

LINGENER SENIORENZEITUNG

DREHSCHEIBE

Erscheint
vierteljährlich
15. Januar
15. April
15. Juli
15. Oktober

JULI-SEPT | 2026

Die wachsende Bedeutung von Stiftungen

Zwischen Idealismus und Verantwortung

Seite 4

Foto © Richard Heskamp

| Aufstellung Mittagstische | Sprech-ZEIT | 10 Jahre Damaschker Mittagstisch | Biodiversität beginnt vor der eigenen Haustür |

INFORMATIONEN - VERANSTALTUNGEN - AKTUELLES - UNTERHALTUNG

- 2 „Wussten Sie schon, dass...“;
Senioren feiern Altstadtfest
- 3 Vorwort – Dr. Ralf Büring;
Das geht besser
- 4–5 Senioren aktuell – Die wachsende Bedeutung
von Stiftungen
- 6 Senioren aktuell – Die Sprech-Zeit;
Rezept – Türkisches Frühstück
- 7 Senioren aktuell – Krieg in der Ukraine
- 10 Senioren aktuell – Neurosige Tieden;
Lingener Männerquartett – Traumzeit
- 11–14 Veranstaltungen in Lingen
- 14 Senioren aktuell – BEES Workshops
- 15 Senioren aktuell – Schlaganfall
- 16 Senioren aktuell – Wahl zur Seniorenvertre-
tung; Rätsel; Sudoku
- 17 Senioren aktiv – Dreiräder als Alternative
- 18–19 Senioren aktiv – Der Weg der Tugenden
- 19 Senioren aktiv – Mein Freund der Baum
- 20 Senioren aktiv – 10 Jahre Damascher
Mittagstisch für Senioren e.V.
- 21 Senioren aktiv – Übersicht Mittagstische
- 22 Senioren aktiv – Schule gestern und heute
- 23 Plattdeutsch – Erwin vertellt!
Gedicht

In den nächsten Ausgaben werden weitere redaktionelle Beiträge der Lingener Seniorenverbände vorgestellt. Die nächste Ausgabe erscheint im Oktober 2026.

Wir freuen uns auf Ihre Mitarbeit!

IMPRESSUM

Herausgeber/V.i.S.D.P.	Seniorenvertretung der Stadt Lingen (Ems) Mechthild Goldschmitt mechthild.goldschmitt@online.de
Redaktionsleitung	Johannes Ripperda redaktion.drehscheibe@web.de
Konzept/Gestaltung/Satz	© MEDIENWERKSTATT by Ökotheek GmbH & Co. KG Rheiner Straße 109a, 49809 Lingen (Ems)
Geschäftsführung Kommunikation	Michael Koop T. +49 (0) 591 61075–30 info@medienwerkstatt-lingen.de
Erscheinungsgebiet	Lingen
Erscheinungsweise	vierteljährlich: Januar, April, Juli, Oktober
Erscheinungsdatum	Juli 2026 – 48. Ausgabe
Vertrieb	Kostenlos an verschiedene Auslagestellen
Quellennachweis	Foto Titelseite © Richard Heskamp

Eine Haftung für die Richtigkeit der Bekanntmachung besteht nicht. Namentlich gekennzeichnete Beiträge stellen nicht unbedingt die Meinung des Herausgebers dar. Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck von Anzeigen und Wortbeiträgen ist nicht gestattet und benötigt der ausdrücklichen Genehmigung durch den Herausgeber. Zuwiderhandlungen werden als Verstoß gegen das Urheberrecht und das Wettbewerbsgesetz verfolgt. Alle Preise verstehen sich plus gesetzlicher Mehrwertsteuer. Geringe Farbabweichungen berechtigen nicht zu Preisminde-
rungen oder Ersatzansprüchen.

*Wussten
Sie schon,
dass...*

... dass 1526, vor 500 Jahren, Graf Nikolaus von Tecklenburg († 1541) die Grafschaft Lingen dem Herzog Karl von Geldern als Lehen

übertrug?

Nikolaus benötigte damals einen Verbündeten gegen den Bischof von Münster. Diese Lehensübertragung führte allerdings dazu, dass sein Neffe Konrad von Tecklenburg (1501-1557) 1548 Lingen an Kaiser Karl V. abtreten musste. Von da an begann für die Stadt Lingen und ihr Umland eine wechselvolle Geschichte zwischen spanischen Habsburgern und niederländischen Oranien, die erst 1702 endete.

... dass 1646, vor 380 Jahren, das Danckelmannsche Palais, in dem sich heute das Amtsgericht befindet, in der Burgstraße erbaut wurde?

... dass Lingen im Jahr 1756, vor 270 Jahren, 1.572 Einwohner hatte?.

Text: Dr. Christof Spannhoff, Emslandmuseum Lingen

Seniorenachmittag am Samstag, 19.09.2026

SENIOREN FEIERN ALTSTADTFEST

Der Seniorenachmittag beim Altstadtfest in Lingen am Samstag, 19. September 2026, verspricht erneut ein buntes und unterhaltsames Programm für alle Besucherinnen und Besucher. Von 15 bis 17 Uhr dürfen sich die Gäste auf einen stimmungsvollen Nachmittag freuen.

Für die musikalische Unterhaltung sorgen "Die Spätzünder", darüber hinaus lädt die Praxis Physio Fastabend mit ihrem „Mitmachprogramm“ dazu ein, gemeinsam aktiv zu werden und mit viel Freude in Bewegung zu bleiben. Auch die Tanzmariechen des Karnevalsverein Lingen werden ihr Können auf der Bühne zeigen.

Karten sind im Vorverkauf für 7,50 Euro erhältlich, an der Tageskasse beträgt der Eintritt 9,00 Euro. Die Karten bitte möglichst im Vorverkauf erwerben, damit der Kuchen- und Platzbedarf besser geplant werden kann. Jede Eintrittskarte ist gleichzeitig ein Los und nimmt automatisch an einer Verlosung mit attraktiven Preisen teil. Im Eintrittspreis enthalten ist außerdem ein Kaffeegedeck mit Kaffee und Kuchen „so viel man möchte“. *Text: Lingen Wirtschaft + Tourismus*

Sehr geehrte Leserinnen und Leser,

gemeinnützige Stiftungen leisten einen bedeutenden Beitrag für den gesellschaftlichen Zusammenhalt und die nachhaltige Entwicklung einer Region. Sie fördern Projekte, die dem Gemeinwohl dienen, unterstützen kulturelle, soziale oder ökologische Initiativen und geben damit wichtige Impulse für das öffentliche Leben. Stiftungen übernehmen gerade auf regionaler Ebene Aufgaben, die staatliche Träger allein nicht abdecken können.

Besonders hervorzuheben ist die langfristige Ausrichtung gemeinnütziger Stiftungen. Anders als kurzfristige und punktuelle Förderprogramme verfolgen sie langfristige Ziele und sind häufig für die Ewigkeit gedacht. Durch ihr Wirken stärken Stiftungen das Ehrenamt, fördern Bildungschancen und helfen dabei, kulturelles Erbe und natürlichen Lebensraum zu bewahren. Gleichzeitig schaffen sie Räume für Begegnung und gesellschaftlichen Dialog.

Darüber hinaus fördern Stiftungen das Verantwortungsbewusstsein innerhalb der Gemeinschaft vor Ort. Bürgerinnen und Bürger, Unternehmen aber

auch Institutionen werden motiviert, sich aktiv für ihre Region und die in ihr lebenden Menschen einzusetzen.

In einer Zeit wachsender gesellschaftlicher Herausforderungen gewinnen

gemeinnützige Stiftungen daher zunehmend an Bedeutung. Lingen selbst, aber auch die Region, kann sich über das Wirken der Stiftungen freuen. Wir alle sind den Stifterinnen und Stiftern, die Vermögen für eine gute Sache eingebracht haben, zu großem Dank verpflichtet. Mögen die Stiftungen auch in Zukunft Gutes tun!

Dr. Ralf Buring

Vorstandsmitglied der HEH Essmann Stiftung



Foto © privat

Kreuzung Georgstraße/Kaiserstraße/Nordstraße

DAS GEHT BESSER: RADLER IN GEFAHR

Erst auf den zweiten Blick offenbart sich eine tückische Gefahrenquelle unserer Stadt: die Kreuzung Georgstraße/Kaiserstraße/Nordstraße.

Kribbelig ist es besonders an der Justizvollzugsanstalt (JVA) Lingen. Und zwar dann, wenn Autofahrer an der Ampel in Höhe der roten Gefängnismauer nach rechts abbiegen wollen, aber Radfahrer, Fußgänger oder Rollstuhlfahrer gleichzeitig geradeaus fahren möchten. Für alle Verkehrsteilnehmer zeigt die Ampel nämlich grün. An dieser Stelle kommt es immer wieder zu gefährlichen Begegnungen, wenn der Rechtsabbieger die (weitaus schwächeren) Radler – sie dürfen auch die Fahrbahn nutzen – und Fußgänger übersieht. Der Rad- und Gehweg ist zwar gut 2,60 Meter breit, an der Mauer-Einmündung jedoch schlecht einzusehen. Dazu gesellt sich die Ungewissheit, ob der Rechtsabbieger einen heute wohl rechtzeitig wahrgenommen hat?

Elegante Abhilfe: Man könnte die Ampelphasen – auch wenn der Bahnübergang eine starke Rolle spielt – an den Rechtsabbiegespuren so optimieren, dass Autos nicht gleichzeitig mit Radlern und Fußgängern Grün haben.

Text und Foto: Wilhelm Schmitte



Gefahrenstelle: Rechtsabbiegende Fahrzeuge sind an der Kreuzung Georgstraße/Kaiserstraße für Radler, Fußgänger und Rollstuhlfahrer nicht ungefährlich.

Foto © Wilhelm Schmitte



Foto © Wilhelm Schmitte

Ulrich Hippel, Vorstandssprecher der HEH Essmann Stiftung.

Zwischen Idealismus und Verantwortung

DIE WACHSENDE BEDEUTUNG VON STIFTUNGEN

„Wir bekommen für jede Spende ein Echo zurück.“ Diese Rückkopplung und das Wissen um die Dankbarkeit der Empfänger machen für Ulrich Hippel den beson-

deren Reiz seines Einsatzes aus. Der 61-Jährige aus Schepsdorf ist Vorstandssprecher der HEH-Essmann-Stiftung. Eine von sechs Lingener Stiftungen. Wohl die Finanzstärkste.

Adresse der neuen Geschäftsstelle ist seit Juli 2025 Am Neuen Friedhof 27. Es ist das einstige Wohnhaus der Familie. Nach behutsamer Renovierung ist ferner der Treffpunkt „conterra“ entstanden. Den Raum können Vereine, gemeinnützige Institutionen und Gruppen, die sich im Sinne der Stiftung engagieren, nutzen.

Eine Oase ist nebenan der neu angelegte Park mit Quellbrunnen und Wasserlauf, Obstwiese und Heidelandschaft. Im Frühjahr folgt noch ein Kräutergarten. Alles mit Erklärungen auf kleinen Tafeln. „Lingener können tagsüber in den Garten gehen und sich informieren“, fügt Hippel an. Naturschutzbildung vor der Haustür.

Der Diplom-Kaufmann und Steuerberater hat die (inzwischen verstorbene) Essmann-Familie noch persönlich kennen gelernt. „Heimat- und naturverbunden, bodenständig eben“, charakterisiert er die drei (Heinrich, Eva-Maria und Sohn Heiner). Dabei hat Heinrich, einst Gründer und Inhaber der Getränke Essmann GmbH in Lingen, die Nachlass-Weichen frühzeitig gestellt. Erträge des Unternehmens fließen in die Stiftung. Diese möchte mit entsprechenden Finanzspritzen die heimische Fauna und Flora bewahren, die Natur schützen, Denkmäler erhalten, Brauchtum pflegen sowie soziale und sportliche Projekte fördern. Neben seiner Firma und Familie sind für Essmann zeit seines Lebens die Jagd und der Fußball seine großen Leidenschaften.

