

Gratis
ZUM MITNEHMEN

Wertvolle Gutscheine für unsere Leser
Reformwaren Hauken · Diek Apotheke
Willers · Tadellos



BESONDERE ANGEBOTE
SIEHE BEILAGE



10 JAHRE
INJOY
INTERNATIONAL SPORTS- & WELLNESSCLUBS

DIESER ZUG ... ÄH ... BUS IST ABGEFAHREN – ALEXANDERSFELD ABGEHÄNGT

Da hatten unsere Reporter mal einfach einen „Außeneinsatz“ direkt vor der Tür. Per E-Mail und Hausbesuch wurde die Redaktion des HUGO-Journals zu einer spontanen Demo eingeladen: an die Bushaltestelle Leuchtenburger Straße, vor unserem Büro. Es ging um den neuen Fahrplan der VWG. Das Ergebnis des kurzfristigen Aufrufs durch BürgerInnen des Stadtteils und die Siedlergemeinschaft Jan Koopmann: Binnen kürzester Zeit füllte sich die Straße mit Gelbwesten, pünktlich und mit Schildern und Megaphonen – wie sich das gehört!

Zum Hintergrund: Ziemlich still und leise hatte die VWG zum 15.12.2019 den Fahrplan geändert und einfach ein paar Busverbindungen (Linie 329/313) gestrichen bzw. geändert. Wochentags nach 18:30 Uhr und sonntags ist nun Ruhe im Alexandersfeld. Doch was soll man davon halten? Als direkter Anwohner steckt man da in der Klemme. Zum einen ist

da die neu gewonnene Lebensqualität (es ist wirklich sehr viel ruhiger geworden), zum anderen ist das in Zeiten des Klimawandels überhaupt nicht akzeptabel und nicht vorstellbar. Man fragt sich, wie eine „städtisches“ Unternehmen (die VWG gehört zu 74 % der Stadt Oldenburg und zu 26 % der EWE) sowas tun kann. Niedrige Fahrgastzahlen hin oder her. Es stehen immer Menschen hinter den Zahlen ...

Interessanterweise hatte sich die SPD noch im September 2019 zum Ziel gesetzt, das Busfahren in Oldenburg attraktiver zu machen. Laut einer Pressemitteilung der Ratsfraktion wurde auf Beschluss des Parteivorstands ein entsprechender Antrag in den Verkehrsausschuss eingereicht: Die Verwaltung soll, gemeinsam mit der VWG überprüfen, wie die Taktung erhöht und die Tarifstruktur günstiger gestaltet werden könnte. „Ziel ist es, durch ein besseres Busangebot und durch ein attraktiveres Preissystem

Lesen Sie weiter auf Seite 3

JEDEN FREITAG & SAMSTAG

COCKTAIL PACKAGE

EINTRITT

+ 1 GLÜCKSJETON

+ 1 COCKTAIL

aus der Cocktail-Package-Karte

FÜR NUR
9,99€

DIE SPIELBANK.
BAD ZWISCHENNAH

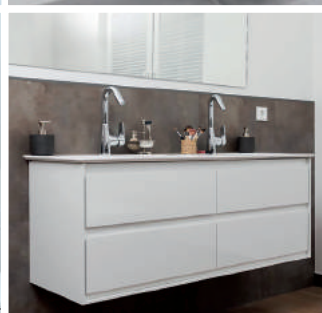
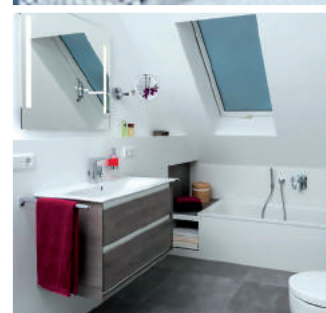
Spielbank Bad Zwischenahn
Jagdhaus Eiden am See
Tel. 04403 9380-0
www.spielbank-bad-zwischenahn.de

ALLES UNTER EINEM DACH:

Wartung · Heizung · 3D-Badplanung · Sanitärarbeiten
Fußboden-Heizung · Baddesign · Smart Home

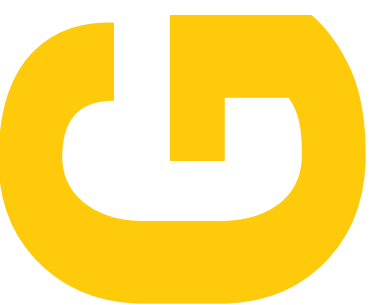


SAN HAUSTECHNIK
SANITÄR · HEIZUNG



Wir wünschen allen Lesern ein schönes
und gesundes neues Jahr!

