luft das verheißungsvolle



Daniel Werth (links) und Thomas Jütersönke lieben das Grillen und sie wissen: Spieße werden immer beliebter bei den Kunden. Denn die Kombinationsmöglichkeiten sind schier endlos und die beiden sorgen für eine riesige Fleisch-Auswahl im E-Center Hawig.

Knistern von Holzkohle liegt. Es sind diese Abende, an denen man barfuß über den Rasen läuft, den Sonnenuntergang genießt und das Leben mit einem kühlen Getränk in der Hand feiert. Das Grillen wird dabei zur Bühne für Gespräche, zum Austausch von Rezeptideen und Erinnerungen. Es

Die Vielfalt vom Rost ist grenzenlos.



„Ährgold“ ist der Dauerbrenner, aber der „Feuerfred“ holt immer mehr auf. Beide werden als perfekte Grillabend-Begleiter von Chanielle Lorenz und dem Team vom Café Wilhelm immer wieder empfohlen.



Cindy Knorn und das komplette Team der DEPOT-Filiale bleiben ein fester Bestandteil im E-Center Hawig.

ist die Kombination aus Wärme, Licht, Geschmack und Gemeinschaft, die den Sommer in seiner ganzen Intensität spürbar macht.

Und die passende Dekoration verschönert den gemütlichen Rahmen des lauen Sommerabends mit netten Menschen noch zusätzlich. Sprechen Sie im DEPOT-Shop Cindy Knorn einfach an. Ihre Ideen und die ihres Teams sind von den Kunden des E-Center Hawig so stark gefragt, dass die DEPOT-Filiale entgegen dem Trend nicht schließt, sondern am Netz bleiben wird!

Ein Märchen: Das Übergießen mit Bier

Zurück zum Grillen: Natürlich muss es nicht allein die Holzkohle sein, die das Grillen im Sommer zum Erlebnis macht. Nicht überall ist der Rauch willkommen und auf Balkonen dürfte das dem Nachbarn womöglich buchstäblich stinken. Gas- oder Elektrogrills sind dann gefragt, die es technisch ebenso draufhaben und in unzähligen Varianten erhältlich sind. Beim Experten nachgefragt, zeigt sich, dass es geschmacklich überhaupt keine Rolle spielt, welcher Grill es denn ist. Es sei eine reine Frage der eigenen Philosophie. Und mit einem räumt der Experte auch auf: das Übergießen von Fleisch oder Bratwurst mit Bier. Das wirke sich überhaupt nicht auf den Geschmack aus. Es sei nur schade ums Bier.

Das Grillen als Lebensgefühl

Grillen ist für uns Menschen mehr als nur das Zubereiten von Speisen. Es ist ein gesellschaftliches Erlebnis. Ob mit der Familie, Freunden oder Nachbarn – das gemeinsame Essen unter freiem Himmel schafft eine besondere Atmosphäre. Der Duft von frisch gegrilltem Fleisch, Fisch oder Gemüse, das Klirren der Gläser und die entspannte Stimmung machen Grillabende zu einem echten Sommer-Highlight.



Mehr **WOOOOW** für Ihren Betrieb.



Fassadenwerbung | Werbeschilder und Planen
Lichtreklame | Displays | Fahrzeugbeschriftungen
Textiltransparente | Werbeanlagen aller Art | uvm.

0571 5090900
info@rohlfing-werbung.de
www.rohlfing-werbung.de



BIOWEIN: EIN GENUSS OHNE CHEMIE

Käse und Wein passen untrennbar zusammen – womöglich auch, weil sie reifen müssen. Bei der Herstellung ist also Geduld gefragt und ganz besonders gilt das für Bioweine. Denn es dauert mindestens drei Jahre, einen Bio-Weinberg aufzubauen. Außerdem sind zahllose und permanente Untersuchungen zur Kontrolle der Bodenbeschaffenheit nötig, bevor der Winzer das begehrte EU-Bio-Zertifikat auf seinen Weinflaschen führen darf.

Wie bei allen Bioprodukten herrschen strenge Regeln für die Herstellung. Zur Eindämmung oder Beseitigung von Unkraut sind chemische Mittel tabu. Gleiches gilt für den Dünger. Stattdessen wird Gründüngung eingesetzt. Dabei werden Pflanzen in den Boden eingearbeitet. Der wird dadurch lockerer und die eingearbeiteten Pflanzen geben ihre Mineralien an den Boden ab und somit auch an die Rebe.

In den ersten Jahren sind die Erträge natürlich geringer als bei konventionellen Weinbergen. Doch in den Folgejahren profitieren die Bioweinreben von tiefen Wurzeln, die bis zu acht Meter reichen können. Diese natürliche Anbaumethode führt zu hochwertigen Trauben, die sich durch die besonderen Eigenschaften des Bodens auszeichnen.

Wer an Wein denkt, dem schießen automatisch die Bilder von uralten Gewölbekellern mit massiven Eichenfässern in den Sinn. Das entspricht natürlich nicht immer der Realität, doch die Wahrheit ist auch, dass die Arbeit im Keller bei Bioweinen eine sehr große Rolle spielt, die oftmals ohne technische Hilfsmittel vonstattengeht.

Außerdem sind viele konventionelle Methoden, den Wein attraktiver aussehen zu lassen, ebenfalls verboten. Beispielsweise werden Trüb- und Schwebstoffe bei Bioweinen mit Eiklar herausgefiltert. Oder Bentonit, ein Gestein aus natürlichen Tongemischen. Die Gärung erfolgt natürlich mit reiner und unbehandelter Hefe.

Für Weintrinker und Liebhaber von Ökoweinen bedeutet dies: Biowein ist aufwändiger in der Herstellung als konventioneller Wein. Die sorgfältige Arbeit des Winzers, die gesunde Umgebung im Weinberg und die einzigartigen Boden-Eigenschaften machen Bioweine besonders und verleihen ihnen einen eigenen Charakter, der sich in verschiedenen feinen Nuancen beim genussvollen Trinken entfaltet.



Markus Reiß ist schon aufgrund seiner Herkunft ein echter Weinexperte. Der Württemberger schwört aus dem großen Biowein-Sortiment ganz besonders auf Tropfen aus seiner Heimat.



Es gibt Dinge, die gehören einfach zusammen. Davon ist Christina Mantay überzeugt. Ihre Lieblingskombination für diesen Sommer besteht aus dem Bio-Hartkäse „Wilder Bernd“ und dem Klassiker Feigensenf.