70 und mehr Anträge auf Unterstützung erreichen den dreiköpfigen Stiftungsvorstand, Geschäftsführung und Kuratorium im Jahr. Da fällt die Auswahl manchmal nicht leicht. „Der Vorstand entscheidet“, sagt Hippel. Seit Gründung der Stiftung sind es

mittlerweile 350 Projekte gewesen, die insgesamt 1,5 Millionen Euro erhalten haben.

Bezeiten hat Heinrich Essmann sein Vermächtnis geregelt – bis in kleinste Details. Beispielsweise hängen in der Diele der Geschäftsstelle über den Kamin Gehörne. Schließlich ist Essmann passionierter Waidmann gewesen. Im ehemaligen Wohnzimmer überrascht ein Auerhahn-Bild, gemalt von Sohn Heiner. Daneben Gemälde und Fotos von emsländischen Landschaften, Höfen und Heuerhäusern.

„Wir möchten so weitermachen wie bisher.“ (Ulrich Hippel)

Welche Meilensteine hat Ulrich Hippel in besonderer Erinnerung? „Die wiederholte Förderung der Lingener Welt-Kindertheater-Feste und die zweite Auflage der Benefizregatta ‚Rudern gegen Krebs‘ auf dem Dortmund-Ems-Kanal.“

Welche Pläne für die Zukunft gibt es? „Wir möchten so weitermachen wie jetzt. Und dafür sorgen, dass der Stiftung genug Mittel zur Verfügung stehen.“ Nur dann kommt ein wohlgefalliges Echo zurück. Idealismus paart sich hier mit Verantwortung.

Lingener Bürgerstiftung

Zweck: Initiieren und Fördern von gemeinnützigen Projekten in den Bereichen Bildung, Erziehung und Wissenschaft, Jugend und Sport, Hilfen und Angebote für Senioren, Kunst, Kultur und Denkmalpflege, Umwelt-, Naturschutz und Landschaftspflege, Heimatpflege, Integration und interkulturelle Beziehungen.

Projekte: u. a. Arts by Children (Kulturnachmittag), Springseile für Lingener Grund- und Sonderschulen, Geld für den Verein KIMBA, Kunstverein Lingen, Welt-Kinder-Theaterfest (WKT), Heimatverein Darne/Schepsdorf (Wiederherstellung Jesuskreuz), Motorikpark Kiesbergwald.

Gegründet: 2003, Sitz Lingen.

Vorstand: Matthias Hopster (Vorsitzender) und Paul Roosmann (Stellvertreter).

Info: lingener-buergerstiftung.de

Johannes-Schlütke-Stiftung

Zweck: Gemeinnützig und mildtätig. Das Geld fließt in zwei Teilen in die Projekte Nah und Fern.



Der neue Park am Sitz der Essmann-Stiftung ist der Öffentlichkeit zugänglich.

Foto © Wilhelm Schmitte

Projekte: Unterstützung des Christophorus-Werks Lingen, in diesem Fall den Familienentlastenden Dienst. Angeschafft wurden eine Sitzbank, Spiele, Ruhesessel und Freizeitmaterialien. Hilfe für das Partnerschaftsprojekt Bukuumi (Uganda) der Kirchengemeinde St. Josef Lingen-Laxten. Es geht dabei um eine Grundschule, einen Kindergarten und ein Waisenhaus. Kauf einer Maismühle.

Gegründet: 2020, Sitz Lingen.

Vorstand: Marianne Schlütke-Bührs und Ralf Bührs.

Info: johannes-schlütke-stiftung.de

HEH Essmann Stiftung

Zweck: Stiftung soll helfen die Einheit und Vielfalt der heimischen Fauna und Flora zu bewahren, zu pflegen und auszuweiten. Unterstützung von Wissenschaft und Forschung in den Bereichen Umwelt, Natur und Landschaftspflege. Mildtätig.

Projekte: u. a. Hilfe beim Erwerb einer Ultraschallsonde für das Bonifatius Hospitals Lingen, Förderung des Literaturwettbewerbs, des Linger Marionettentheaters, der DLRG Lingen, der Linger Rudergesellschaft.

Gegründet: 2017, Sitz Lingen.

Vorstand: Ulrich Hippel (Vorstandssprecher), Dr. Ralf Büring und Manfred Wellen (Vorstandsmitglieder).

Info: essmann-stiftung.de

Lethmate Stiftung

Zweck: Förderung von Kindern und Jugendlichen – insbesondere in den Bereichen Bildung und Musik. Unterstützung individueller Talente, musikalischer Initiativen, Bildungsprojekte und kultureller Maßnahmen in der Region Lingen und dem Emsland.

Projekte: Präventionsprogramme an Schulen, Musicalprojekte, Kinderhospiz, Selbstverteidigungskurse, Hochschulstipendien, regionale Musikvereine.

Vorstand: Felix Lethmate und Christian Macke.

Sitz: Wietmarschen.

Info: lethmate-stiftung.de

Johann-Alexander-Wisniewsky-Stiftung

Zweck: Unterstützung großer und kleiner Kultur- und Bildungsprojekte sowie der Hospizarbeit im Emsland.

Projekte: Sanierung eines jüdischen Bethauses, Finanzspritzen für Ausstellungen oder Theaterprojekte sowie für die emsländischen Hospizvereine, Stiftungsprofessur für die Hochschule in Lingen, für das Theaterpädagogische Zentrum (TPZ) in Lingen und für die Erforschung der emsländischen Geschichte.

Gegründet: 1995, Sitz Lingen.

Vorstand: Dr. Andreas Mainka, Petra Petzold, geb. Wisniewsky, Tochter des Stiftungsgründers, Maria Borgmann, Martin Gerenkamp, Thomas Diepenbrock.

Info: wisniewsky-stiftung.de

Ludwig-Windthorst-Stiftung

Zweck: Förderung von Wissenschaft und Forschung, Bildung und Erziehung, Kunst und Kultur.

Projekte: Finanzielle Unterstützung von Personen und Einrichtungen, Vergabe von Stipendien an junge Menschen, Durchführung von Veranstaltungen mit gesellschaftspolitisch relevanten Themen sowie wissenschaftliche Betrachtung des Wirkens von Ludwig Windthorst.

Gegründet: 1982.

Vorstand: Christian Fühner und Katharina Pötter.

Info: lw-stiftung.de

Text und Fotos: Wilhelm Schmitte

Zahlen und Fakten

Bundesweit gibt es 26349 Stiftungen (2024), in Niedersachsen sind es 2623.

89 Prozent sind steuerbegünstigt und verfolgen gemeinnützige, mildtätige oder kirchliche Zwecke. Wichtige Themen: Umwelt-, Natur- und Artenschutz.

Größte Stiftungen: Robert-Bosch-Stiftung (5,4 Milliarden Euro Eigenkapital), Volkswagen-Stiftung (3 Mrd. Euro), Deutsche Bundesstiftung Umwelt (2,8 Mrd. Euro).

Quelle: Bundesverband Deutscher Stiftungen

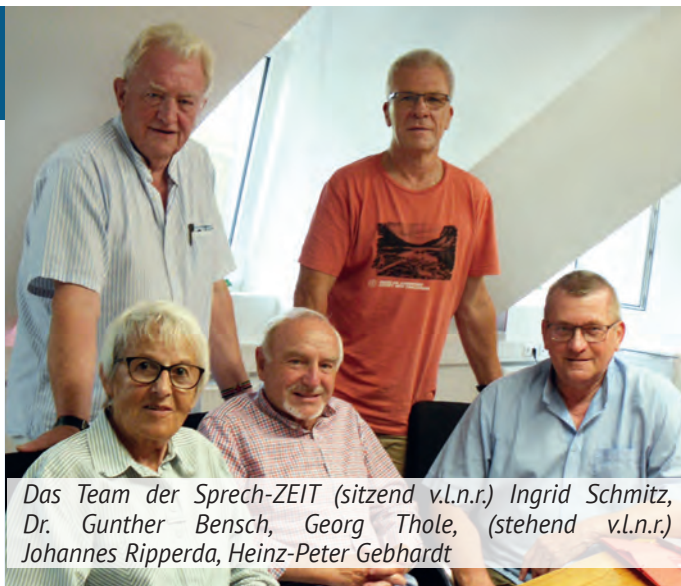
Gesprächsangebot für Senioren in Lingen DIE SPRECH-ZEIT

Im September 2022 wurde von einigen ehrenamtlichen Mitgliedern der Seniorenvertretung in der Stadt Lingen die „Sprech-ZEIT“ ins Leben gerufen mit dem Ziel, besonders älteren Menschen ein Gesprächsangebot zu unterbreiten. Seit diesem Zeitpunkt stehen an jedem Dienstag Vormittag von 09:00 bis 12:00 Uhr Ingrid Schmitz, Heinz-Peter Gebhardt, Johannes Ripperda, Georg Thole und Gunther Bensch in den Räumen des Seniorentreffs GELingen in der Lookenstraße 10 in Lingen für eine Beratung zur Verfügung.

Den ersten Schritt muss jedoch jeder Einzelne zunächst selbst machen: sich überwinden, um Rat zu fragen.

Die „Ratgeber“ sind keine „Experten“ oder „Spezialisten“. Aber sie alle haben ein offenes Ohr für die Sorgen, Nöte und Alltagsprobleme der ratsuchenden Menschen, die sich oftmals allein gelassen und überfordert fühlen.

Als zertifizierte Formularlotsen bieten sie Hilfe beim Ausfüllen von Formularen oder bei Antragstellungen an. Zertifizierte Digitallotsen beantworten gerne Fragen zum Handy, Tablet oder Computer. Sie sind stets aufmerksame und interessierte Zuhörer und Gesprächspartner, wenn z. B. Fragen zur Rente, zu finanzieller Unterstüt-



Das Team der Sprech-ZEIT (sitzend v.l.n.r.) Ingrid Schmitz, Dr. Gunther Bensch, Georg Thole, (stehend v.l.n.r.) Johannes Ripperda, Heinz-Peter Gebhardt

Foto © SVL, Lingen

zung oder zu Hilfen im Haushalt oder in der Pflege gestellt werden. Sie vermitteln weiter an kompetente Institutionen und Spezialisten bei der Stadt, beim SKM, SKF und anderen.

Die Helferin und die Helfer der „Sprechzeit“ können – und das sei ausdrücklich betont – keine Rechtsberatung anbieten. Aber sie haben immer ein offenes Ohr, wenn Seniorinnen und Senioren einfach nur Kontakte knüpfen möchten, um der Einsamkeit zu entfliehen oder Anregungen zu geben.

Die Mitglieder der Seniorenvertretung freuen sich über einen Besuch in der „Sprech-ZEIT“.

Text: Dr. Gunther Bensch, Foto: SVL, Lingen

IN FORM – Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung

IN FORM ESSEN

In dieser Rubrik erhalten Sie ab jetzt Rezepte der BAGSO (Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen e.V.) aus dem Projekt IN FORM, Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung



TÜRKISCHES FRÜHSTÜCK

Zutaten für 1 Portion: 50 g Feta, 20 g schwarze Oliven, 1 TL Honig, 2 Tomaten, 2 TL Marmelade, 300 g Wassermelone, 1 kleine Gurke, 150 g Naturjoghurt 3,5% Fett, 125 g Fladenbrot

Nährstoffe:

838 kcal, 119 g Kohlenhydrate, 25 g Fett, 30 g Eiweiß

Zubereitung:

Die Tomaten und die Gurke klein schneiden, diese mit Feta, Oliven und Wassermelone auf einen Teller dekorativ anrichten. Den Honig mit Naturjoghurt verrühren, im Glas anrichten, dazu Brot und Marmelade reichen. Dazu wird süßer, starker, schwarzer Tee getrunken.

Quelle: IN FORM Deutschland; Foto: pixabay.com

Wie leben die Menschen damit?

KRIEG IN DER UKRAINE

Foto © лановецька міська рада - Rat der Stadt Lanivtsi



Der Ortseingang von Lanivtsi.

Nur wenige von uns haben noch selbst erleben müssen, wie es ist mit Krieg im eigenen Lande zu leben. Hier eine Situationsbeschreibung, wie die Menschen in unserer ukrainischen Partnerstadt Lanivtsi und im Dorf Juskivzi ihr Leben gestalten.