**GUTSCHEINE
IM JANUAR
BITTE AUSSCHNEIDEN
UND MITBRINGEN!**



Reformwaren Hauken
Das einzige Reformhaus im Stadtnorden
& Kosmetikstübchen!

10%
auf alle Naturkost Lebensmittel
ab einem Einkaufswert von 20€,
gültig vom 16. bis 31. Mai 2019, nicht auf
bestehende Angebote, nur 1 Coupon pro Person.

Alexanderstraße 334
Tel. 0441-61718
www.reformwaren-hauken.de

GÜTSCHEN

über einmal
Kneipp
Badekristalle

(Gültig: 01/2020
Ab einem Einkaufs-
wert von 10€) - *mit Hilfe Appareils für 20€*

Diek
APOTHEKE
Inhaber Detlef Leinor
Ofenerdieker Str. 32 • Oldenburg
Tel. 0441/38 03 70
www.diek-apotheke.de

**Sparen Sie sich
kuschelig warm
– moderne
Heiztechnik.**

Oltmanns
Energiesparend Heizen. Wohlfühlen im Bod.

(04 41) 6 06 60
www.oltmanns24.de

Gemeinsam statt einsam
Jetzt VdK-Mitglied werden und
das „Wir-Gefühl“ erleben.
Erfahren Sie mehr unter
www.vdk.de/ov-oldenburg-nord
Vorstand: A. H. Seeboode
Tel. 0441-3807574

SOZIALVERBAND
VdK
NIEDERSACHSEN-BREMEN
ORTSVERBAND OLDENBURG-NORD

DIE SIEDLERGEMEINSCHAFT JAN KOOPMANN / ALEXANDERSFELD DER VORSTAND STELLT SICH VOR:

**Die Siedlergemeinschaft Jan Koopmann /
Alexandersfeld – Thomas Schwalm, Besitzer**

Im Rahmen der Jahreshauptversammlung der Gemeinschaft Jan Koopmann – Alexandersfeld kam es anlässlich der notwendigen Wahlen zu einem Wechsel im Vorstand. Es hat sich einiges getan. Hier stellt sich nun monatlich ein Vorstandsmitglied vor.



Thomas Schwalm

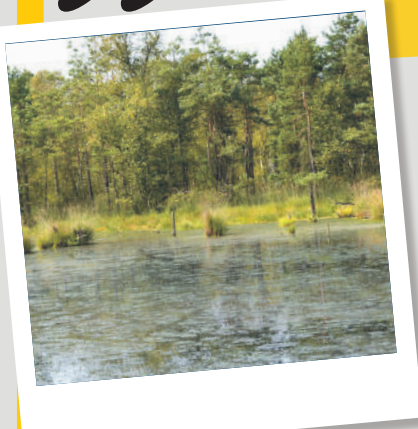
Mein Name ist Thomas Schwalm. Ich bin als Kind der „Koopmann-Siedlung“ 1956 in Oldenburg geboren. Im Jahre 1983 haben

meine Frau und ich auf dem damaligen Grundstück meiner Mutter in der Leuchtenburger Straße gebaut. Ich habe mich seit meiner Kindheit und Jugend immer mit dem Wirken der Gemeinschaft eng verbunden gefüllt, denn mir liegt viel an einer wohnenswerten Umgebung mit guter Nachbarschaft und hoher Wohnqualität in einer Großstadt im Grünen.