In der Welt der Käseproduktion gibt es einen klaren Unterschied zwischen Bio- und konventionellem Käse, der bereits auf dem Bauernhof beginnt. Bio-Käse wird ausschließlich aus 100 Prozent Biomilch hergestellt. Die Biobauern und -bäuerinnen setzen auf einen geschlossenen Kreislauf, bei dem Futter für die Tiere selbst angebaut wird und der anfallende Dung zur Düngung der Felder verwendet wird. Dies schützt nicht nur die Böden und das Klima, sondern sorgt auch für sauberes Wasser.

BIO-KÄSE: EIN GENUSS MIT VERANTWORTUNG



Ein weiterer Vorteil der ökologischen Landwirtschaft ist der Verzicht auf gentechnisch veränderte Organismen. Biobauern fördern die Biodiversität, was sich positiv auf Flora und Fauna auswirkt. Durch den Anbau weniger anfälliger Sorten und den Einsatz von Nützlingen wird zudem auf chemisch Mittel verzichtet.

Die Tierhaltung auf Biohöfen ist artgerecht und ermöglicht den Tieren Auslauf an der frischen Luft, was zu ihrem Wohlbefinden beiträgt. Auch bei der Fütterung wird auf Qualität geachtet: 100 Prozent des Futters muss aus ökologischem Landbau stammen, und genverändertes Futter ist verboten. Bei Krankheiten kommen bevorzugt Naturheilverfahren zum Einsatz. Bio-zertifizierte Betriebe unterliegen strengen Kontrollen, die alle Produktions- und Vertriebschritte überwachen. Diese Transparenz garantiert, dass Bio-Käse nicht nur geschmacklich überzeugt, sondern auch unter höchsten ökologischen Standards hergestellt wird.

Zusätzlich enthält Bio-Käse weniger Zusatzstoffe als konventioneller Käse.

Während in der konventionellen Milchverarbeitung über 300 Zusatzstoffe erlaubt sind, sind es in der ökologischen Milchverarbeitung nur 47. So wird der Einsatz von Antibiotika und anderen chemischen Hilfsmitteln vermieden.

Bio-Käse steht somit nicht nur für Genuss, sondern auch für eine nachhaltige und verantwortungsvolle Landwirtschaft. Fragen Sie an der Käsetheke einfach mal nach den vielen Bio-Käse-Sorten in unserem Sortiment, unsere Experteninnen beraten Sie gerne.

PACK DEN SOMMER EIN

Vom Feld in die Tüte – mit Herz und Verstand.

Am Anfang war es nur eine Idee. Seit April 2016 ist es der Beginn einer Erfolgsstory made in Niedersachsen. Denn hier kommen sie her: die Krossen Kerle.

Einst auf einer Kartoffelkiste sitzend, kam dem Landwirt Johanning eine ungewöhnliche Idee: Warum nicht aus den selbst angebauten Kartoffeln etwas ganz Besonderes machen? Eigene Kartoffelchips, die den vollen Geschmack der Knolle bewahren – knusprig, natürlich und voller Charakter. So entstanden die Krossen Kerle.

Heute führt Heiner Johanning das Unternehmen mit seiner Familie. Regionalität, die Leidenschaft für Kartoffeln und leckere Gewürze machen die Krossen Kerle zu etwas ganz Besonderem. Extra dick geschnitten, schonend gebacken und mit verschiedenen Würzungen von salzig bis süß – für jeden Chips-Liebhaber ist etwas dabei.

So werden seit 2010 jedes Jahr aufs Neue Kartoffeln im Frühjahr auf den Feldern rund um den Johanning-Hof gepflanzt und die Kartoffeln Schritt für Schritt vom Feld in die Tüte begleitet.

Übrigens: Im Juni blühen die Pflanzen im schönsten Weiß und Lila.

Das ganze Jahr über steckt also der Sommer in jeder Tüte Krosse Kerle. Und damit gehören die Krossen Kerle einfach im Sommer überall dazu. Sowohl als Snack beim Ausklingen des Grillabends mit Freunden, mit einem kühlen Getränk am Strand oder im Garten den lauen Sommerabend genießend, als auch für unterwegs als krosse Knabberei – die Krossen Kerle schmecken überall und bringen den Sommer mit.

Die extrakrossen Kartoffelchips der Krossen Kerle sind in vier Sorten im Snackregal zu finden: Tomate & Paprika, Salz & Pfeffer, Sauerahm & Lauchzwiebel, Chili & Paprika.



Hier greifen Kunden immer wieder gerne zu. Die „Krossen Kerle“ in verschiedenen Sorten sind ein echter Renner im Sommer.

missner

**Treppenlifte
ab 2.990 €**

Gern helfen wir Ihnen, den

**4.180 €
Zuschuss**
zu erhalten!



Kontaktieren Sie uns jetzt!

Detlev Missner Treppenlifte

An der Dorfeiche 1
32429 Minden

0571 85447

info@missner-treppenlifte.de



- ✓ Bundesweiter Werkkundendienst
- ✓ Über 18.000 gebaute Treppenlifte
- ✓ Über 15 Jahre Erfahrung
- ✓ Ihr ortsansässiger Familienbetrieb

Handicare lässt seine Freecurve Anlagen freiwillig vom TÜV Süd prüfen und kann für seine Produkte eine Prüfbescheinigung seitens des TÜV SÜD vorweisen. Damit bescheinigt der TÜV, dass die Anlagen den geforderten Sicherheitsstandards entsprechen und die Produktion überwacht wird.



LÄNDERWOCHEN MIT DEN GENUSSSENTDECKERN



In der Welt unterwegs, in Ostwestfalen zu Hause: Seit über 50 Jahren sind die Genussentdecker von Rila auf der Suche nach authentischen und hochwertigen Spezialitäten.

Was mit Griechenland begann, umfasst heute Produkte aus aller Welt. Die Genussentdecker lieben die Küchen der Welt. Angetrieben von Neugier und Lust auf Neues halten sie stets Ausschau nach landestypischen, raffinierten Genüssen und kreativen gesunden Ideen. Täglich wird daran gearbeitet, neue Foodtrends und Regionen zu

entdecken und diese in bester Qualität auf deutsche Tische zu bringen. Immer gemessen am eigenen Anspruch: „Mit Qualität und Besonders begeistern“.