Es ist für mich immer wieder erstaunlich, mit welcher Zuversicht die täglichen Abläufe von statten gehen. Zwar gibt es immer wieder Luftalarm, dazwischen findet aber offensichtlich ein fast normales Leben statt.

So wurde zum Beispiel in Lanivtsi mit viel Einsatz ein Stadtpark neu angelegt und der Ortseingang (s. Foto) mit einem aufwändig gestalteten Schriftzug aus Feldsteinen hergerichtet. Eine weitere Aktion ist die Herrichtung einer Gedenkstätte für die im zweiten Weltkrieg ermordeten 1.833 Personen jüdischer Herkunft. Daran hat sich auch der Lingener „Freundeskreis der Ukrainefahrer“ mit einer Spendenaktion beteiligt.

Beispielhaft ist auch die Installation einer Solaranlage am Krankenhaus in Lanivtsi. Da die Infrastruktur durch russische Raketenangriffe immer wieder zerstört wird diese Maßnahme von besonderer Wichtigkeit.

Andererseits muss leider festgestellt werden, dass besonders die Kinder unter den häufigen Luft-

alarmen leiden. Immer wieder muss die Schulunterricht unterbrochen und die Kinder in Schutzräumen in Sicherheit gebracht werden. So berichtet mir ein befreundeter Vater, dass seine 9-jährige Tochter bei Luftalarm schreiend in den Keller flüchtet. Sein jüngerer Sohn ist stark traumatisiert und will nicht sprechen. Mit unserer finanziellen Unterstützung kann der Junge therapiert werden.

In Juskivzi wurde vor mehr als einem Jahr der „Longivety Club“ ins Leben gerufen, ein Treffpunkt für ältere Menschen. Für ein Dorf mit 1.200 Einwohnern sicher eine Besonderheit (ausführlicher Bericht in der „Drehscheibe Juli 2025“). Außerdem wurde die Schule in diesem Dorf saniert und modernisiert und kann heute als die bestausgestattete Schule im weiten Umkreis angesehen werden. Eine Freundin aus dem 60 km entfernten Ternopil (rd. 225.000 EW) berichtete Anfang des Jahres über Stromsperrn „ab 10:00 Uhr haben wir Strom für 5 Stunden, dann wird es wieder dunkel“. Zu der Zeit herrschten 22° Kälte.

Bemerkenswert ist auch, dass die Bevölkerung für die Versorgung der Soldaten an der Front aufkommen muss. Und so wird immer wieder gekocht und gebacken um die Soldaten mit Verpflegung versorgen zu können und es werden Spenden gesammelt. Daran beteiligen sich sowohl den Senioren wie auch Kinder und Jugendliche.

Die Lebensmittel werden dann in gefährlichen Transporten von ehrenamtlich tätigen Personen an die Front gebracht, wobei auch oft Treibstoffmangel zu bewältigen ist. Und auch Drohnenangriffe bleiben nicht aus. Hilfreich sind natürlich auch Spenden mit lange haltbaren Lebensmitteln und Konserven aus Deutschland.

Aktuelle Berichte sind auch auf der Internetseite des „Freundeskreises der Ukrainefahrer“ (<https://www.freundeskreis-der-ukrainefahrer-lingen.com/>) zu finden.

Text Hajo Wiedorn, Fotos: лановецька міська рада - Rat der Stadt Lanivtsi



Vadislav und Anya Dovgal sammeln Spenden für die Soldaten.

Foto © лановецька міська рада - Rat der Stadt Lanivtsi

Foto © лановецька міська рада - Rat der Stadt Lanivtsi



Bei den Spendensammlungen engagieren sich Senioren, Kinder und Jugendliche gleichermaßen.



**Tickets
bei der
LWT**

❖ Theater an der Wilhelmshöhe – Vorverkauf der neuen Saison ab 1. August

Ab dem 1. August beginnt der freie Verkauf des Theaterprogramms des Fachdienstes Kultur im Theater an der Wilhelmshöhe. Für Eigenveranstaltungen können dann Einzeltickets erworben werden. Auch Inhaber*innen der TheaterCard können dann vergünstigt Theatertickets bekommen. In der AboZeit sind die Eigenveranstaltungen des Fachdienstes Kultur aufgeführt. Diese liegt u.a. an der Info im Neuen Rathaus, in der Stadtbibliothek, im Emslandmuseum, in der Tourist-Info und in der Kulturvilla zur Mitnahme aus. Auf Wunsch schickt der Fachdienst Kultur Interessierten die AboZeit zu.

Besondere Highlights der kommenden Saison sind z.B. die Tanzshow „Beats on Pointe“ mit den Masters of Choreography aus Melbourne Australien, „Der Wal“ mit Torsten Münchow, dem Synchronsprecher von Brendan Fraser, der im gleichnamigen Film die Hauptrolle spielt, und „Die Optimistinnen“ nach dem Roman von Gün Tank.

Inszeniert von der Komödie am Kurfürstendamm ermittelt Sherlock Holmes im Fall Moriarty. In „Blind“ ist eine berührende Geschichte von einer Vater-Tochter-Beziehung zu erleben und mit „Der eingebildete Kranke“ hat sich die Komödie am Altstadtmarkt eines Klassikers von Molière angenommen. Alexandra Kamp gastiert erneut im Theater an der Wilhelmshöhe mit „Alle 7 Wellen“, dem Nachfolgestück von „Gut gegen Nordwind“.

Mit „Hinter den Wolken“ erleben die Zuschauer*innen eine besondere Tanzperformance eines palästinensischen und eines israelischen Tänzers. Wer kraftvollen, modernen Tanz erleben möchte, kommt zu „Ce Que Le Jour Doit À La Nuit – Die Schuld des Tages an die Nacht“ von Hervé Koubi. Der französisch / algerische Choreograph gastiert erneut mit seinem ausschließlich männlichen Ensemble in Lingen. Mit „Die Fledermaus“ ist das Programm auch mit einem Operetten-Klassiker bestückt.

Musikliebhaber*innen dürfen sich ebenfalls auf einige Highlights freuen. Gleich drei Klassik-Konzerte werden im guten Ton, dem Konzert-Wahl-Abo angeboten. Den Saison-Auftakt macht traditionell das Lingener Kammerorchester, dieses Jahr unter dem Titel „Drei Konzerte in Freundschaft“. Das Neujahrskonzert des LKO findet wie gehabt am 2. Sonntag im Januar statt und bietet alles, was an fröhlichen Polkas, berühmten Operettenklassikern und Wiener Walzerromantik nicht fehlen darf. Die Schlesischen Kammerolisten um Christoph Soldan spielen erst Klassik, dann moderne Arrangements. Erstmals hat die Pianistin und gebürtige Lingenerin Julia Hermanski eine Klassikabend unter dem Titel „Julia Hermanski & Friends“ speziell für das Lingener Publikum zusammengestellt. Und selbstverständlich sind die „Jungen Virtuos*innen“ in Kooperation mit der Kunsthalle wieder Teil des Programms.

Mit der südafrikanischen Sängerin Thabilé, dem latein-amerikanischen spielenden Ensemble Quadro Nuevo und der irischen Gruppe Dallahan bietet das Theater eine Bandbreite an Musik-Genres an. So bleibt abschließend das Weihnachtskonzert „Northern Christmas Lights“ des Vokalensembles Lativan Voices zu nennen. Die hochkarätigen Sänger und Sängerinnen sorgen für besinnliche Weihnachtsstimmung, wenn sie sakrale Chormusik mit internationalen Weihnachtsliedern und heidnische Melodien ihrer Heimat Lettland mischen. Dieses abwechslungsreiche Adventsprogramm ist genau das passende zur dunklen Weihnachtszeit und dem Wunsch nach Licht.

Am Theaterfreunde-Stammtisch treffen wie gewohnt diejenigen aufeinander, die gerne, aber ohne Begleitung, ins Theater gehen und dort auf Gleichgesinnte treffen. In der Pause oder vor und nach der Veranstaltung lässt sich über das Stück philosophieren, Erfahrungen austauschen und ein Getränk genießen.

Das gesamte Angebot ist in der AboZeit 2026/2027 und online unter lingen.de/theater zu finden. Sie interessieren sich für gleich mehrere Veranstaltungen? Für die Abo-Vorteile ist es nie zu spät! Die Mitarbeiterinnen des Fachdienstes Kultur beraten gerne zu den verschiedenen Rabatt-Modellen. Eines davon ist die TheaterCard. Sie kostet einmalig pro Spielzeit fünfzehn Euro und berechtigt die Karteninhaber*innen jederzeit im freien Verkauf Tickets mit einem Rabatt von 20% auf den Normalpreis zu kaufen. An der Abendkasse oder bei der LWT können so spontan und flexibel vergünstigte Preise in Anspruch genommen werden.

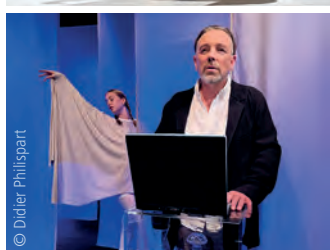
Inhaber*innen der „Juleica“ und der Ehrenamtskarte erhalten einen Rabatt von zwei Euro pro Veranstaltung.

Kontakt:

Fachdienst Kultur, Tel. 0591-9144 411, Mail: kulturamt@lingen.de

❖ Tickets

sind online unter www.lingen.de/theater und in der Tourist-Info der LWT (Neue Straße 3a) erhältlich. Telefonisch können Tickets unter Tel. 0591 9144-144 bestellt werden.



Sonntag, 27.09.2026, 17 Uhr
Jahreskonzert des LKO

Dienstag, 06.10.2026, 20 Uhr
Geld. Gier. Macht.

Mittwoch, 07.10.2026, 20 Uhr
Liebesjahre

Mittwoch, 28.10.2026, 20 Uhr
Der Sohn

Donnerstag, 29.10.2026, 20 Uhr,
Lissi & Herr Timpe

Freitag, 30.10.2026, 20 Uhr
Thabilé

Dienstag, 03.11.2026, 20 Uhr
Familie Flöz: Finale

Donnerstag, 12.11.2026, 20 Uhr
**Schlesische
Kammersolisten**

Dienstag, 08.12.2026, 20 Uhr
Beats on Pointe

Sonntag, 13.12.2026, 17 Uhr
Latvian Voices

Freitag, 08.01.2027, 20 Uhr
Brodas Bros

Sonntag, 10.01.2027, 17 Uhr
**Neujahrskonzert
des LKO**

Mittwoch, 13.01.2027, 20 Uhr
Die Buchspazierer

Freitag, 15.01.2027, 20 Uhr
Der Wal

Sonntag, 17.01.2027, 17 Uhr
Hervé Koubi

Dienstag, 19.01.2027, 20 Uhr
Die Therapie

Freitag, 29.01.2027, 20 Uhr
Die Heimsuchung

Sonntag, 14.02.2027, 19 Uhr
Herr Teufel Faust

Freitag, 19.02.2027, 20 Uhr
Hinter den Wolken

Samstag, 20.02.2027, 20 Uhr
Stimmflut

Dienstag, 23.02.2027, 20 Uhr
Alle 7 Wellen

Donnerstag, 25.02.2027, 20 Uhr
**Ein Klassikabend: Julia
Hermanski & Friends**

Sonntag, 28.02.2027, 20 Uhr
Glanz auf dem Vulkan

Dienstag, 02.03.2027, 20 Uhr
Die Fledermaus

Freitag, 05.03.2027, 19 Uhr
Quadro Nuevo

Sonntag, 07.03.2027, 19 Uhr
Blind

Mittwoch, 10.03.2027, 20 Uhr
**Der eingebildete
Kranke**

Samstag, 13.03.2027, 19 Uhr
Boîtes blanches

Dienstag, 16.03.2027, 20 Uhr
Spiel gewinnt

Sonntag, 18.04.2027, 18 Uhr,
Kunsthalle
Junge Virtuos:innen

Montag, 19.04.2027, 20 Uhr
Sherlock Holmes

Donnerstag, 22.04.2027, 20 Uhr
Dallahan

Donnerstag, 29.04.2027, 20 Uhr
Die Optimistinnen



Die
TheaterCard
– das flexible
Rabattmodell

❖ Das Team des Fachdienstes Kultur der Stadt Lingen (Ems) informiert und berät gerne zu den Abo-Modellen und der TheaterCard unter Tel. 0591 9144-411 oder kulturamt@lingen.de



Plattdeutsches Theater am 21. bis 23.08.2026 abends am Heimathaus Darne

NEUROSIGE TIEDEN

Einmal eine andere Rolle spielen, sich künstlerisch betätigen – viel Spaß und gute Laune sind garantiert, wenn die Theatergruppe auch in diesem Jahr wieder zum plattdeutschen Heimat- und Theaterabend einlädt.