Einige Jahre später habe ich die Mitgliedschaft von meiner Mutter übernommen. Seit mittlerweile über 25 Jahren engagiere ich mich im Vorstand der Gemeinschaft überwiegend mit der Planung und Durchführung von Veranstaltungen. Mir kommt dabei meine jahrzehntelange Erfahrung im Musikgeschäft zugute. Im neugewählten Vorstand kümmere ich mich als Beisitzer zusätzlich um die Mitgliederverwaltung unserer Gemeinschaft und übernehme bei Bedarf repräsentative Termine.

(Quelle: Siedlergemeinschaft Jan Koopmann/Alexandersfeld)

GEBIET RUND UMS SWARTE MOOR SOLL ERHALTEN BLEIBEN



**Ratsbeschluss sieht eine Erhaltung der Siedlungsstruktur vor –
Regelungen zum Wohnungsbau,
Begrünung und Solarenergie**

Nach vielen Gesprächen und Planungen hat der Rat in seiner letzten Sitzung 2019 den Beschluss gefasst, das Gebiet rund um den Swarte Moor See durch bestimmte Regeln und Vorschriften zu schützen. Der Charakter der Siedlungsstruktur soll erhalten bleiben. Die Vorschriften betreffen das Gebiet im Bereich zwischen Langenweg, Lagerstraße, Am Strehl und Hopfenweg. Bauprojekte in diesem Gebiet sind dazu

angehalten, sich bei Kubatur und Zahl der Wohneinheiten in die Umgebungsbebauung einzufügen.

Die Anzahl der zulässigen Wohnungen wird in bestimmten Gebieten beschränkt. Zudem wurde eine maximal zulässige First-, Trauf- und Gebäudehöhe festgesetzt. Gleichzeitig wird der Bebauungsplan laut Stadtverwaltung dem heutigen Standard angepasst. Das beinhaltet auch unter anderem den Schutz bestimmter Bäume und Wallhecken. Auch die Einfriedung der Grundstücke durch heimische Gehölze sowie die Begrünung der Stellplätze sind ein Thema. Zudem soll es neue Regelungen zum Lärmschutz, zur Dachbegrünung und zur Solarenergie geben.

(Quelle: Stadt Oldenburg, Foto: pixabay)

VERLOSUNG

DAS HUGO JOURNAL VERLOST 10 X 1 KARTE!

Samstag, 1. Februar 2020

PLATTDEUTSCHE THEATERTAGE

Schreiben Sie bis zum **27. Januar** eine E-Mail an info@hugo-journal.de oder eine Postkarte mit dem Stichwort „Plattdeutsche Theater-tage“ an die Redaktion (Wiefelsteder Str. 19, 26127 Oldenburg).

Bitte E-Mail und Telefonnummer nicht vergessen. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Die Daten werden zur Benachrichtigung der Gewinner benötigt.

Plattdeutsche Theatertage im kulturzentrum ofenerdiek

„De (un)heimlichen Dickmaker“
Dramatische Komödie (45 Min.) von Bernd Rötter
(Plattdeutsche Fassung von Wolfgang Binder)

Sa., 1. Febr. 2020
Beginn 16.00 Uhr
Einlass ab 14.30 Uhr

So., 2. Febr. 2020
Beginn 16.00 Uhr
Einlass ab 14.30 Uhr

Karten-Vorverkauf 9,00€ an der Tageskasse 10,00€
Freiwillige Spenden werden gerne angenommen. Bitte um Verständnis, dass die Kartenpreise nicht auf die Kosten der Produktion abgerechnet werden.

Wellenmoort 289

MOIN

DIESER ZUG ... ÄH ... BUS IST ABGEFAHREN – ALEXANDERSFELD ABGEHÄNGT

Fortsetzung von Seite 1

eine gute Alternative zum motorisierten Individualverkehr zu bieten. Dass das funktionieren kann, zeigen andere Städte, wie zum Beispiel Bonn“, so die SPD-Parteivorsitzende Nicole Piechotta. Weiter hieß es vom Fraktionsvorsitzenden und Landtagsabgeordneten Ulf Prange: „Wir wollen den Bus als Alternative zum Auto stärken. Dies reduziert die Schadstoffbelastung und leistet einen Beitrag zum Klimaschutz. Dabei ist es uns wichtig, die Verkehrswende sozial zu gestalten.“ Gute Idee soweit. Es kann in diesen Zeiten doch nur in eine Richtung gehen: Wir brauchen mehr und sinnvollen öffentlichen Nahverkehr, nicht weniger. Noch kürzlich rühmte sich der Oberbürgermeister seiner neuen Umlandverbindungen, und dann hängt man mal eben still und leise einen Stadtteil ab? Sozial(demokratisch ist das nicht.