Genießen ist wie Verreisen mit dem Gauen. Mit den vielfältigen Rila Sortimenten lässt sich jeder Kontinent – von Europa bis Amerika, Asien, Arabien oder Afrika – kulinarisch entdecken, sie wecken Urlaubserinnerungen und laden zu einer Genussreise ab dem 5. August auch im E-Center Hawig für zu Hause ein.

www.rila.de



SCHWEINE- RÜCKENSTEAKS

mit Grillgemüse und
Tomaten Curry Sauce

- 2 Rückensteaks (ca. 200 g pro Stück)
- 1 große Süßkartoffel (geschält)
- 1 Aubergine
- 1 große Gemüsezwiebel
- 100 g Zuckerschoten
- Etwas Rosmarin
- Etwas Thymian
- Etwas Olivenöl
- Prise(n) Salz, Pfeffer
- 1 Flasche Djamela
- Tomaten Curry Sauce

Zubereitung

Gesamtzeit: 45 min
Für das Grillgemüse zunächst Süßkartoffel, Aubergine und Gemüsezwiebel in mundgerechte Stücke schneiden. Anschließend zusammen mit den Zuckerschoten in eine Schüssel geben und mit dem klein gehackten Rosmarin, Thymian, Olivenöl, Salz und Pfeffer vermischen und ca. 15 Min. ziehen lassen. Gemüse in einer Grillpfanne auf

den vorgeheizten Grill geben und den Deckel verschließen. In der Zwischenzeit die Schweinsteaks abbrausen, trocken tupfen, salzen, pfeffern und direkt auf dem Grillrost oder in der Grillpfanne von beiden Seiten ca. 8-10 Min. grillen. Steaks und Gemüse auf Tellern anrichten und mit der Tomaten Curry Sauce servieren.

Mehr Rezepte auf rila.de



SOUVLAKI

mit Mezze

Beilagen:

- 1 Dose Liakada Dolmadakia
- gefüllte Weinblätter mit Reis in Öl
- 1 Dose Liakada Riesenbohnen in Tomatensauce
- 1 Glas Liakada Grüne Oliven mit Paprikapaste
- 1 Packung Ibero Grüne Hojiblanca Oliven mit Mandeln
- 1 Glas Liakada Paprika-Ajvar mild

Zubereitung

Gesamtzeit: 1 Stunde 5 Minuten
Das Fleisch in ca. 3 cm große Würfel schneiden. Alle Zutaten für die Marinade in einer großen Schüssel mit einem Schneebesen vermengen. Das Fleisch dazugeben und gut vermischen.
Das Fleisch mit Frischhaltefolie abdecken und bei Raumtemperatur 1 Stunde ruhen lassen. In der Zwischenzeit die Spieße 30 Min. in Wasser einweichen.
Jeweils ca. 5-6 Fleischstücke aufspießen. Grill vorheizen (oder eine Grillpfanne). Spieße 10-12 Min. grillen. Souvlaki mit den Beilagen servieren.



EIN BESONDERER „PRAKTIKANT“

Der Einzelhandel lebt von Menschen, die mit Leidenschaft dabei sind – beim E-Center-Hawig ist das der Fall.



In seinem normalen „EDEKA-Leben“ ist Dominik Menzel bei der Edeka Minden-Hannover Abteilungsleiter im Einkauf Technologie und Service und verantwortet kommerziell die Bereiche IT, Telekommunikation, Logistik, Produktion und Dienstleistungen jeglicher Art. Auch die Inneneinrichtung und das Betriebsrestaurant „Grüner Wenzel“ des neugebauten EDEKA Campus begleitete er aktiv.

Für einen Praxistag tauchte Menzel in die Welt des E-Center Hawig ein. „Es war ein wirklich cooler Tag, an dem ich direkt an der Basis meinen Blick auf den Einzelhandel weiter schärfen konnte“, schildert Menzel, der außerdem wertvolle Erfahrungen aus dem direkten Kontakt mit den Kunden mitnimmt.

Das „cool“ kann man hierbei im wahrsten Wortsinn verstehen. Denn Menzel räumte unter anderem auch Waren in die Tiefkühlregale ein. Außerdem erhielt Menzel praktische Einblicke in die Abläufe im Kassensystem, kassierte an der klassischen Kasse und betreute die Kunden an der Easy-Shopper-Kasse.

Beim Anpacken erhielt Menzel auch einen Eindruck vom guten Zusammenhalt der Hawig-Mitarbeiter. „Ein großes Dankeschön an das fantastische Team für die herzliche Aufnahme. Ich habe mich sofort willkommen gefühlt“, lobt Menzel, der für seine Arbeit als Abteilungsleiter viel mitnimmt: „Solche Tage sind wichtig, um bewusst zurückzublicken und den eigenen Fokus neu auszurichten. Ich nehme viele Eindrücke, schöne Begegnungen und frische Motivation mit.“

Und welcher der vielen Eindrücke blieb besonders im Gedächtnis? Die Antwort kommt prompt: „Der Einzelhandel lebt von Menschen, die mit Leidenschaft dabei sind – und genau das durfte ich im E-Center Hawig erleben.“

Praktische Einblicke, wertvolle Erfahrungen und frische Motivation sammelte Dominik Menzel bei seinem Praxistag im E-Center Hawig.

CLEAN & EASY
GELD GESPART MIT DER

20% SPAREN!

DIE NEUE CLEANCARD KOSTENLOS ZUR PROBE!

Herzlich willkommen im Reinigungs-Club der glücklichen Cleancard-Besitzer

DONNERSCHLAG AN JEDEM TAG

1 OBERHEMD
gewaschen, gebügelt, hängend

240 mit CLEANCARD

211 ohne CLEANCARD

ST TEXILREINIGUNG

GUTSCHEIN

5,-

Mindestbestellwert: 25,00 €

Gilt nicht für Leder & Teppiche
Gültig bis 31.08.2025

Stichweh Textilreinigung
Hannoversche Straße 15 (Kaufland)
31675 Bückeburg
Tel. 05722 / 8906863

Stichweh Textilreinigung
Königsstraße 162
32427 Minden
Tel. 0571 / 4041714

Stichweh Textilreinigung
Im Flurweg 11 / E-Center
32457 Porta Westfalica
Tel. 0571 / 3981987



Gründer Sibin Munev gewährt einen Einblick in die Produktion der ersten Bio-Pizza-Manufaktur Deutschlands.