Neurosige Tieden kehren in Darne ein. Wie empfängt man Besuch in einer Nervenklinik, ohne dass der Besuch merkt, dass er in einer Heilanstalt ist? Ein Wechselspiel zwischen Klappe und einer Villaresidenz wird aufgezogen um die Mutter der Insassin Agnes, Frau Adolon, zu beruhigen. Die Liebe kommt hierbei natürlich auch nicht zu kurz. Der zwangsneurotische Hans muss den langjährigen Lebenspartner spielen.

Das Stück verspricht wieder jede Menge Lacher und die Laienschauspieler halten so die plattdeutsche Sprache auch bei den „Nachwuchskräften“ am Leben. Natürlich spielen die Kinder wieder mit und bereichern mit ihren gewitzten Sprachelementen.



Foto © Roman Starke

Gespielt wird erstmalig auf der neuen Bühne am Heimathaus. Ein ganz neues Ambiente in harmonischer Atmosphäre unter den Eichen.

Die Aufführungen sind am 21. bis 23.08.2026 abends. Am Sonntag gibt es natürlich wieder eine Nachmittagsaufführung. Karten im Vorverkauf sind seit dem 23.06.2026 an den bekannten VVK-Stellen erhältlich.

Text: Erwin Heinen, Foto: Roman Starke

Konzert am 10.10.2026 um 19:00 Uhr im Theater an der Wilhelmshöhe

LINGENER MÄNNERQUARTETT – TRAUMZEIT

Nach einem begeisternden Adventskonzert in der St. Bonifatius Kirche in Lingen im Dezember 2025 zeigt sich das Lingener Männerquartett wieder von einer ganz anderen Seite: flott, beschwingt und rockig mit bekannten Songs vergangener und jüngerer Jahre – arrangiert vom Pianisten Peter Nijland und interpretiert von einem Männerchor mit ganz besonderem Charme.

Die Männer haben sich das Lingener Instrumentalensemble „Berlinale Trio“ von Tobias Bako an die Seite geholt, um mit ihnen gemeinsam zu musizieren. Das wird garantiert eine tolle musikalische Mischung! Nicht nehmen lassen werden sich die Sänger, auch gemeinsam mit ihrer singenden Dirigentin Eline Harbers die Zuhörer zu überraschen. Also ein Musikereignis, das man sich nicht entgehen lassen sollte!

Eintritt: Erwachsene: 17 € im Vorverkauf/20 € Abendkasse; Schüler und Studenten: 12 € im Vorverkauf/15 € Abendkasse.

Text und Foto:

Lingener Männerquartett



Auch das neue Programm des LMQ begeistert durch eine tolle musikalische Mischung.

Foto © Lingener Männerquartett

JULI 2026

- 06.07. **Ausschreibung zur Bewerbung von Kandidatinnen und Kandidaten zur Wahl der Seniorenvertretung in der Stadt Lingen (Ems)**
- 08.07. **Sommer-Aquakurs mit Ringen** 08:00 Uhr | VHS
Kurs-Nr. 96040, 8 Termine
- 09.07. **Seniorenkino** 13:30 Uhr | GELingen e.V.
Der aktuelle Film wird in der Presse veröffentlicht
- 11.07. **Frühstücksbuffet** 09:00 Uhr | GELingen e.V.
Anmeldung erforderlich
- Seniorenkino** 13:30 Uhr | GELingen e.V.
15 Jahre GELingen – Jubiläumsfilm
„Honig im Kopf“
- 16.07. **Fahrt ins Blaue** 13:30 Uhr | GELingen e.V.
mit Anmeldung
- 25.07. **Frühstücksbuffet** 09:00 Uhr | GELingen e.V.
Anmeldung erforderlich

AUGUST 2026

- 08.08. **Frühstücksbrunch** 09:00 Uhr | GELingen e.V.
Anmeldung erforderlich
- 13.08. **Seniorenkino** 13:30 Uhr | GELingen e.V.
Der aktuelle Film wird in der Presse veröffentlicht
- 15.08. **Bingo für alle** 14:30 Uhr | GELingen e.V.
- 18.08. **Ganzheitliches Gedächtnistraining** 15:00 Uhr | VHS
für Teilnehmende ab 60 Jahre, Kurs-Nr. 22120
- Englisch Aufbaustufe I (A2) 60+** 16:45 Uhr | VHS
Kurs-Nr. 72005, 11 Termine
- 19.08. **Yoga mit dem Stuhl** 09:00 Uhr | VHS
Kurs-Nr. 95610, 2 Termine
- Seife sieden** 18:00 Uhr | VHS
Kurs-Nr. 99100
- 20.08. **Fahrt nach Minden** 07:30 Uhr | GELingen e.V.
Schiffahrt, Bückeburg Schlossbesichtigung
- Jubiläumsmittagstisch** 11:30 Uhr | GELingen e.V.
Dreigängemenü für Stammgäste
- 20.08. **Hatha Yoga auch für Neulinge** 10:00 Uhr | VHS
Kurs-Nr. 95665
- Yoga mit dem Stuhl** 18:15 Uhr | VHS
Kurs-Nr. 95650, 15 Termine

- 24.08. **Autogenes Training zum Kennenlernen** Kurs-Nr. 95110 19:00 Uhr | VHS
- 25.08. **Yoga für Rücken und Gelenke** 09:30 Uhr | VHS
Kurs-Nr. 95540, 7 Termine
- 28.08. **Nordic Walking Kompakt** 16:00 Uhr | VHS
Kurs-Nr. 96820, 3 Termine
- 29.08. **Zwiebelfleisch essen** 12:00 Uhr | GELingen e.V.
Anmeldung erforderlich

SEPTEMBER 2026

- 01.09. **Älter werden – Fit bleiben 65+** 08:45 Uhr | VHS
Kurs-Nr. 96220, 14 Termine
- 03.09. **Hatha Yoga** 10:00 Uhr | VHS
Kurs-Nr. 95670, 5 Termine
- Englisch für Experten II (C2) 60+** 10:00 Uhr | VHS
Kurs-Nr. 72085, 15 Termine
- Gymnastik auf dem Stuhl** 10:30 Uhr | VHS
Kurs-Nr. 96375, 5 Termine
- 04.09. **Bewerbungsschluss zur Wahl der Seniorenvertretung in der Stadt Lingen (Ems)**
- 04.09. **Fahrt zum Konzert Kosmos Schumann** 14:00 Uhr | GELingen e.V.
in die Glocke nach Bremen, Anmeldung erforderlich
- 04.09. **Mitmach-Chor der VHS** 18:00 Uhr | VHS
Kurs-Nr. 85002, 17 Termine
- Aqua-Gymnastik | Power** 19:30 Uhr | VHS
Kurs-Nr. 96110, 16 Termine
- 05.09. **Frühstücksbrunch** 09:00 Uhr | GELingen e.V.
Anmeldung erforderlich
- 06.09. **3. Willkommensfest in Lingen** 15:00 Uhr
des Willkommensbüros der Stadt Lingen (Ems),
Kanucamp Lingen, Schepsdorf
- 08.09. **Frauenchor Mit weiblicher Note** 19:15 Uhr | VHS
Kurs-Nr. 85001, 16 Termine
- 10.09. **Seniorenkino** 13:30 Uhr | GELingen e.V.
Der aktuelle Film wird in der Presse veröffentlicht
- 12.09. **Exkursion Energie-Erlebnis-Zentrum Aurich**, Kurs-Nr. 15750, 08:00 Uhr | VHS
- 12.09. **Bingo für alle** 14:30 Uhr | GELingen e.V.
- 14.09. **Autogenes Training für Erwachsene** 19:15 Uhr | VHS
Kurs-Nr. 95160, 8 Termine

VERANSTALTUNGEN IN LINGEN

- 16.09. **Die besten Geschichten schreibt** 10:00 Uhr | VHS
das Leben, Kurs-Nr. 31045, 8 Termine
- Lese-Auslese: Büchertipps und** 17:45 Uhr | VHS
Anregungen, Kurs-Nr. 31050, 7 Termine
- Lesung mit Götz Aly: Wie konnte** 19:00 Uhr | VHS
das geschehen? Kurs-Nr. 15720,
- 17.09. **Easy English - im wahrsten Sinne (A1)** 17:45 Uhr | VHS
kompakt 60+, Kurs-Nr. 72000, 12 Termine
- 19.09. **Fahrt nach Leer** 07:30 Uhr | GELingen e. V.
Schiff nach Ditzum, Anmeldung erforderlich
- Frühstücksbuffet** 09:00 Uhr | GELingen e. V.
Anmeldung erforderlich
- 19.09. **Wohlfühltag mit Klangschalen und** 10:00 Uhr | VHS
meditativen Klanginstrumenten, Kurs-Nr. 95280
- 19.09. **Seniorenachmittag** 15:00 Uhr
anlässlich des Altstadtfestes, Universitätsplatz,
49808 Lingen
- 22.09. **Patchwork und Applikation** 18:00 Uhr | VHS
Wochenendkurs, Kurs-Nr. 83120, 3 Termine
- 24.09. **Abstraktes Malen** 15:00 Uhr | VHS
Kurs-Nr. 81026, 6 Termine
- 26.09. **Feldenkrais-Methode® Tagesseminar** 10:00 Uhr | VHS
Bewusstheit durch Bewegung, Kurs-Nr. 95060
- 26.09. **Bingo für alle** 14:30 Uhr | GELingen e. V.
- 30.09. **Doppelkopf Grundstufe I** 18:30 Uhr | VHS
Kurs-Nr. 32000, 5 Termine
- 02.10. **Oktoberfest** 17:00 Uhr | GELingen e. V.
Anmeldung erforderlich
- 06.10. **Traditionelle** 11:30 Uhr | GELingen e. V.
Erbsensuppe zum Pöttemarkt
- 08.10. **Seniorenkino** 13:30 Uhr | GELingen e. V.
Der aktuelle Film wird in der Presse veröffentlicht
- 08.10. **Vorsorgevollmacht, Patienten-** 15:00 Uhr | VHS
verfügung, Betreuungsverfügung, Informations-
veranstaltung, Kurs-Nr. 15050
- 10.10. **Frühstücksbuffet** 09:00 Uhr | GELingen e. V.
Anmeldung erforderlich
- 15.10. **Fahrt nach Wuppertal** 14:00 Uhr | GELingen e. V.
Kaiserwagen von der Heydt Museum, Anmel-
dung erforderlich

REGELMÄSSIG

adfc | Ortsgruppe Lingen

Treffen der verkehrspolitischen Gruppe im Kolpinghaus, Burgstraße 25 – jeden 3. Mittwoch im Monat um 19:00 Uhr.
März–Oktober: Jeden jeden 1. Sonntag im Monat um 14:00 Uhr – gemütliche Nachmittagsradtouren für Jedermann
Es werden weitere Nachmittags- und auch Tagestouren angeboten. Siehe dazu auf www.emsland.adfc.de bzw. www.touren-termine.adfc.de

Aphasie Regional-Selbsthilfegruppe Lingen e. V.