Sicherlich kann man darüber streiten, ob die Wiefelsteder Straße (Haltestelle Leuchtenburger Straße) auf gerade mal 200-300 Metern zwei (bzw. 4) Bushaltestellen braucht, aber grundsätzlich ... auch wenn es dann vor „unserer“ Tür wieder lauter werden würde. Jeder hat zum Wohle der Allgemeinheit sein Päckchen zu tragen.

Konstruktiver Gedankenanstoß:

Wie wäre es denn mal mit „Freie Fahrt für Senioren“ oder Sozialhilfeempfänger? Statt zu kürzen, sollte man vielleicht mal innovativ sein und die unterstützen, die es wirklich brauchen könnten. 2,50 € für eine einfache Fahrt in die Stadt, 2,50 € zurück ... 5,00 € sind für diese Bevölkerungsgruppen keine Peanuts!

Oder zu den „schlecht“ bebusten Zeiten einen Rabatt von 25 % oder 50 % einräumen? Vielleicht werden die Strecken/Zeiten dadurch attraktiver?



Protest an der Bushaltestelle

PS: Laut einem Bericht der Nordwest-Zeitung vom 31.12.2019 will die VWG auf Grund der Proteste nun ein „Konzept“ erarbeiten, wie man die Haltestellen Leuchtenburger Straße und Wiefelsteder Straße auch abends und sonntags wieder anfahren kann. Zeitplan: Bis zum Fahrplanwechsel im Dezember 2020. Eine Zwischenlösung will die VWG schon Mitte Januar vorstellen (hoffentlich ist hier 2020 und nicht 2021 gemeint). Man wird sehen ...

Siedlergemeinschaft geht auf die Barrikaden: Verbesserungen für das Ammerland, Verschlechterung für das Stadtgebiet Oldenburg

Mit Freude wurde in der Gemeinschaft Koopmann/Alexandersfeld mit dem Fahrplanwechsel die Verbesserung des ÖPNV in den Landkreis Ammerland zur Kenntnis genommen. Mit großer Wut und völligem Unverständnis sowie der spontanen „Gelbwesten-Demo“ am 20.12.2020

Buschfunk: Laut Insiderinformationen soll ab dem 19.1.2020 die alte Taktung wieder aufgenommen werden. Wir werden berichten!

von über 100 Betroffenen reagierten jedoch Bürgerinnen und Bürger des Stadtteils Alexandersfeld auf die Verschlechterungen des ÖPNV im Stadtgebiet Oldenburg. Die Haltestellen Wiefelsteder Straße, Leuchtenburger Straße und Schwarzer Weg werden seit dem 15.12.2019 werktags nur noch bis 18:30 Uhr angefahren. An Sonn- und Feiertagen gibt es keinen Anschluss mehr. Diese Haltestellen sind seit Jahrzehnten, zumindest halbstündlich an sieben Tagen in der Woche bis 23:30 Uhr angefahren worden.

Der Vorstand der Siedlergemeinschaft und das Ratsmitglied Heinz Backhaus (auch als Betroffener, SPD) haben sich nach Bekanntwerden dieser Fahrplanänderung sofort an die VWG, Herrn Emschermann als Geschäftsführer, und den Oberbürgermeister der Stadt Oldenburg, Herrn

Kroghmann, gewandt. Bei der VWG gingen auch sehr viele Beschwerden von Einzelpersonen ein. Emschermann und Kroghmann zeigten Verständnis für das Anliegen der Bürgerinnen und Bürger und versprachen schnelle Abhilfe.