DIE WELTMEISTERPIZZA BEI HAWIG

Um das Dolce Vita zu erleben, muss man nicht erst nach Bella Italia reisen, sondern ein Einkauf beim E-Center genügt. Neben vielen mediterranen Köstlichkeiten gibt es auch eine waschechte Weltmeisterpizza.

Schaumburger schafft Historisches und krönt sich in Rimini zum ersten deutschen Pizza-Weltmeister

Im Januar holte Sibin Musev erstmalig den Weltmeistertitel von Rimini nach Deutschland. Preisgekrönt und nach Expertenmeinung die beste Pizza der Welt, ist die „Napoli“ von Musev. Toma-

tensauce, Burrata, Sardellen, Kapern, getrocknete Tomaten und Basilikum-Pesto – und diese leckeren Toppings auf einem Pizzaboden aus Biomehl.

Und nicht nur das Mehl stammt aus Bio-Produktion und macht den Teig besonders bekömmlich, sondern auch die Tomatensauce, die zweite Basis einer Weltmeisterpizza. Die Steinofen-Pizen liegen zwar in der Tiefkühltruhe, schmecken nach dem Aufbacken aber wie frisch aus dem Steinofen.

Möglich macht das die Schockfrostung nach der Herstellung aus frischen Zutaten. So bleiben alle wichtigen und den ausgezeichneten Geschmack gebenden Inhaltsstoffe erhalten.

Sibin Munev, stolzer Gründer der ersten Bio-Pizza-Manufaktur Deutschlands, gewährt einen kleinen Einblick in seine Produktionsgeheimnisse: „Wir glauben an die Verwendung der besten Bio-Mehle mit hohem Proteingehalt, um eine perfekte Grundlage für Ihre Pizza zu gewährleisten. Unser Teig wird sorgfältig mit Biga Vorteig zubereitet, einer traditionellen italienischen Technik, die einen langen Fermentationsprozess beinhaltet.“



Auch als Basis-Pizza erhältlich und dann nach Herzenslust belegbar.



Auf Sophie Plückhahns Lieblingspizza kommen Burrata, Schinken und abgerundet wird der schnelle Genuss mit einer Prise Pizzagewürz.

TOYOTA SUMMER SPECIAL



JETZT MIT 1,99 % FINANZIERUNG UND 0 € ANZAHLUNG

YARIS CROSS HYBRID
TOPMODELL TEAMPLAYER
mit Safety- & Winter-Paket

0 € ANZAHLUNG¹

ab **289 €** mtl.²

mit **3.599 €**
PREISVORTEIL²

TOYOTA C-HR HYBRID
SONDERMODELL
BLACK & WHITE

0 € ANZAHLUNG¹

ab **299 €** mtl.²

mit **5.589 €**
PREISVORTEIL²



Energieverbrauch Toyota Yaris Cross Teamplayer 1.5 Hybrid (4x2) kombiniert: 4,5 l/100 km. CO₂-Emissionen kombiniert: 101 g/km. CO₂-Klasse: C.³
Energieverbrauch Toyota C-HR Black & White 1.8 Hybrid (4x2) kombiniert: 4,8 l/100 km. CO₂-Emissionen kombiniert: 108 g/km. CO₂-Klasse: C.³

¹Ein unverbindliches Aktions-Finanzierungsangebot der Toyota Kreditbank GmbH, Toyota Allee 5, 50858 Köln auf Basis des Sonderangebots der Ferdinand Nobbe GmbH mit 48 Monaten Laufzeit und 10.000 km Laufleistung/Jahr für den Toyota Yaris Cross Teamplayer 1.5 Hybrid (4x2) mit Sonderausstattung Safety- und Winter-Paket, Fahrzeugpreis: 33.599,00 €, Aktionsrabatt: 3.599,00 €, Anzahlung: 0,00 €, eff. Jahreszins: 1,99 %, Nettodarlehensbetrag: 30.052,60 € zzgl. 1.074,00 € Überführung, Gesamtbetrag: 31.967,66 € zzgl. 1.074,00 € Überführung, 47 mtl. Raten à 289,00 €, einmalige Schlussrate: 18.384,66 € ... für den Toyota C-HR Black & White 1.8 Hybrid (4x2), Fahrzeugpreis: 40.989,00 €, Aktionsrabatt: 5.589,00 €, Anzahlung: 0,00 €, eff. Jahreszins: 1,99 %, Nettodarlehensbetrag: 34.846,35 € zzgl. 1.074,00 € Überführung, Gesamtbetrag: 37.135,52 € zzgl. 1.074,00 € Überführung, 47 mtl. Raten à 299,00 €, einmalige Schlussrate: 23.082,52 €. Das jeweilige Finanzierungsangebot entspricht dem Beispiel nach § 17 Abs. 4 PAngV und gilt ausschließlich für Privatpersonen bei Anfrage und Genehmigung bis zum 31.08.2025. Die hier beworbenen Neuwagen-Angebote sind ausschließlich über die Ferdinand Nobbe GmbH zu beziehen. ²Preisvorteil auf Basis des Aktionsangebots der Ferdinand Nobbe GmbH gegenüber der UPE der Toyota Deutschland GmbH, Toyota Allee 2, 50858 Köln, per April 2025. ³Informationen zum offiziellen Kraftstoffverbrauch und zu den offiziellen spezifischen CO₂-Emissionen neuer Personenkraftwagen unter www.dat.de. Abb. zeigen Sonderausstattungen.



www.nobbe-gmbh.de

Großenvörde 82
31606 Warmsen
Tel.: 05767/960700

Südring 6
31582 Nienburg
Tel.: 05021/96260

Berliner Str. 85
27232 Sulingen
Tel.: 04271/95350

Portastr. 128
32457 Porta Westfalica
Tel.: 0571/505170

Am Dornbusch 1
32312 Lübbecke
Tel.: 05741/236010

Firmenhauptsitz: Ferdinand Nobbe GmbH, Großenvörde 82, 31606 Warmsen .