Treffen: alle 14 Tage, freitags im Monat um 15:00 Uhr im Gemeindehaus Johanneskirche Lingen

AWO

Seniorentreff: jeden 1. und 3. Donnerstag im Monat um 14:00 Uhr im Calvinhaus, 49808 Lingen, Leitung und Ansprechpartner: Reinhold Hoffmann, Tel. 0591 28845694

Selbsthilfegruppe Demenz: jeden 4. Samstag im Monat von 14:00–16:00 Uhr im Calvinhaus, 49808 Lingen, Leitung und Ansprechpartner: Gertrud Berning, Tel. 0591 75313

Senioren-Sozial- und Rechtsberatung Wilhelmstraße 40a: Termine nach Mitteilung in der Tagespresse und nach Anmeldung unter Tel 0591 28845694

Bridge-Club-Lingen

Spieltermine: Mo. 16:30 Uhr (außer feiertags)
Spielort: Gemeindezentrum Lingen – Gauerbach, Jägerplatz 9. Auskünfte über Tel. 0591 48050 oder 05903 7623.
Homepage: www.bridgeclub-lingen.de, E-Mail: info@bridgeclub-lingen.de. Gäste sind herzlich willkommen!

Christ König Darne

Seniorenmesse: Einmal im Monat, Do. 08:30 Uhr
Seniorenengemeinschaft: Zusammenkünfte im Pfarrheim: i. d. R. an jedem 2. Dienstag im Monat

OKTOBER 2026

- 01.10. **Weltseniorentag:** 10:00 Uhr | GELingen e. V.
Thema „Demenz“, Seniorentreff „GELingen“, Lookenstraße 10, 49808 Lingen
- 02.10. **80 Jahre VHS Lingen** VHS
Tag der offenen Tür 14:00 Uhr
Ganzheitliches Gedächtnistraining 15:00 Uhr
ab 60 J., Kurs-Nr. 22125 kostenfrei
Yoga mit dem Stuhl 15:00 Uhr
Kurs-Nr. 95620, kostenfrei
Yoga mit dem Stuhl 15:45 Uhr
Kurs-Nr. 95630, kostenfrei
Autogenes Training 16:00 Uhr
Kurs-Nr. 95130, kostenfrei

DMfS Lingen e.V. (Damaschker Mittagstisch für Senioren und Alleinstehende)

Gemeinsames Mittagessen: Mi. 12:00 Uhr im „Haus der Vereine“, Goethestraße 22, 49811 Lingen-Damaschke. Anmeldung montags von 09:00–11:00 Uhr unter Tel. 0172 2809433

Haus der Vereine

Senioren-gottesdienst: jeden 2. Donnerstag im Monat um 15:00 Uhr mit anschl. Kaffee und Unterhaltung

DRK-Kreisverband Emsland e. V.

Gemütliches Beisammensein: Mo. 15:00 Uhr im DRK-Heim
Bewegungsprogramme – Training für Körper, Geist und Seele: Mo. 09:00 Uhr und 09:45 Uhr – Wassergymnastik im Linus-Bad; Mi. 09:30 Uhr – Tanzen in der Turnhalle Lengericher Str., Lingen-Laxten; Di. 14:45 Uhr und 15:45 Uhr – Gymnastik, Bodengymnastik in der Turnhalle Bäumerstraße; Mi. 09:00 Uhr, 10:15 Uhr sowie 11:00 Uhr – Sitzgymnastik im DRK-Heim; Do. 14:30 Uhr – Sitzgymnastik, St. Josef Kirchengemeinde, Lingen-Laxten

DRK-Kleiderladen „Stoffwechsel“, Clara-Eylert-Straße 6, 49809 Lingen: Mo. 14:00–18:00 Uhr, Mi. und Fr. 10:00–14:00 Uhr

Emsdullen – Doppelkopfrunde

Doppelkopf nach DDV-Turnierregeln ca. alle drei Wochen So. von 15:00–20:00 Uhr, Termine unter www.dokolingen.de, Ort: Bürgerzentrum Gauerbach, Jägerplatz 9, 49811 Lingen, Kontakt: Volker Lessing, eMail: vlessing@t-online.de, Tel.: 0591 48636

Selbsthilfegruppe „Essentieller Tremor – Südliches Emsland“: Jeden 3. Dienstag im Monat 19:00–20:30 Uhr, im Seniorentreff GELingen, Lookenstraße 10, Ansprechpartnerin: Mona Weiß, Tel. 05937 9423

GELingen e. V.

Bürozeiten: Mi. 15:00–18:00 Uhr

Informationen zu Fahrten: Uwe Appeler und Erich Huesmann, jeden 1. Donnerstag 14:00–17:00 Uhr

Offener Treff: Mo.–Fr. 09:00–12:00 Uhr

Offener Treff mit Programm (wöchentlich): Mo. 11:30–12:30 Uhr – Knackige Knochen, Di. u. Do. 11:30–13:00 Uhr – Mittagstisch, Di. 14:30–17:00 Uhr Kreative Runde, Mi. 14:30 Uhr – Kartenklopperclub, Do. 10:30–13:00 Uhr Smartphone – Hilfe, Fr. 14:30 Uhr – Kaffee und Klönen, Fr. 15:00 Uhr – Internetcafé

Heimatverein Darne

Kontakt: Heinz Gehring, Vorsitzender

Volkstanzgruppe: Christel Drees

Heimathausmusikanten: Hanni Heskamp

Integrative Medizin Emsland e. V.

Kostenlose Gesundheitsberatung Mi. von 15:00–17:00 Uhr (Termine nach tel. Vereinbarung 0157 39018857) im Mehrgenerationenhaus, Mülentorstraße 6

Lingener Briefmarkensammler e. V.

Briefmarkentausch: Jeden 2. Sonntagvormittag im Monat 10:00–12:00 Uhr im Haus der Vereine Reuschberge e.V., Scharnhorststraße 101, 49808 Lingen (Ems); (außer März + September)

Lingener Hospiz e. V.

Trauercafé: Jeden 1. Mittwoch im Monat um 15:00 Uhr in den Räumen des Hospizvereins, Mülentorstraße 6b

Pinke Panther e. V. – Offener Seniorentreff

Öffnungszeiten: Di.–Fr. von 09:30 bis 17:00 Uhr

Mittagstisch: täglich von 12:00 bis 13:00 Uhr nur mit Anmeldung am Vortag bis 12:00 Uhr unter 0591 120 79 470

Spielesachmittag: Mi. und Sa. mit Kaffee und Kuchen

Hockergymnastik: Di. 10:45 bis 11:30 Uhr

Seniorentreff der Stadtverwaltung Lingen

Jeden 3. Donnerstag im Monat ab 15:30 Uhr im Waldhotel Neerschulte, Lingen-Schepsdorf

Seniorenvertretung in der Stadt Lingen (Ems)

SprechZEIT: Di. 09:00–12:00 Uhr im Seniorentreff GELingen, Lookenstraße 10

Skatclub „Herz Bube“

Übungsabende Mo. um 18:00 Uhr; Kolpinghaus Lingen, Burgstraße 25, 49808 Lingen (Ems); Gastspieler herzlich willkommen

Omas gegen rechts

Jeden 3. Mittwoch im Monat um 19:00 Uhr im Falkenheim, Ludwigstraße 42, eMail: omasgegenrechts.lingen@gmail.com

St. Bonifatius Lingen

Seniorengruppe: Mi. von 15:00 bis 17:30 Uhr

St. Gertrudis Bramsche

Seniorengruppe: Treffen s. Programmheft oder auf Anfrage
Herz-Jesu-Freitage: jeden 1. Freitag im Monat Begegnung beim Frühstück mit geistlicher Begleitung

St. Marien Brögbern

Mittagstisch: Do. 12:15 Uhr im Pfarrheim St. Marien, Dui-senburger Straße 12, 49811 Lingen, Anmeldung dienstags von 09:00–12:00 Uhr unter Tel. 0151 23141497

Seniorenmesse: jeden 4. Donnerstag im Monat um 15:00 Uhr mit anschl. Kaffeetrinken im Pfarrheim

Förderkreis Wohnpark Gauerbach e. V.

Mittagstisch für Junioren & Senioren: Di. 12:00 Uhr im Bürgerzentrum Gauerbach, Jägerplatz 9, 49811 Lingen. Anmeldung montags von 09:00–11:30 Uhr unter Tel. 0175 5985743

Zukunftsbüro WABE Holthausen-Biene

Mittagstisch für Senioren: Mo.–Do. ab 12:00 Uhr im Dorfgemeinschaftshaus Biene, Am Gemeinschaftshaus 1, 49808 Lingen. Anmeldung montags von 09:00–10:00 Uhr im Büro WABE, Biener Str. 65, 49808 Lingen, Telefon 0591 9662786, oder per E-Mail mittagessenwabe@gmx.de

Weitere Informationen finden Sie auf der nächsten Seite!

Weitere Informationen zu den Veranstaltungen unter:**adfc | Ortsgruppe Lingen** | www.adfc-emsland.de**AWO** | Wilhelmstraße 40a | Tel. 0591 28845694**Campus im Dialog** | Kaiserstraße 10c | Anmeldungen in der Geschäftsstelle der Seniorenvertretung Lingen | Tel. 0591 4609 | Email: post@seniorenvertretung-lingen.de**Christ König Darne | Seniorengemeinschaft** | Tel. 0591 51465**DRK-Kreisverband Emsland e. V.** | Jahnstr. 2-4 | Tel. 0591 80033-0**DRK-Kleiderladen „Stoffwechsel“** | Clara-Eylert-Straße 6**DMfS Lingen e. V.** | Friedrich-Ebert-Straße 113 | Hubert Schwerdt | Tel. 0591 9739515**EA | EmslandArena** | Lindenstraße | Tel. 0591 91295-0**EH | Emslandhallen** | Lindenstr. 24a | Tel. 0591 91295-0**Emsdullen** | Haus der Vereine Reuschberge e.V. | Scharnhorststraße 101 | Tel. 0591 48636**GELingen e. V.** | Lookenstr. 10 | Tel. 0591 97787194**HV Darne | Heimatverein Darne** | Tel. 0591 1606**Halle IV** | Kaiserstr. 10a | Tel. 0591 91512-90**Joh.-Kirche | Johanneskirche** | Ev. luth. Gemeinde Lingen | Loosstraße 37 | Tel. 0591 91506-13**Lingener Briefmarkensammler e. V.** | Haus der Vereine Reuschberge e. V., | Scharnhorststraße 101 | Tel. 0591 53555 | www.lingener-briefmarkensammler.de**Lingener Hospiz e. V.** | Mühlentorstraße 6b | Tel. 0591 831647 | Mobil: 0160 6864303 | www.lingener-hospiz.de**LWT | LWT GmbH** | Neue Straße 3a | Tel. 0591 9144-142**MGH Lingen | Mehrgenerationenhaus** | Mühlentorstraße 6 | Tel. 0591 9101880**MHD | Malteser Hilfsdienst** | Lengericher Straße 39 | Tel. 0591 610590**NTH | natürlich to huus e.V.** | Woltershof | Rottumer Straße 12b, 49811 Lingen | Tel. 0591 14053099-20 | www.natürlich-to-huus.de**Pinke Panther e. V.** | Große Straße 20 | Tel. 0591 12079470**PH | Professorenhaus** | Universitätsplatz 5-6 | Tel. 0591 91663-0**Seniorenkino | Filmpalast Cine-World** | Willy-Brandt-Ring 40 | Tel. 0591 9661600**Seniorenvertretung in der Stadt Lingen (Ems)** | Geschäftsstelle | Tel. 0591 4609 | Email: post@seniorenvertretung-lingen.de | www.seniorenvertretung-lingen.de**Skatclub „Herz Bube“** | Vereinslokal Kolpinghaus Lingen | Burgstraße 25 | 49808 Lingen | Tel. 0591 9778615 | www.0444012.dskv.de**SkF | Sozialdienst katholischer Frauen e. V.** | Burgstraße 30 | Tel. 0591 80062-0 | www.skf-lingen.de**Stadt Lingen** | Elisabethstraße 14-16 | FD Soziales | Tel. 0591 9144-520**St. Gertrudis Lingen-Bramsche** | Seniorengemeinschaft | Tel. 0176 23982606**TW | Theater an der Wilhelmshöhe** | Willy-Brandt-Ring 44 | Tel. 0591 64554**VHS | Volkshochschule Lingen gGmbH** | Elsterstraße 1 | Tel. 0591 91202-0 | Anmeldung bei der VHS, **Uhrzeiten etc. entnehmen Sie bitte dem aktuellen Programmheft****Biodiversität beginnt vor der eigenen Haustür
BEES-WORKSHOPS**

Foto © LernBar Europa e. V., Lingen

Wenn Menschen an Artenvielfalt denken, haben viele zuerst Wälder, Nationalparks oder ferne Landschaften vor Augen. Doch wie viel Natur direkt vor unserer Haustür steckt, zeigen die Teilnehmenden des Projekts „BEES – Biodiversity, Education, Environment, and Sustainability“ in einer öffentlichen Ausstellung im Foyer des Rathauses. Veranstaltet wird sie von LernBar Europa e. V., einem gemeinnützigen Verein aus Lingen, der europäische Zusammenarbeit durch persönliche Begegnungen und Bildungsprojekte erlebbar macht.