Aus Sicht des 1. Vorsitzenden der Gemeinschaft Jan Koopmann/ Alexandersfeld, Ralf Bruns, ist es nicht nur in Vertretung der 190 Mitgliederhaushalte im Stadtteil, sondern aller dort lebenden Menschen unbegreiflich, wie die Verkehrsplanung komplett an ihrem Stadtteil vorbeilaufen kann: „Die scheinbaren Alternativen sind für hier lebende Mitmenschen nicht wirklich attraktiv und führen zu erheblich weiteren Fußmärschen zur nächsten Bushaltestelle. Insbesondere älteren Menschen, Kindern und Jugendlichen sowie Mobilitätseingeschränkten ist dies nicht zumutbar. Es kann wohl kaum der Wille einer offenen Politik und Verwaltung sein, auch in Hinblick auf klimafreundlichere Alternativen, das ÖPNV Angebot so drastisch einzuschränken.“ Die Kontaktaufnahmes des 1. Vorsitzenden, Ralf Bruns, mit dem Leiter der VWG, Herrn Emschermann, und dem Oberbürgermeister der Stadt Oldenburg, Herrn Kroghmann, blieb bis zum heutigen Tag unbeantwortet. Eine spontan ins Leben gerufene Protestaktion brachte innerhalb kürzester Zeit rund 100 Bewohner des Stadtteils dazu, ihren Unmut zu zeigen. „Ich fordere Politik, Verwaltung und VWG zu einer mitbürgerfreundlichen Lösung auf und biete jederzeit, auch im Namen der Bewohner unseres Stadtteils, meine persönliche Unterstützung an“, so Ralf Bruns.

Redaktion HUGO, Heinz Backhaus (Vorstand Siedlergemeinschaft Jan Koopmann, Ratsmitglied),

Ralf Bruns (1. Vorsitzender Siedlergemeinschaft Jan Koopmann)

Hilbert Schoe
HAUSTECHNIK GmbH
Bad • Heizung
0171 4141585
www.schoe-haustechnik.de

Rechtsanwaltskanzlei
Kim Müller

Ofenerdieker Straße 59a
26125 Oldenburg
Tel. 0441 / 18 19 373
Notruf (24 h) 0176 / 21 74 04 92
www.kim-mueller.de

Freie Wahl!
Andre Szach

Überprüfung
der Heizung und
Schornstein-
reinigung!

Freier Schornsteinfegermeister
Lachsweg 10a · 26127 Oldenburg
0174 6506366 · andr.szach@ewe.net

Thorsten Heyderhoff
Kachelofen
und Luftheizungsbaumeister

Haßfurter Str. 25b
26127 Oldenburg
Tel.: 0441 - 53417

Rosen-Apotheke

Januar

**Gesund statt
rund Aktion**

Wir informieren Sie
rund um das Thema
„Gesund abnehmen“.

Telefon: 0441 - 301665
www.rosenapotheke.cc

UMNEY GmbH & Co. KG

**Heizungsbau- und
Sanitärinstallation**

Mellumstr. 7b,
26125 Oldenburg
Tel. 0441 / 935 09 00
Fax 0441 / 935 09 01
www.roy-umney.de
E-Mail: info@umney-kg.com

**LACHMANN'S
FISCHKISTE**

Der mobile Fischwagen
- bringt Ihnen frischen Fisch und
Feinkost-Spezialitäten bis zu Ihrer
Haustür! Einfach anrufen und
Termin vereinbaren:
Tel. 0170 - 46 46 343
www.lachmanns-fischkiste.de

**Wir freuen
uns auf Ihren
Besuch!**

Hairdesigner

Inhaberin Gabriele Johnson
Ofenerdieker Str. 48
26125 Oldenburg
0441 / 60 81 02

#WERBUNG #INTERNET #PRINT #SOCIALMEDIA #RANGELN



AGENTUR FÜR
MEDIENTHEMEN, GESTALTUNG
& TEXT
Mangoblaue
MANGOBLOU GMBH · WIEFELSTEDER STR. 19 · 26127 OLDENBURG
TEL 0441 304 102 10 · WWW.MANGOBLOU.DE



Der neue
CIVIC
Eins mit
der Straße.



Premiere zum

Honda
Frühst[☕]**ock**

25. Januar 9:00 – 15:00 Uhr

Ihre Begeisterung ist unsere Bestätigung!