DIE SÜSSEN SUPERFOODS VON WINKELMANN



Die Region hat sich in den letzten Jahren als wahres Eldorado für Beerenfrüchte etabliert. Die Kultivierung von Heidelbeeren, Himbeeren und Erdbeeren erfreut sich wachsender Beliebtheit – und das aus gutem Grund. Diese kleinen Früchte sind nicht nur köstlich, sondern auch wahre Nährstoffbomben, die unsere Gesundheit unterstützen. Die Gesundheits-Booster gibt es

beim E-Center Hawig quasi frisch vom Feld in bester Qualität. Dafür steht der Spargelhof Winkelmann aus Rahden.

Heidelbeeren: Die blauen Kraftpakete

Ursprünglich stammen sie aus Nordamerika, seit 1909 werden sie auch in Deutschland kultiviert. Auf einer Fläche von etwa 150 Hektar wachsen die fast kernlosen Kulturheidelbeeren an bis zu zwei Meter hohen Sträuchern. Ihre Erntezeit beginnt im Juli und reicht bis in den Oktober. Die kleinen blauen Früchte sind nicht nur kalorienarm (62 Kcal pro 100 g), sondern auch reich an Vitaminen und Ballaststoffen. Sie unterstützen die Verdauung und können den Blutzuckerspiegel stabilisieren – ideal für Menschen mit Diabetes. Zudem enthalten sie Anthocyane, die das Risiko von Herzkrankheiten senken können.

Himbeeren: Die roten Vitaminbomben

Die Himbeere, die bei Winkelmann auf etwa einem Hektar angebaut wird, ist eine weitere gesunde Wahl. Sie ist reich an Vitaminen der B-Gruppe, Vitamin C und Mineralstoffen wie Kalium und Eisen. Die Erntezeit reicht von Juni bis August. Ihre gesundheits-

fördernden Eigenschaften macht sie zu einem beliebten Snack und Zutat in vielen Gerichten.

Erdbeeren: Die Klassiker der Beerenwelt

Erdbeeren sind mit einem jährlichen Pro-Kopf-Verzehr von 2,3 Kilogramm in Deutschland äußerst beliebt. Auf etwa 40 Hektar werden diese süßen Früchte angebaut und sind bis August erhältlich. Erdbeeren sind nicht nur lecker, sondern auch reich an Vitamin C, Folsäure und Antioxidantien, die die Gesundheit von Haut und Herz fördern.

Nachhaltigkeit und Genuss aus der Region

Der Kauf von regionalen Beeren unterstützt nicht nur lokale Landwirte, sondern trägt auch zur Nachhaltigkeit bei, weil lange Transportwege vermieden werden. Die frischen Früchte sind nicht nur geschmacklich weit überlegen, sondern auch umweltfreundlicher. Nutzen Sie die Saison, um die süßen Leckereien frisch zu genießen oder für die kalte Jahreszeit einzufrieren. Ob in Smoothies, Joghurts oder als köstliche Desserts – die Möglichkeiten sind vielfältig.

Insgesamt bieten Heidelbeeren, Himbeeren und Erdbeeren nicht nur einen Genuss für den Gaumen, sondern auch zahlreiche gesundheitliche Vorteile. Greifen Sie zu und genießen Sie die süßen Winkelmann-Superfoods.



Ursel Winter ist in Barkhausen nach eigener Aussage bekannt „wie ein bunter Hund“. Die frühere Küsterin der Kirchengemeinde schwört auf die gesundheitsfördernden Eigenschaften der leckeren Heidel- und Himbeeren.

STURMFLUT IM SCHATTEN DES KAISERS



Ein richtig guter Schnaps von der Küste, der den Geist von Meer, Freiheit und einer steifen Brise in sich trägt – das vereinen die hochprozentigen Tropfen von Sturmflut. In ihr paaren sich das Wissen und Können von mehr als 220 Jahren. „Wir lassen in einer regionalen Schnapsbrennerei produzieren, weil wir die regionale Zusammenarbeit sehr schätzen“, erläutert Dennis Klamt, der gemeinsam mit seinem Bruder Timo-Harry das Unternehmen führt.



Außergewöhnliche Zusammenstellungen für besondere Geschmackserlebnisse

Den Markennamen Sturmflut wählten die Brüder gemeinsam mit Mitgründer Jan Fitter im Jahr 2021, mitten in der Corona-Krise, ganz bewusst. Denn Sturmflut heißt auch ein traditionsreiches Speise- und Bierlokal an prominenter Stelle in Cuxhaven: Nämlich direkt am Anleger der Helgoland-Fähre. Zum anderen sind die Erinnerungen an die große Sturmflut von 1962 noch allgegenwärtig.

Die Gründung der Schnaps- und Likörmarke „Sturmflut“ steht dabei auch sinnbildlich für die Tage nach der großen Flut vor 63 Jahren. Beide Jahreszahlen, 1962 und 2021 haben eine Gemeinsamkeit: „Wir verbinden mit den Namen der Liköre den Fokus auf den Blick nach vorne und auf das Weitermachen“, unterstreicht Dennis Klamt.

Übrigens findet sich die Sturmflut von 1962 auch in dem Warenhaus in der Cuxhavener Innenstadt wieder. „Bei uns bekommen die Kunden die-

se Geschichte erzählt“, erklärt Dennis Klamt. Und einer dieser Kunden war einst Ralf Hawig. Er ließ sich begeistern und nahm die Schnäpse und Liköre ins Hawig-Sortiment auf. Das E-Center im Porta Markt ist auch der einzige Händler weit und breit, der die Sturmflut-Köstlichkeiten anbietet.

Übrigens: Wer genau auf die bauchigen Flaschen schaut, entdeckt, dass die Etiketten aus 1962 erschienenen Zeitungsartikeln hergestellt worden sind. Auf diesen Etiketten stehen aber nicht mehr nur die Schreckensmeldungen von damals, sondern auch die außergewöhnlichen Geschmacksrichtungen wie „Sturmfeuer Haselnuss-Kakao-Pfefferminz“ oder „Plankenlack-Lakritz-Likör“. Und natürlich auch der Evergreen, mit dem man sich den Nordsee-Urlaub nach Hause holt – der Helgoländer Aquavit.

Der Klassiker im Sortiment ist Sturmfeuer. Was dieses Geschmackserlebnis so besonders macht? „Das ist ein Schnaps, der dreimal unterschiedlich schmeckt. Nachdem er 20 Sekunden gebrannt hat, wird er in drei Schlucken getrunken“, beschreibt Dennis Klamt. Auch sehr beliebt ist der „Deichbruch Karamell-Salz-Likör“.