Gemeinsam mit Partnern aus Tschechien und Spanien entwickelt LernBar im Rahmen des Erasmus+-Projekts Bildungsangebote für ältere Menschen rund um Biodiversität und Klimaschutz. Unterstützt werden die Workshops dabei vom NABU Emsland Süd. Der internationale Austausch spielt eine zentrale Rolle: Erfahrungen werden geteilt und neue Perspektiven zusammengebracht. Auch in Lingen wurde das Projekt bereits lebendig. In mehreren Workshops erkundeten die Teilnehmenden unterschiedliche Lebensräume und richteten den Blick auf die oft übersehene Vielfalt direkt vor der eigenen Haustür – von Wiesen und Gewässern bis zur Vogelwelt im urbanen Raum. Aus den gesammelten Eindrücken entstehen persönliche „Naturgeschichten“, die digital aufbereitet werden. Fotos, Beobachtungen und kleine Erlebnisse zeigen dabei, wie spannend Biodiversität im Alltag erfahrbar wird. Über die Workshops hinaus bietet das Projekt auch internationale Begegnungen. Einige Teilnehmende fahren nach Budweis, um dort mehr über die Beringung von Vögeln zu erfahren und sich mit den Projektpartnern auszutauschen. Zur Eröffnung der Ausstellung am Donnerstag, 27.08.2026, um 17.00 Uhr im Foyer des Rathauses sind Interessierte herzlich eingeladen. Die Ausstellung ist dort vom 25.08. bis zum 09.09.2026 zu sehen.

Text und Foto: LernBar Europa e.V., Lingen

Ursachen – Symptome – Behandlungsmöglichkeiten – Vorbeugung

SCHLAGANFALL (APOPLEX)

Bei einem Schlaganfall wird, wie der Name schon sagt, die Blutversorgung des Gehirns oder eines seiner Abschnitte akut unterbrochen. Das kann zu einer Schädigung des Gehirngewebes, zum Absterben von Hirnzellen, einem dauerhaften Schaden, aber auch zum Tode führen.

Man unterscheidet Schlaganfälle durch eine Unterbrechung der Blutzufuhr durch eine Verstopfung eines Blutgefäßes im Gehirn, zum Beispiel durch ein Blutgerinnsel, das aus dem Bein oder dem Herzen dorthin gespült wurde, oder durch eine Gefäßverengung bei Gefäßverkalkung (Arteriosklerose). Dies trifft auf 80–85% der Fälle zu. In 10–15% der Fälle ist ein geplatztes Hirngefäß (z. B. bei einer schweren Schädelverletzung) die Ursache. Vorboten eines schweren Schlaganfalls kann eine sog. TIA sein, die mit einer vorübergehenden Mangel durchblutung verbunden ist und die zu einer Demenz führen kann.

„Jede Minute zählt“. Deshalb gilt es, sich sehr schnell ein Bild von möglichen Frühzeichen zu machen.

Auf welche Symptome sollte man achten:

Neben offensichtlichen Lähmungen (Halbseiten- oder Gesichtslähmungen) mit Gefühlsstörungen und Kraftminderung, können das Sehstörungen, starke Kopfschmerzen mit Übelkeit und Brechreiz, Schwindel und Gang-, Gleichgewichts- und Koordinationsstörungen sein. Mit Hilfe des FAST-Testes kann man sich rasch einen Überblick verschaffen:

- Face (Gesicht):** hängender Mundwinkel
- Arms (Arme):** Unfähigkeit, beide Arme zu heben und die Unterarme zu drehen
- Speech (Sprache):** Sprach- und Sprachverständnisstörung beim Nachsprechen eines Satzes
- Time (Zeit):** unverzügliches Wählen der **Notrufnummer 112 (Rettungsdienst und Notarzt)** und dabei Ruhe bewahren.

Was kann der Ersthelfer weiter tun?

Bei Bewusstlosigkeit sollte der Betroffene in die stabile Seitenlage gebracht werden. Ist er ansprechbar, dürfen keine Getränke angeboten werden (Gefahr des Verschluckens). Man sollte notie-



Grafik © pixabay.com

ren, wann die Symptome begonnen haben, welche Vorerkrankungen bekannt sind und welche Medikamente eingenommen werden.

Im Krankenhaus erfolgt eine **Diagnostik** mittels EEG, Doppler-Sonografie, MRT, Gefäßdarstellung (Angiografie), EKG.

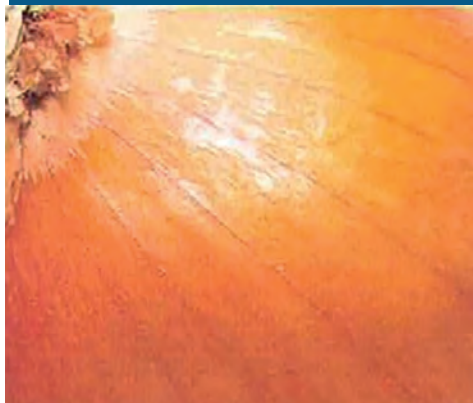
Die anschließende **Therapie** besteht in der Auflösung des Blutgerinnsels (Thrombolyse) mit Medikamenten, Blutverdünnern oder der operativen Entfernung des Gerinnsels (Thrombektomie), Neurochirurgischen Operation mit Blutstillung.

Welche Risikofaktoren sind bekannt und wie kann man vorbeugen?

Erwiesen ist, dass Bluthochdruck, Alkohol, Rauchen, Zuckerkrankheit (Diabetes Mellitus), Fettstoffwechselstörungen (Hyperlipidämie und Hypercholesterinämie), Fettleibigkeit, Bewegungsmangel, aber auch Stress und eine falsche Ernährung Auslöser sein können. Nicht beeinflussbare Faktoren sind: eine familiäre Veranlagung (Disposition), Alter und Geschlecht.

Zusammengefasst ist festzuhalten: es gibt kaum einen medizinischen Notfall, bei dem unmittelbar einsetzende Hilfe so entscheidend für den Verlauf und den Erfolg einer Behandlung ist wie beim Schlaganfall.

Text: Dr. Gunther Bensch, Foto: www.pixabay.de

Bilderrätsel**WAS IST DAS?**

Hier ist ein Gegenstand im Ausschnitt dargestellt.
Was ist es?

Die Lösung können Sie mit dem Betreff "Seniorenzeitung-Rätsel" an die Redaktion der Drehscheibe, Emdener Straße 7, 49809 Lingen, oder per E-Mail an redaktion.drehscheibe@web.de senden. Zu gewinnen gibt es drei Gutscheine für das Freizeitbad LINUS LINGEN, gesponsert vom LINUS LINGEN.

Der Gewinn wird Ihnen zugestellt!

Einsendeschluss ist der 10. September 2026.

Lösung des letzten Rätsels (Kreuzworträtsel):
Maibaum

Der Gewinner ist Thomas Ohoven, Lingen. Er hat ein „Lingener Wimmelbuch“, gesponsert von der Lingen Wirtschaft & Tourismus GmbH, Neue Straße 3a, 49808 Lingen (Ems), gewonnen.

Herzlichen Glückwunsch!

Logisches Denken**SUDOKU**

Füllen Sie die leeren Zellen mit Ziffern zwischen 1 und 9. Dabei darf innerhalb einer Box (3 x 3 Zellen) sowie in jeder horizontalen und vertikalen Reihe des Gesamtfeldes jede Ziffer nur einmal vorkommen.

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

Kandidatinnen und Kandidaten gesucht**WAHL ZUR SENIORENVERTRETUNG**

Lingen. Die Seniorenvertretung der Stadt Lingen (Ems) sucht engagierte Bürgerinnen und Bürger, die sich ehrenamtlich für die Interessen älterer Menschen einsetzen möchten. Interessierte Kandidatinnen oder Kandidaten können sich ab dem 6. Juli für die Wahl der Seniorenvertretung bewerben. Bewerbungsschluss ist der 4. September 2026.

Die Wahl der neuen Seniorenvertretung findet vom 9. bis 13. November 2026 statt. Wahlberechtigt sind alle Bürgerinnen und Bürger, die am letzten Wahltag mindestens 60 Jahre alt sind und ihren ersten Wohnsitz in Lingen haben. Wählbar sind Personen, die diese Voraussetzungen erfüllen und darüber hinaus seit mindestens sechs Monaten in Lingen wohnen.

Die Seniorenvertretung versteht sich als unabhängige Interessenvertretung der Generation 60 plus. Sie bringt die Anliegen älterer Menschen in Politik, Verwaltung und Öffentlichkeit ein und engagiert sich unter anderem für Themen wie Mobilität, Teilhabe, Digitalisierung im Alter und ein gutes Zusammenleben der Generationen. Zudem organisiert und unterstützt sie Informations- und Veranstaltungsangebote für Seniorinnen und Senioren in Lingen.

Weitere Informationen sowie Bewerbungsunterlagen sind ab dem 6. Juli unter www.lingen.de/wahlseio-renvertretung erhältlich.





Foto © Privat

Fahrradfahren im Alter – geht das noch? Natürlich! Jedoch sollte das Fahrrad zu einem passen! Radfahren im Alter schafft Lebensfreude und man bleibt mobil. Natürlich ergibt sich für jeden Fahrradfahrer ein ganz individuelles Anforderungsprofil für das Fortbewegen. Wie notwendig die Betrachtung dieses individuellen Anforderungsprofils ist zeigen uns heute die ganz jungen Fahrradfahrerinnen und Fahrradfahrer. Das Pedelec – im weiteren E-Bike genannt – ist selbst bei den jüngeren Verkehrsteilnehmern häufig schon eine Regelmäßigkeit. Genutzt wird es auch beispielsweise um weitere Entfernungen zur Arbeit zurückzulegen.

Warum? Weil das zielgerichtete Ankommen mit dem E-Bike aus zeitlichen Gründen wegen der Topografie und der Entspannung viel Komfort bietet. Also muss ein Fahrrad für eine ganz andere Nutzergruppe wie die Seniorinnen und Senioren ein genau zugeschnittenes Anforderungsprofil besitzen. Kommt dann noch die Unsicherheit wegen schwindendem Gleichgewicht, Schwindel oder das Auf- und Absteigen wegen „Hüfte“ etc. dazu, zeigt sich noch vielmehr die Notwendigkeit für eine genaue Abstimmung. Das erste E-Bike sollte im Alter nicht ungeübt genutzt werden. Überall gibt es Fahrkurse. Die meisten werden von den jeweiligen örtlichen Verkehrswachten angeboten. Grundsätzlich kann man sagen, dass trotz vorhandener Einschränkungen das Fahrradfahren möglich ist. So hat sich der Markt in den letzten Jahren bei den Dreirädern für Erwachsene entwickelt. Die Palette der Dreiräder lässt mittlerweile kaum Wünsche offen. Sie bieten Komfort durch den elektronischen Antrieb, sind kippsicher und auch für längere Touren geeignet. Natürlich sind auch diese Räder gewöhnungsbedürftig, aber sie bieten Sicherheit. Und auch daher sollte ein Fahrtraining schon in Betracht gezogen werden.