Harmdierks

Eckernstraße 6 · 26125 Oldenburg · Tel. 0441/3502770

Autohaus Bernhard Harmdierks GmbH
info@harmdierks.de · www.harmdierks.de

Kraftstoffverbrauch Civic in l/100 km: innerorts 7,9–5,4; außerorts 4,9–4,2; kombiniert 6,0–4,7. CO₂-Emission in g/km: 137–107.
Abb. zeigt Sonderausstattung. Verkauf, Beratung und Probefahrt
nur innerhalb der gesetzlichen Öffnungszeiten.

Guten Start
ins neue Jahr!



EIN STADTTEIL ENTSTEHT DAS HUGO JOURNAL IST FÜR SIE DABEI

Auf dem Gelände des ehemaligen Fliegerhorstes tut sich was – immer sichtbarer ist im Laufe des letzten Jahres geworden, welch Bewegung in der Entstehung eines komplett neuen Stadtteils mittlerweile steckt. Nach einer intensiven Planungsphase markierte das Jahr 2019 den Startschuss für die Bebauung auf dem Gelände. Aktuell entstehen am Mittelweg die ersten Häuser und eine Kindertagesstätte. In diesem Jahr können die ersten Bewohnerinnen und Bewohner einziehen. Die Voranschreiten der Arbeiten auf dem Areal, das zukünftig Wohn- und Arbeitsplatz für rund 3.000 Menschen sein wird, hat die Redaktion des HUGO-Journals in der Umsetzung einer schon lange angedachten Artikelserie über die bisherigen und zukünftigen Entwicklungen des neuen Stadtteils bestärkt. Wir werden 2020 in regelmäßigen Abständen über verschiedene Themen zum Fliegerhorst, zum aktuellen Stand und in Begleitung der baulichen Maßnahmen schreiben.

Bleiben Sie gespannt – wir sind es auch!

(Text: hugo)

MELDUNG AUS DEZEMBER:

BUNDESVERWALTUNGSGERICHT LEHNT EILANTRAG GEGEN BEGINN DES BAHNAUSBAUS AB

Keine aufschiebende Wirkung der Klage

Mit Beschluss von Donnerstag, 19. Dezember, hat das Bundesverwaltungsgericht den Antrag der Stadt Oldenburg auf Anordnung der aufschiebenden Wirkung der Klage gegen den Planfeststellungsbeschluss abgelehnt. Der Ablehnungsbeschluss ist am 19. Dezember bei der Stadt eingegangen, eine Begründung liegt noch nicht vor. Im September 2019 hatte der Stadtrat fast einstimmig den Beschluss gefasst, eine Klage gegen den im Juli 2019 ergangenen Planfeststellungsbeschluss einzureichen.



Ebenfalls war beschlossen worden, die Anordnung der aufschiebenden Wirkung der Klage zu beantragen. Welche Bedeutung der Ablehnungsbeschluss nun für das Klageverfahren hat, kann erst nach Vorliegen der Beschlussbegründung beurteilt werden.

(Text: Stadt Oldenburg, Foto: pexels)

DIE STADT OLDENBURG INFORMIERT

Willkommen 2020 – das Jahr bringt viel Neues für Oldenburg. Wir haben hier einige wichtige Mitteilungen der Stadt für Sie:

DARF DIE KOMPOSTIERBARE PLASTIKMÜLLTÜTE NICHT MEHR IN DIE BIOTONNE?

Satzungsänderung gilt ab 1. Januar 2020 – Stichproben-Kontrollen werden fortgesetzt
Plastik-Mülltüten – in vielen Supermärkten als kompostierbar und vermeintlich gut geeignet zum Vorsammeln von Biomüll angeboten – erweisen sich für Entsorgungsbetriebe als Problem. „Kompostierbares Plastik verrottet zu langsam – und nicht vollständig“, sagt Volker Schneider-Kühn, Leiter des Abfallwirtschaftsbetriebes (AWB) der Stadt Oldenburg. Um solche Fremdstoffe im Biomüll zu vermeiden, dürfen ab dem 1. Januar 2020 kompostierbare Kunststofftüten nicht mehr in die Biotonne