☎ 0175 201 7015

🌐 www.elektro-pf.de

✉ info@elektro-pf.de



- ✓ Moderne Elektrotechnik für Bauherren und Hausbesitzer
- ✓ Beratung. Planung. Installation.
- ✓ Elektrotechnik aus OWL persönlich & zuverlässig

Sicher. Schnell. Zuverlässig.



Frischer Fisch eignet sich für alle möglichen Zubereitungsarten und ist wegen der Omega-3-Fettsäuren sehr gesund.

DER GESUNDE SOMMERGENUSS

Nicht lang schnacken, Fisch einpacken. Und das mit einem guten Gewissen.

Im Sommer sind folgende Fischarten frisch erhältlich:

- Makrele
- Sardinen
- Heilbutt
- Thunfisch
- Zander
- Forelle

Diese Fische sind in der Regel in den Sommermonaten am besten.

VORTEILE FÜR VERBRAUCHER:

Frische: Höhere Qualität und besserer Geschmack.

Nährstoffe: Reich an Omega-3-Fettsäuren, Proteinen und Vitaminen.

Nachhaltigkeit: Saisonale Fische sind oft umweltfreundlicher gefangen.

Vielfalt: Abwechslungsreiche Zubereitungsmöglichkeiten.

Zubereitung: Grillen, Braten, Dämpfen oder im Ofen backen sind empfehlenswerte Methoden.

Dorade: frisch, mild im Geschmack, ideal zum Grillen.

Makrele: reich an Omega-3-Fettsäuren, gut zum Räuchern oder Braten.

Zander: festes Fleisch, perfekt für Pfannen- oder Ofengerichte.

Heilbutt: zart, eignet sich gut zum Dämpfen oder Grillen.

Die Matjessaison ist in vollem Gange, aber an der Frischfischtheke im E-Center Hawig tummeln sich noch viele weitere saisonale Highlights.

Neben der Vielzahl an Köstlichkeiten gibt es an der Frischfischtheke natürlich auch die saisonalen Klassiker wie Dorade, Makrele, Sardinen, Heilbutt, Thunfisch, Zander und Forelle. Allesamt entfalten diese in den Sommermonaten ihren besten Geschmack.

Frischer Fisch bietet nicht nur unvergleichlichen Genuss, sondern auch zahlreiche Vorteile: Er überzeugt durch seine hohe Qualität, ist reich an wertvollen Nährstoffen wie Omega-3-Fettsäuren und Proteinen und durch die Entscheidung für saisonalen Fisch unterstützt man die nachhaltige Fischerei.

Ein Sommer-Klassiker ist eine langsam und schonend gegrillte Dorade. Gefüllt mit Rosmarin, Thymian und Zitrone holt man sich den Geschmack des Mittelmeeres auf die Terrasse. Gleiches gilt für die Makrele, die sich wegen ihres festen Fleisches wunderbar zum Grillen eignet.

Auch Süßwasserfische wie Forelle und Zander entfalten ihren tollen Geschmack bei vielen verschiedenen Zubereitungsmöglichkeiten. Lassen Sie

sich an der Frischfischtheke beraten und zu einer leichten Sommerküche mit Fisch inspirieren.

Oder wie es die Spezialisten des Hawig-Frischfisch-Lieferanten „fischwerker“ ausdrücken: Nicht lang schnacken, Fisch einpacken. Und das mit einem guten Gewissen: MSC- und ASC-zertifizierte Fischwaren sind den „fischwerkern“ besonders wichtig. Gefangen und gezüchtet wird ausschließlich umweltschonend.



Makrelen haben nur ganz wenige Gräten.



Thanh Van Nguen kennt die Vorzüge der Dorade. Mit dem Fisch aus dem Mittelmeer holt man sich das mediterrane Lebensgefühl auf den Tisch.

DEIN COLA-MIX AUS DER REGION

Barrenia ist der perfekt abgestimmte Mix aus spritziger Cola und fruchtiger Orange.

Mit „Barrenia“ präsentiert die Privatbrauerei Barre die regionale Alternative für alle Cola-Orange-Fans: ein perfekt abgestimmter Mix aus spritziger Cola und fruchtiger Orange mit zwei Prozent Fruchtgehalt, hergestellt mit Gebirgsquellwasser aus dem Wiehengebirge – wie alle Produkte der Lübbecker Familienbrauerei.

Das Ergebnis? Ein Erfrischungsgetränk, das mit seiner Qualität und seinem unverwechselbaren Geschmack generationenübergreifend begeistert – regional, einzigartig und mit der Leidenschaft, die Barre seit 1842 auszeichnet.

Und wer sich gleich mit einem größeren Vorrat Barrenia für die heißen Sommertage eindecken möchte, der ist immer mittwochs im E-Center richtig. Da gibt es den 24er Kasten Barrenia zum Spezialpreis.



Die Barre-Privatbrauerei ist ein starkes Stück Mühlenkreis.



Nico Hawig überreicht den symbolischen Scheck über den Spendenbetrag an Vertreterinnen des Ambulanten Kinder- und Jugendhospizdienst Minden-Lübbecke.

SPENDENTÜTEN FÜR HERZENSPROJEKT EIN VOLLER ERFOLG

Nach Ostern blieb einiges an Schoko-Osterhasen und Süßem übrig. Deshalb hat sich das E-Center Hawig eine besondere Aktion überlegt: Für fünf Euro wurden Spendentüten verkauft. 135 Hawig-Kunden griffen für den guten Zweck

zu, außerdem kamen noch 137 Euro an Extra-Spenden zusammen. Der aufgerundete Betrag kommt nun einem Herzensprojekt der gesamten Hawig-Familie zugute. Wir bedanken uns bei unseren tollen Kunden!

SPARAKTION VOM 01.-31.07.2025

30%
RABATT AUF DAS
WASCHPROGRAMM
VERWÖHNEN

**AUF UNSERE
WEBSEITE GEHEN, CODE
MERKEN UND SPAREN!**

Einfach auf unsere Webseite gehen unter
www.meinautospa.de/porta-code,
den Code merken, bei der nächsten
VERWÖHNWÄSCHE nennen und 6 Euro sparen!

tip-top
Die sanfte Textilwäsche

tip-top Porta Westfalica
An der Weide 4 | 32457 Porta Westfalica
Direkt gegenüber EDEKA Center Hawig

Goldankauf

Professionell, diskret mit Handschlagsqualität!