Hier ein kurzer Überblick über die wichtigsten fürs Alter geeigneten Radformen:

Alter – Gleichgewicht/Schwindel – Fahrrad DREIRÄDER ALS ALTERNATIVE

- **Klassisches Dreirad (Delta-Prinzip):** hinten zwei Räder, vorne eines – sehr wendig im Alltag, angenehmer Geradeauslauf, viel Platz für Korb oder Ladefläche.
- **Sesseldreirad (Komfort-Dreirad):** mit Tiefeinstieg für leichtes Auf- und Absteigen, häufig mit Rückenlehne/Komfortsitz. Ideal für maximale Bequemlichkeit und sicheres Handling.
- **Liegedreirad:** optimal für sportliche Fahrten. Liegedreiräder bieten eine besonders stabile, rückschonende Sitzposition.
- **Rollstuhlräder:** ermöglichen den Transport einer Person im Rollstuhl – sicher und bequem im Alltag oder auf Ausflügen.

Wenn man ins Internet schaut, ist es kaum möglich, das „Meer“ an Dreirädern, Sesselrädern etc. zu überschauen. Es macht also Sinn, sich von einem Fachhändler beraten zu lassen. Hier ein ausgesuchter Überblick der Hersteller von Dreirädern: Hase Bikes | SachsenRad | Etnnic | Lanztec | Pfautech | Catrine | HP-Velotechnik | vanRaam | u. v. m.

Und zum Schluss auch noch der Blick auf das Geld. Die teuersten Räder liegen doch schon in einem Preissegment eines Kleinwagens. Bei Erwachsenen ist grundsätzlich eine Kostenübernahme durch die Krankenkasse möglich. Auch hier sollte das Gespräch mit dem jeweiligen Ansprechpartner bei den Krankenkassen gesucht werden. Meistens wird eine Einstufung des Dreirades als Hilfsmittel nach § 33 SGB V gefördert. Daher ist es wichtig, eine Hilfsmittelnnummer und ein detailliertes ärztliches Attest bei der Krankenkasse vorzulegen. Genaueres sollte aber vorher mit der jeweiligen Krankenkasse geklärt werden.

Fazit:

- Für jedes Alter und auch mit entsprechenden Einschränkungen gibt es das passende Fahrrad.
- Ohne Beratung beim Fachhändler ist es schwierig, das passende Fahrrad zu finden.
- Ein Fahrsicherheitstraining ist ein guter Baustein für das erste E-Bike oder Dreirad.
- Der Geldbeutel sollte hierfür passen.
- Und Sicherheitsaspekte gehören natürlich auch dazu. Nämlich passende Kleidung und natürlich der Fahrradhelm sollten immer dazu gehören.

Text: Erwin Heinen, Foto: Privat

Rundweg zu Skulpturen regionaler Künstler DER WEG DER TUGENDEN



Skulptur vor dem St. Bonifatius Krankenhaus:
Tugend Hoffnung.

Auf den Weg der Tugenden führte Holger Berentzen vom Stadtpastoral Lingen die Vertretungsmitglieder der Lingener Seniorenvertretung sowie Redaktionsmitglieder der DREHSCHNEIBE. Der Rundweg führt zu sieben Skulpturen, die von Künstlern aus der Region zu den Kardinalstugenden (vier weltliche und drei christliche) gestaltet wurden. Dieser Rundweg entstand in Kooperation der Lingener Stadtpastoral „KIRCHE LEBEN in Lingen“, der Lingener Kunsthalle und der Stadt Lingen.

Der Weg führt zu markanten Orten, die einen ganz bestimmten Bezug zu der ihnen zugeordneten Tugend haben. Tugenden können Wegweiser sein bei der Suche nach Antworten auf die Fragen unseres Seins.

Hinter dem Gebäude der NOZ findet man als Dialogort die Skulptur „Klugheit“ von Ilse Kampen aus Nordhorn. Klugheit meint die Anwendung von Wissen um gut zu handeln. Herr Berentzen hatte dazu einen Spruch von Tucholsky gewählt: „Wer mehr über den Anderen weiß, wird dialogfähiger.“ Von Julia Siegmund aus Nordhorn stammt die Skulptur zu „Hoffnung“, die sich vor dem Bonifatius Hospital befindet. Hoffnung kann als Haltung, Gefühl oder als Kombination aus beiden betrachtet werden. Wer hofft, hat grundsätzlich eine positive Einstellung und zieht daraus Kraft und Mut. Wer kennt nicht das Zitat: „Die Hoffnung stirbt zuletzt“.

„Tapferkeit“, die Skulptur im kleinen Stadtpark am Alten Friedhof symbolisiert diese Tugend. Geschaffen wurde sie von Ulrich Schürhaus aus

Thuine. Tapferkeit steht für Mut zum Widerstand gegen Ungerechtigkeiten, als Zivilcourage. Der Künstler möchte anregen sich eine eigene Meinung zu bilden und die zu vertreten, auch dann, wenn es unbequem werden sollte.

Margret Krijtenburg hat die Skulptur „Liebe“ am Dortmund-Ems-Kanal stehend, erschaffen. Sie möchte mit der Figur zeigen, dass Fürsorge, Verantwortung und Zuwendung unseren Mitmenschen gegenüber eine der wichtigsten Formen der Liebe sind. Der Standort an dieser Stelle zeigt auch: Die Liebe ist stabil, sie trotzt Wind und Wetter und ihre innere Wärme leuchtet. Die Liebe ist die größte der Tugenden. Schon im 1. Korintherbrief steht: „Nun aber bleiben Glaube, Hoffnung, Liebe, diese drei, aber die Liebe ist die größte unter ihnen.“

„Gerechtigkeit“. Diese Skulptur um eine Linde (Gerichtsbaum) steht zwischen dem Amtsgericht und dem Emslandmuseum und symbolisiert den Schriftzug „Haltung“ in verschiedenen Sprachen. Eva-Maria Grüneberg aus Nordhorn möchte die Betrachter einladen, über die eigene Haltung zum Thema Gerechtigkeit nachzudenken. Der Spruch von Herrn Berentzen dazu stammt von Sophie



Zwischen Amtsgericht und Emslandmuseum:
Tugend Gerechtigkeit.

Scholl: „Das Gesetz ändert sich, das Gewissen nicht“.

„Mäßigung“, die Skulptur zu dieser Tugend steht zwischen Kreishaus und Medicus Wesken, geschaffen vom Lingener Künstler Ansgar Silies. Sie verkörpert das Maßhalten, die Balance zu finden zwischen „zu viel“ und „zu wenig“, nicht zu übertreiben. Zur Kunst genießen zu können, gehört die Fähigkeit, sich auch an den Dingen des Lebens zu freuen, die wir nicht haben.

„Glaube“, mit dieser christlichen Tugend hat sich der Lingener Künstler Peter Lütje auseinandergesetzt.

Glaube ist ein vielseitiger Begriff. Der allgemeine Glaube bedeutet, an etwas glauben ohne es sicher zu wissen, Vertrauen in eine andere Person zu haben. Christen vertrauen auf Gott und darauf, dass das Gute siegt, dass der Tod nicht das letzte ist. Glaube und Hoffnung sind grundlegende Elemente des Lebens. Der Standort dieser Skulptur ist vor dem Haupteingang der Bonifatius Kirche.

Text: Brigitte Brüggmann, Fotos: SVL, Lingen

Rettung in letzter Sekunde

MEIN FREUND DER BAUM

„Mein Freund der Baum ist tot, er fiel im frühen Morgenrot. Du fielst heut früh ich kam zu spät, du wirst dich nie im Wind mehr wiegen, du musst gefällt am Wege liegen.“

So lautete der Liedertext von einem Song, den die Sängerin Alexandra in den 90er Jahren vortrug. Es wurde auch als erstes Öko-Lied der damaligen Zeit genannt. An dieses Lied wurde ich erinnert, als ich die dramatische Geschichte zur Rettung eines gesunden Baumes am Langschmidtsweg hörte.

Es fing damit an, dass der Leiter des Lingener Bundeswehr Rechenzentrums Ullrich Oostermann (91) in seiner Frühstückspause einen kleinen Gang an der frischen Luft machte. Er war überrascht, als er das Geknatter einer Kettensäge hörte.

„Da stimmt doch etwas nicht“, war sein erster Gedanke und er machte sich auf dem Weg zum Ort des Geschehens. Er traute seinen Augen nicht, was er da sah: Die Arbeiter hatten bereits eine Axt kräftig in den Stamm einer gesunden Eiche geschlagen. Die Arbeiter machten gerade eine Pause, um dann mit einer Kettensäge aktiv zu werden. Ulrich Oostermann stürzte auf die Arbeiter zu und brüllte: „Stopp, Sie dürfen den Baum nicht fällen.“ Er bekam nur ein Kopfschütteln als Antwort. Er telefonierte dann sofort mit dem Standortältesten Oberst Hermann und schilderte die Baumfällaktion.

Oberst Hermann war von sportlicher Figur, setzte sich aufs Fahrrad und machte mit lautstarken Befehlen vor Ort der unsinnigen Fällaktion ein

Ende: „Stopp meine Herren, hier werden keine Bäume gefällt, ziehen Sie sofort die Axt aus dem Baum!“

Durch mutiges Eingreifen Lingener Bürger wurde so Anfang der 90er Jahre ein Naturdenkmal gerettet, das heute als ein viel besuchter Ort zum Verweilen genutzt wird.

Text und Foto: Walter Ahlrichs



Die alte Eiche am Langschmidtsweg wurde durch beherztes Eingreifen gerettet.

10jähriges Jubiläum

DAMASCHKER MITTAGSTISCH FÜR SENIOREN E. V. (DMFS)

Gemeinsam nicht einsam, so lautet seit 2016 das Motto des wöchentlich angebotenen „Damaschker Mittagstisch für Senioren“ im Haus der Vereine im Stadtteil Damaschke. Am 1. März diesen Jahres jährte sich die Gründung des Vereins zum 10. Mal.

Der Verein wurde von Hubert Schwerdt ins Leben gerufen nach dem Beispiel des Mittagstisches in Holthausen-Biene. Neben dem ersten Vorsitzenden Hubert Schwerdt gehörten elf weitere ehrenamtliche Helferinnen und Helfer dem Organisationsteam an.

Immer mittwochs um 12.00 Uhr startet der Mittagstisch. 20 bis 30 Gäste, auch aus anderen Stadtteilen, kommen jede Woche zum Essen und Klönen. Das Essen wird frisch vom Cateringunternehmen Reinhold Hermes aus Holthausen-Biene geliefert und besteht aus einem Hauptgericht und einem Dessert. Die Gäste bedienen sich selbst oder bei Bedarf werden die Speisen an den Tisch gebracht. Ein rollierendes Team aus inzwischen 18 engagierten Helferinnen deckt die Tische ein, räumt nach dem Essen ab und übernimmt den Spüldienst.

Die Anmeldungen werden montags zwischen 09.00 und 11.00 Uhr telefonisch unter der Nummer 0172 280 94 33 entgegengenommen. Wenn der Montag ein Feiertag ist, sind Anmeldungen am Dienstag



Die ehrenamtlichen Helferinnen (es fehlt Eveline Köhne) des Damaschker Mittagstischs.

möglich. Bei Interesse besteht auch die Möglichkeit, Speisen abzuholen oder eine weitere Portion mit nach Hause zu nehmen. Ein aktueller Speiseplan wird an die Gäste verteilt und auch im Infoblatt des Förderkreises Damaschke veröffentlicht. Die Kultur kommt auch nicht zu kurz. So fand eine Lesung mit Frau Tondera aus dem Buch „Ende der Kinderweihnacht“ statt und es wurde ein Film über die Stadt Lingen aus früheren Jahren gezeigt. Seit 2016 haben über 7400 Gäste das Angebot angenommen und manch einer von ihnen ist von Anfang an dabei. Der älteste Gast ist 96 Jahre alt und regelmäßig dabei.

Seit 2020 hat Elke Rosen, die bereits dem Gründungsteam angehörte, den Vorsitz des Damaschker Mittagstisches übernommen, weitere Vorstandsmitglieder sind Ulrike Hoffschroeer, Margret Schwerdt und Anni Schwan.

Text: Elke Rosen, Foto: Damaschker Mittagstisch

Foto © Damaschker Mittagstisch

– Anzeige –



SENIORENGYMNASTIK & GERÄTETRAINING FÜR SENIOREN

 SCHÜTZENSTR. 46
49809 Lingen (Ems)

 LOOKENSTR. 24
49808 Lingen (Ems)

WWW.PHYSIO-FASTABEND.DE

Essen in geselliger Runde

GEMEINSAME MITTAGSTISCHE

Auflistung uns bekannter Angebote für nicht gewerbliche „Gemeinsame Mittagstische“.