geworfen werden. Auch Produkte aus biologisch abbaubaren Kunststoffen wie zum Beispiel Geschirr, Besteck oder Trinkbecher dürfen nicht in die grüne Tonne. Zum Vorsammeln des Biomülls sind Papiertüten, Zeitungspapier oder wiederverwendbare Behältnisse sehr gute Alternativen zu den Kunststofftüten. Der AWB hat selbst seit Februar 2019 kompostierbare, wachsbeschichtete Papiertüten im Angebot. Die Papiertüten werden zum Preis von 1,10 Euro für zehn Stück über die Bürgerbüros, die Wertstoffhöfe und im Servicebüro des AWB zum Kauf angeboten. Seit August 2019 bietet auch aktiv & irma die umweltfreundlichen Papiertüten in ihren Filialen an. Insgesamt hat der AWB bisher mehr als 250.000 Tüten ausgegeben. Restbestände von kompostierbaren Kunststofftüten müssen zukünftig über die schwarze Restmülltonne entsorgt werden.

Insgesamt ist die im Oktober 2018 gestartete AWB-Kampagne zur Reduzierung von Störstoffen im Biomüll auf fruchtbaren Boden gestoßen. „Die Biomüll-Qualität hat sich deutlich verbessert“, resümiert Volker Schneider-Kühn. Die stichprobenartigen Kontrollen der Bioabfalltours werden auch im Jahr 2020 fortgesetzt.

WOHNGELD STEIGT AB JANUAR

Mehr Haushalte haben Anspruch – Bei Bedarf Probeberechnung möglich

Mit der Wohngeldreform 2020 entlastet die Bundesregierung Haushalte mit geringem Einkommen stärker bei den Wohnkosten. Darauf weist die Stadtverwaltung hin. Bislang erhalten 1.130 Haushalte in Oldenburg diesen staatlichen Zuschuss. Dank der Änderung dürften künftig mehr Oldenburgerinnen und Oldenburger Anspruch auf Wohngeld haben. Der monatliche Wohngeldbetrag soll nach Angaben der Bundesregierung nun um 30 Prozent ansteigen.

Durch das Wohngeldstärkungsgesetz werden ab dem 1. Jan. 2020 viele Haushalte erstmals oder nach einer Unterbrechung wieder einen Anspruch auf Wohngeld. Die Höhe des Wohngeldes richtet sich nach Haushaltsgröße, Einkommen und Miete beziehungsweise Belastung. Aufgabe des Wohngeldes ist es, Haushalten mit niedrigem Einkommen, deren Lebensunterhalt durch eigene Mittel bestritten wird, bei der Finanzierung ihrer Wohnkosten zu unterstützen, ohne dazu weitergehende soziale Leistungen in Anspruch nehmen zu müssen. Unverändert besteht für Kinder in einem Wohngeldhaushalt ein Anspruch auf Leistungen aus dem Bildungs- und Teilhabepaket (BuT). Dieses umfasst Leistungen zum Schulbedarf, für Ausflüge und Klassenfahrten, für die Teilhabe an sozialen und kulturellen Aktivitäten sowie für Mittagsverpflegung und Lernförderung. Weitere Informationen über die neuen wohngeldrechtlichen Regelungen gibt es bei der Wohngeldbehörde im Amt für Teilhabe und Soziales, Pferdemarkt 14, sowie im Internet unter www.oldenburg.de (Suchbegriff

Wohngeld) und www.bmi.bund.de oder telefonisch im ServiceCenter der Stadt Oldenburg unter 235-4444. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Bereiches Wohngeld bieten gerne eine persönliche Beratung an und nehmen bei Bedarf auch eine Probeberechnung vor. Empfohlen wird dazu eine vorherige Terminvereinbarung. Wer bereits jetzt laufend Wohngeld bezieht, erhält im Laufe des Monats Januar 2020 automatisch einen neuen Wohngeldbescheid, in dem die neue Mietobergrenze und die erhöhten Einkommensgrenzen rückwirkend ab dem 1. Januar 2020 berücksichtigt werden.