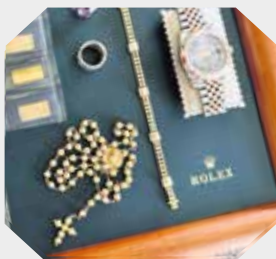
Eckhard Theiß – Ihr Experte für Schmuck & Edelmetalle
Seit vielen Jahren bin ich auf den Ankauf von Schmuck, Gold, Silber und Edelmetallen spezialisiert.

Meine Kundinnen und Kunden schätzen besonders meinen schnellen, unkomplizierten und fachkundigen Service – stets transparent, diskret und fair.

Ich nehme mir Zeit für eine ehrliche Einschätzung und begleite Sie persönlich – vom ersten Gespräch bis zur sicheren Abwicklung.



Schmuck



Modeschmuck



Altgold



Zahngold



Silber



Münzen



Uhren



Barren



Zinn



Besteck



So geht's



Gegenstände zu uns bringen.



Unverbindliches Angebot



Auszahlung in bar oder Echtzeitüberweisung

Porta Goldankauf

Portasträße 108a
32457 Porta Westfalica
(Direkt am Kreisel)

Öffnungszeiten

Mo. - Fr. 10-17 Uhr
Sa. 10-13 Uhr
& Hausbesuche

Telefon

0571 / 26783
0157 384 620 97



Porta_Goldankauf



www.theiss-porta.de





Ein Apfelbaum weist im E-Center Hawig den Weg zu den leckeren und nachhaltigen Limonaden und Eistees von Limoment.

DIE NATURLIMO OHNE SCHNICK- SCHNACK

Die Zutaten sind zu 100 Prozent natürlich. Deshalb kommen die Limonaden und der natürliche Eistee von Limoment auch ganz ohne den Zusatz von Zucker oder Süßungsmitteln aus. „Bei uns sind nur die Früchtchen süß“, heißt es vom Team des Bielefelder Herstellers. Die Idee kam Gründer Janosch Kriesten vor elf Jahren. Inspiriert durch den Duft vom Rosenstrauch und Minzbusch im eigenen Garten. Was klassisch als Garagen-Start-up begann, hat sich längst einen Namen gemacht und ist schon lange keine „Trendbrause“ mehr. Nach den ersten beiden Geschmacksrichtung Apfel-Minze und Apfel-Rose sind in Bielefeld viele weitere entstanden und haben viele Liebhaber gefunden.

Was ist neben dem Geschmack das Beste an Limoment? „Unser Fokus liegt auf einer nachhaltigen und heimischen Produktion“, sagt Gründer Janosch Kriesten. Denn das gesamte Obst, das in den stillvollen Limomentflaschen landet, stammt von Obstbauern aus der Region. Oder wie es das Limoment-Team umschreibt: „Unsere Äpfel und Birnen können von ihrem Baum fast schon in ihre Flasche gucken.“





Damit Ihr Auto genauso strahlt wie Sie nach Ihrem Einkauf im E-Center Hawig!

- Express-Pflege
- Waschstraße
- KFZ-Aufbereitung
- SB-Waschboxen

Lübbecker Str. 2c (direkt neben Mc Donalds) · 32429 Minden · www.hit-autowaschcenter.de



Flurweg 11 | 32457 Porta Westfalica
T 0571 5090405 | F 0571 5090407
info@apothekeimportmarkt.de
www.apothekeimportmarkt.de



Apotheke im Porta Markt

Ihre
Gesundheit
im
Lebensmittelpunkt!

Ihr ehrbarer Versicherungskaufmann

Friedrich Walther
Versicherungsfachmann (BWV)
Makler der Assekuranz
D-OS6E-AVIU8-56



Friedrich Walther
VERSICHERUNGEN
& IMMOBILIEN GMBH

32547 Bad Oeynhausen · Kappenberger Hang 1
Telefon: 05731 / 79 62 00 · Mobil: 0170 / 49 12 103
www.fw-assekuranzmakler.de · E-Mail: friedrich.walther@fw-assekuranzmakler.de



**Kälte-Klima
Wärmepumpentechnik**

**Ihr Meisterbetrieb
für Kälte-, Klima-
und Wärmepumpen-
technik in Vlotho**



KÄLTETECHNIK



KLIMATECHNIK



WÄRMEPUMPEN
TECHNIK



Seit 2008 sind wir Partner für Industrie, Gewerbe und private Auftraggeber.

Wir beraten, planen, konzipieren und führen aus.

Als Kälte-Klima-Meisterfachbetrieb sind wir Mitglied des VDKF.

ColdTec Kälte-Klima
Wärmepumpentechnik GmbH
Im Kalbersiek 38 · 32602 Vlotho
Telefon 05733 - 9632812




www.coldtec.de



Nico Hawig, Roksana Schiller, Joana Gaasch und Kita-Leitung Silke Thiele freuen sich auf die Pflanzaktion.

WOHER KOMMEN EIGENTLICH RADIESCHEN?

E-Center Hawig unterstützt die Kita Krokodil mit Gemüsebeeten.

Im Rahmen der Initiative „Aus Liebe zum Nachwuchs“ rief die EDEKA im Jahr 2008 das Projekt „Gemüsebeete für Kids“ ins Leben.

Seither lernen Vorschülerinnen und Vorschüler in Kindergärten und -tagesstätten im ganzen Land spielerisch und mit allen Sinnen am eigenen Hochbeet, wie Gemüse wächst und gedeiht. Und natürlich, dass Karotten, Kohlrabi und Kopfsalat jede Menge Pflege benötigen, bevor

sie auf den Tellern landen können. So schärft die EDEKA das Bewusstsein der Kleinsten für wertvolle Nahrungsmittel und ausgewogene Ernährung.

Theorie ist gut. Praxis ist unschlagbar – und die soll richtig Spaß machen: Bei dem Projekt werden die Kinder selbst zu Gärtnern. Sie buddeln, harken, gießen und legen so, gemeinsam mit einem geschulten Team im Auftrag der EDEKA Stiftung, Gemüsehochbeete an. Die Kleinen übernehmen Verantwortung für ihr Beet. Und erhalten dazu Setzlinge, Pflanzensamen, Schürzen und Gießkannen sowie begleitende Lernmaterialien.