Die Liste erfüllt nicht den Anspruch auf Vollständigkeit oder abschließend geprüft zu sein.

Anbieter	Ort	Angebotstage	Anmeldung/Kontakt
Baccumer Mittagstisch "Mittwochs-IN"	ökum. Gemeindehaus, Kirchenkamp 12, 49811 Baccum	jeden Mittwoch um 12.00 Uhr	Anmeldungen montags von 09.00 bis 11.00 Uhr unter 0176-83732622
Bramscher Mittagstisch für alle Bramscher	Pfarrheim Bramsche, Gravelstraße 1, 49811 Lingen	jeden 3. Dienstag im Monat um 11.00 Uhr	Anmeldungen bis Freitagsabends vor dem jeweiligen Termin unter 0176-34908748 oder 0163-88355167
Brögberner Mittagstisch	Pfarrheim Duisenburger Straße 12, 49811 Lingen	jeden Donnerstag um 12.15 Uhr	Anmeldungen unter 0151-23141497
DMfS - Damaschker Mittagstisch für Senioren und Alleinstehende	Goethestraße 22, 49811 Lingen	jeden Mittwoch um 12.00 Uhr	Anmeldungen montags von 09.00 bis 11.00 Uhr unter 0172-2809433
Darmer Mittagstisch	Pfarrheim Darne, Bernhard-Lohmann- Straße 36, 49809 Lingen	jeden 3. Mittwoch im Monat	Anmeldungen montags vor dem jeweiligen Termin unter 0591-49146
Verein Wabe e.V. Holthausen-Biene	Dorfgemeinschaftshaus / Marientreff, Biener Straße 65, 49808 Lingen	von montags bis donnerstags jeden Mittag um 12.00 Uhr	Anmeldungen montags von 09.00 bis 10.00 Uhr unter 0591-9662786 oder mittagessen@wabe-holthau- sen-biene.de
Förderkreis Gauerbach e.V.	Bürgerzentrum am Jägerplatz	jeden Dienstag um 12.00 Uhr	Anmeldungen wünschenswert unter 0172-8018107
GeLingen e.V.	Lookenstraße 10, 49808 Lingen	von dienstags bis donnerstags	keine Anmeldung erforderlich
Pinke Panther e.V.	Große Straße 20, 49808 Lingen	von dienstags bis samstags um 12.00 Uhr	Anmeldungen einen Tag vorher un- ter 0591-12079470 oder pinke-panther@gmx.de

– Anzeige –



MOIN!

**ICH BIN MARKUS MOOR
UND MÖCHTE MICH GERNE ALS IHR
IMMOBILIENMAKLER IN LINGEN
VORSTELLEN!**

KENNEN SIE DAS?

- Drei Zimmer stehen leer!
- Stufen werden zum Hindernis
- Die Gartenpflege wird zur Belastung

FRAGEN SIE SICH?

- Sanieren oder Umbauen?
- Verschenken oder Vererben?
- Vermieten oder Verkaufen?

*Gemeinsam finden wir eine Lösung
für Sie und Ihre Immobilie!*

**MOOR HOME
IMMOBILIEN**

Kostenlose Erstberatung

Profitieren Sie von unserer kostenlosen Erstberatung und entdecken Sie maßgeschneiderte Immobilienlösungen für Ihre individuellen Bedürfnisse. Erfahren Sie den aktuellen Marktwert Ihrer Immobilie mit unserer unverbindlichen und kostenfreien Immobilienbewertung.

JETZT KONTAKTIEREN:

Moor Home GmbH
Marienstraße 18
49808 Lingen

☎ 0591 80097944
✉ info@moorhome.de
🌐 www.moorhome.de

Jung und Alt im Dialog

SCHULE: GESTERN UND HEUTE

Jung und Alt zusammenbringen wollten die Friedensschule und die Seniorenvertretung der Stadt Lingen und hatten dazu ältere Mitbürger zum Dialog eingeladen. Das Ziel soll sein, den Austausch zwischen den Generationen zu fördern und persönliche Erfahrungen weiterzugeben.

Das erste Zusammentreffen zwischen den älteren Teilnehmern und der 10. Klasse aus dem Fach „Gesundheit und Soziales“ mit der Lehrerin Frau Katrin Feld stand unter dem Thema „Schule – gestern und heute“.

Nach einer kurzen Vorstellungsrunde verteilten die Schüler Tablets und es begann mit einem von der Klasse vorbereiteten Quiz zu Themen aus dem heutigen Schulbereich. Neu war für einige, dass es eine Lehrer/Eltern-App gibt, mit der die Kommunikation zwischen Eltern und Lehrern schnell und ohne viel Bürokratie erledigt werden kann.

Nach dem Quiz ging die Kommunikation an kleinen Tischrunden weiter. Heute ist alles viel lockerer im Schulbetrieb, es gibt Regeln, aber nicht so strenge. Die Schüler/innen wissen, was sie nach der Realschule machen wollen, Trennung nach Frauen- oder Männerberufen gibt es nicht mehr.

Bei den Älteren verlief die Schulzeit ganz anders. Die meisten kamen aus einer Zeit, die noch vom Krieg geprägt war. Lehrer gehörten damals zu den Respektspersonen und waren oft Angst einflößend. Betrat ein Lehrer das Klassenzimmer, so standen die Schüler auf und begrüßten den Lehrer im Chor. Die Fingernägel vorzeigen und in manchen Schulen auch ein sauberes Taschentuch, war durchaus üblich. Bei Verstößen warf der Lehrer oft mit dem Schlüsselbund nach dem Schüler oder schlug mit dem Rohrstock über die Finger, heute unvorstellbar.

Ein Lesebuch aus den 50er Jahren bestand zu ca. 40 Prozent aus Gedichten, heute werden kaum noch Gedichte oder Lieder auswendig gelernt. Auch war es früher selten, das ein Kind aus einer Arbeiterfamilie das Gymnasium besuchte, Schulgeld und Fahrkosten zu der nächstgelegenen Schule machten es unmöglich.

Bei Mädchen vertraten manche Eltern noch die Meinung, Schule sei nicht nötig, sie würden ja heiraten und dann zu Hause bei der Familie bleiben. Gut, das heute das Wissen entscheidet und alle



Jung und Alt konnten viel Neues erfahren.

Foto © Elisabeth Tondera

Kinder die gleichen Chancen haben und ihnen alle Wege offenstehen.

Die Schüler aus der Diskussionsrunde haben jetzt mit dem Abschluß der Realschule einen wichtigen Schritt geschafft. Herzlichen Glückwunsch und alles Gute für den weiteren Lebensweg. Hoffentlich ergibt sich mit den anderen Schülern eine weitere Diskussionsrunde zu einem weiteren, interessanten Thema.

Text: Brigitte Brüggmann, Foto: Elisabeth Tondera

Lösung des Rätsels von Seite 16 Logisches Denken SUDOKU

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

Erwin vertellt!

EEN HEETEN DAG IN DÜSSEN SOMMER

Dat weer en Sommerdag, as he bos alle teihn Johr eenmal vörkoamen deiht. De Sünn brande al morgens um acht ut en blauen Himmel, as wenn se nix anners to doon harr as de Eier to braan. Kien Wind, nich mal en lüttest Lüftje güng dör de Bööme.

Opa Willem sitt op de Bank vör'n Huus, in'n Schaden van de ole Linde. He harr sien Sommer-Smook-Piep in'e Hand, aver he smook nich. He kiek bos to. „Dat is en Dag för de Schnecken“, brummt he vör sik hen. „De Menschen sall'n ok so langsam gohn.“ Aver de annern weern eben nich langsam.

In'n Goorn hebt de Lüüd-Kinner, de lütte Marie un de lütte Fritz, den Sprüh-Schlauch anmaakt. Dat Water sprüh in de Sünn, dat dat bos so glitzert. „Juchheel!“, roop Marie, un de Hund, de ole Bello, lüüp gierig dör dat Water.

In de Kööke harr Oma Elsa den Disch deckt. Dat giff't nich full to eten, dat weer was to heet. „Kolde Supp un Woddel-Salat“, segg se un wisch sik de Stiern af. „Un eene kolle Botter-Melk. Mehr kriegt ji vandage nich bi de Heet.“

De Naber, Hinrich, he kümp vörbi fohrt un sien Trecker müffele. He föhr vörbi un roop: „Heet, wat? Ok dat Haar is al so dröge, dat fällt bi mine Fru vun sümst ut'n anner! Keen Frisör mehr nödig!“ Opa Willm nickt. „Jo, Hinrich. Sommer is Sommer. Laat



Foto © Erwin Heinen

de Sünn rin, un de Dag is länger! Ok vör de Frisör!“ As de Avend kummen is un de Sünn langsam achter de Eeken-Boom verschwunnen weer, wörr de Luft endlich en betken köller. De Familie sitt noch lang vör de Döör. De Grillen fangt an to singen un de heete Dag klang in eene wunnerbore, still Sommernacht ut.

Text und Foto: Erwin Heinen

Das Leben ist ein Wettkampf

Im Rückblick kann man das Leben auch als einen Wettkampf sehen.

Eltern und Lehrer müssen Kinder inspirieren um ihre Fähigkeiten zu trainieren.

Dieses Training dauert ein paar Jahre an. Doch irgendwann treten wir zum ersten Wettkampf an.

Wir müssen uns mit anderen Menschen messen, dürfen das Gelernte dabei nicht vergessen.

Lernen aus Niederlagen und aus Siegen, dürfen dabei das Ziel aus den Augen nicht verlieren.

Und irgendwann treten wir zum letzten Wettkampf an.

Es ist ein Rennen, Mann gegen Mann!

Nach der letzten Kurve setzen wir zum Endspurt an, ein jeder zeigt nun was er kann.

Die letzten Kraftreserven werden mobilisiert, sie entscheiden, ob man gewinnt oder verliert.

So ist das Leben.

Wir sollten es doch sportlich nehmen.

H-G. Roters 15.04.2026

Foto © pixabay.com



S D W



Soziale Dienstleistungen Wulf

Ihr Spezialist für hauswirtschaftliche Dienstleistungen seit 2005!

Ab Pflegegrad 1 ist eine Abrechnung mit den Pflegekassen möglich.

Wir informieren Sie gern!

SDW Lingen

Tel. 0591 966 596 22 (Mo.-Fr. 09:00-14:00 Uhr)

oder über das Kontaktformular auf

WWW.SDW-WULF.DE

Unsere Angebote für Senioren in Lingen

Hausnotruf

- | erweiterbar z.B. Rauchmelder, Fallsensor, Sensormatte
- | Hintergrunddienst mit Schlüssel hinterlegung

Fahrdienste

- | Krankenfahrten, Dialysefahrten, Ausflugsfahrten, ...
- | für Rollstuhlfahrer, Fußgänger und im Tragestuhl

Menüservice

- | „Essen auf Rädern“ täglich, auch Sonn- und Feiertage
- | Auf Porzellangeschirr heiß auf den Tisch

Ausbildung

- | Erste Hilfe - für Senioren und Enkel

Besuchs- und Begleitungsdienst

- | ehrenamtlich in Lingen und Umgebung

Mobiler Einkaufswagen

- | immer donnerstags ab 14:30 Uhr
- | wir holen Sie kostenlos ab und begleiten Sie beim Einkauf

Malteser Hilfsdienst

Lengericher Straße 39

49809 Lingen

Tel.: 0591/610 590

www.malteser-lingen.de

info.lingen@malteser.org



Malteser

...weil Nähe zählt.

Gemacht für Ihr Leben!

BAD MIT HERZ

*„Wir beraten Sie gerne für Ihr neues Traumbad!
Unsere Ausstellung ist von Montag - Freitag bei uns
in der Schillerstraße in Lingen für Sie geöffnet.
Ich freue mich auf Sie!“*

Ihre Bärbel Wortmann-Abeln

wortmann
HEIZUNG
SANITÄR