Frühkindliches Lernen und Erleben ist der Schlüssel für nachhaltige Bildung – und der Kern des ernährungspädagogischen Konzepts. Die Kids profitieren vom aktiven Naturerlebnis und von abwechslungsreichem, altersgerecht aufbereitetem Ernährungswissen. Selbstverständlich engagiert sich auch das E-Center Hawig bei dieser Aktion und arbeitet hier mit der Kita Krokodil am Erbeweg in Minden zusammen. Insgesamt erreichten die mehr als 26.000 Aktionen deutschlandweit bislang mehr als zwei Millionen Kita-Kinder in rund 1.800 Städten.



Thomas Napierala gewann das Manuel-Neuer-Trikot mit Originalunterschrift.

EIN GEWINNSPIEL-HIGHLIGHT

Gemeinsam mit der Pflegelinie „newkee“, die Manuel Neuer - der Bayern-Torwart und Schalker Pokalheld von 2011 -, gemeinsam mit der früheren Wimbledon-Siegerin Angelique Kerber gründete, verlost das E-Center Hawig über seinen Instagram-Kanal ein original unterschriebenes Trikot von Manuel Neuer. Von

den mehr als 350 Teilnehmern fiel dann das Los schließlich auf den glücklichen Gewinner Thomas Napierala.



Auf seinem Instagram-Kanal verlost das E-Center Hawig ständig tolle Preise. Schauen Sie mal vorbei!

**Ihr Meisterbetrieb
mit Fachgeschäft**
MALER MEIER
Lahde
☎ 0 57 02 / 10 00
Nienburger Straße 19

Seit über 60 Jahren
SCHMITZ
Frischgeflügel
Eier und Wild Spezialitäten
Im Gewerbepark 1
32479 Hille-Hartum
Tel (0571) 8891130
www.gefluegel-schmitz.de



Wir bedanken uns für die gute Zusammenarbeit und wünschen dem E-Center Hawig weiterhin viel Erfolg!



DÜKER
WASSER & WÄRME
Inh. Benjamin Munker

Kreisstraße 12a | 32457 Porta Westfalica
Tel. 0571/50 855 91 | E-Mail: info@dueker-porta.de
www.dueker-porta.de



... von Anfang an!

10€*

Gutschein

ab einem Einkaufs-
wert von 50 €



810014891

*Gültig bis zum 31.07.2025 bei BabyOne in Porta Westfalica. Ausgeschlossen sind Stokke, Bücher und Gutscheine. Nicht kombinierbar mit anderen Aktionen und nicht für bestehende Aufträge.

**Erstklassig
in Service &
Beratung!**

Alles für einen 
glücklichen Start

- ♥ Baby- und Kinderausstattung
- ♥ Persönliche Beratung vor Ort
- ♥ Qualität zum Sparpreis
- ♥ Exklusive Services & Garantien

Buche jetzt deine
persönliche Beratung
im Fachmarkt!



Online & über 100 Fachmärkte - auch in deiner Nähe!

BabyOne Fachmarkt für Baby- und Kinderbedarf OWL GmbH • Feldstraße 20b
(gegenüber des E-Centers Hawig) • 32457 Porta Westfalica • babyone.de

8 – 21

Öffnungszeiten: Täglich von 8 bis 21 Uhr. Außer sonntags. Jeden Montag „Stiller Montag“, einkaufen mit mehr Ruhe, mehr Achtsamkeit und noch mehr Wohlfühlatmosphäre.

6.000

Verkaufsfläche: ca. 6000 Quadratmeter

Zahlen & Fakten

Shops im E-Center Shop

Depot, Thalia, Eat Happy, Tchibo

1x im Monat

Gewinnspiele mindestens einmal im Monat

150

Mitarbeiter: 150 (E-Center Hawig + Fresh365 Service GmbH)

40.000

mehr als 40.000 Produkte im Sortiment

Weitere Einkaufsmöglichkeiten unter einem Dach:

Café Wilhelm, Die Fischerwerker, Vodafone, O2, Telekom, Ernstings Family (seit Juli mit verdoppelter Verkaufsfläche), Smyths Toys, Apollo Optik, Friseur Klier, Apotheke im Porta Markt, Textilreinigung Stichweh, PM Service (Schlüsseldienst, Gravuren, Schilder, Batteriewechsel und Schumacher), Lotto-Toto Uphoff mit Paketshop, diverse Imbissangebote, Nagelstudio Glamour, Blumenhandel Janiflor.

6

Ladesäulen, mit 12 Ladepunkten (Anbieter Allego)

Großes GEWINNSPIEL!

MIT WELCHER FUSSBALLMANNSCHAFT GEWANN MANUEL NEUER 2011 DEN DFB-POKAL?

- a.) Bayern München
- b.) FC Schalke 04
- c.) Deutsche Nationalmannschaft

Diesmal zu gewinnen Jägermeister Zapfanlage 1-Bottle Tap Machine



Bitte am Infotresen im E-Center Hawig abgeben!

Machen Sie mit, lösen Sie das Quiz und geben Sie den Gewinncoupon bis zum 2. August 2025 ab!

Lösung:

Name:

Adresse:

E-Mail:

Telefonnummer:

Teilnehmen kann jeder ab 18 Jahre, ausgenommen sind Mitarbeiter und deren Angehörige. Den ausgefüllten Coupon in Ihrem E-Center Hawig abgeben. Abgabeschluss ist der 2. August 2025. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Keine Barauszahlung. Datenschutzhinweis: Wir weisen Sie darauf hin, dass Ihre Angaben ausschließlich zur Bearbeitung Ihrer Teilnahme an der Verlosung von uns gespeichert und genutzt werden. Wir gewährleisten den streng vertraulichen Umgang mit Ihren Daten und werden diese löschen, sobald sie nicht mehr zur Durchführung benötigt werden. Eine Weitergabe Ihrer Daten an Dritte erfolgt nicht. Der Schutz Ihrer Daten hat bei uns oberste Priorität. Wir haben unsere Datenschutzhinweise für Sie aktualisiert und sind daran interessiert, auch weiterhin eine gute Beziehung zu Ihnen zu pflegen und Ihnen Informationen zu unseren Aktionen zukommen zu lassen. Deshalb verarbeiten wir auf Grundlage von Artikel 6 Abs. 1 Buchstabe f der Europäischen Datenschutz-Grundverordnung Ihre Daten. Wenn Sie dies nicht wünschen, können Sie jederzeit bei uns der Verwendung Ihrer Daten widersprechen.