OLDENBURG BLEIBT STADT DES BAUENS

Oberbürgermeister Krogmann legt aktuellen Wohnungsmarktbereich vor

Die Stadt Oldenburg wächst – und der Wohnungsbau hält Schritt: Der Bestand an Wohnungen ist auf 93.475 Einheiten geklettert. Das geht aus dem aktuellen Wohnungsmarktbereich vor, den die Stadtverwaltung jetzt vorgelegt hat. „Anhand der Daten ist eine Verbesserung der Lage am Wohnungsmarkt ablesbar. Unsere aktive Wohnungsbaupolitik zählt sich aus“, freut sich Oberbürgermeister Jürgen Krogmann. Demnach sind in diesem Zeitraum 8.250 neue Wohnungen entstanden. In 2018 wurden 1.245 Wohnungen fertiggestellt – das ist die zweithöchste Anzahl in den vergangenen acht Jahren. Für 2018 sind zudem 1.320 Baugenehmigungen und Baumitteilungen notiert – und damit deutlich mehr als in 2017 (1.063). Die Wohnversorgungsquote (Wohnungen pro 100 Haushalte) ist mit 101,2 Prozent konstant geblieben. Die aktuellen Bebauungspläne sichern die Realisierung von weiteren rund 5.150 Wohnungen. Die Stadt Oldenburg hat mit dem Arbeitskreis Bündnis Wohnen mehrere Instrumente zur Schaffung preiswerten Wohnraumes entwickelt. So sind eine bestimmte Anzahl von Wohnungen mit einer Mietpreis- und Belegungsbindung als bezahlbarer Wohnraum zu schaffen. Über die städtische Wohnungsbauförderung wurden bis 2018 der Bau von 217 Mietwohnungen und sieben Modellvorhaben mit rund 4,2 Millionen Euro bezuschusst. Die Förderung ist mit einer Mietpreisbindung und der Maßgabe einer Vermietung an Menschen, die Anspruch auf einen Wohnberechtigungsschein haben, verbunden. Für 2020 wird eine weiterhin rege Bautätigkeit erwartet. Dazu tragen auch die städtischen Baugebiete bei, die zunehmend stärker in die Vermarktung gehen. Am Bahndamm und auf dem Fliegerhorst werden in den kommenden Jahren etwa 1.500 Wohneinheiten entstehen. Der Wohnungsmarktbereich steht zum Download bereit unter <https://bit.ly/2uJnEtM>

SCHULSANIERUNGEN UND NEUE KITA-PLÄTZE

In die Sanierung und den Ausbau von Schulen sind in 2019 rund 20 Millionen Euro geflossen. Weitere Ganztagsangebote wurden an den Grundschulen Etzhorn und Bloherfelde eröffnet. Auch der Ausbau der Kindertagesbetreuung bleibt ganz oben auf der Prioritätenliste: In diesem Jahr sind zehn neue Krippengruppen mit insgesamt 150 Plätzen sowie sechs neue Kindergarten-gruppen mit ebenfalls 150 Plätzen geschaffen worden, insgesamt also 300 neue Kita-Plätze.

BERUFSBILDENDESCHULEN INFORMIEREN UND BERATEN AB DEM 9. JANUAR

Anmeldungen für das Schuljahr 2020/2021 im Februar. Vom 1. bis zum 20. Februar 2020 nehmen die vier Berufsbildenden Schulen (BBS) der Stadt Oldenburg Anmeldungen für die Vollzeitschulen zum Schuljahr 2020/2021 entgegen. Eine Anmeldung ist nur über das Internet-Portal „Schüler Online“ unter www.bbs-ol.de/anmeldung möglich. Weitergehende Informationen über alle Oldenburger Berufsbildenden Schulen gibt es im Internet unter www.bbs-ol.de.

(Quelle: Stadt Oldenburg)

FEUERWEHR METJENDORF

TANNENBAUM-SAMMELAKTION

AUCH 2020 WIEDER EIN GROSSER ERFOLG



In mehreren Gruppen wurden die Haushalte im Löschbezirk der Freiwilligen Feuerwehr Metjendorf abgefahren und die nicht mehr benötigten Weihnachtsbäume mit Trecker und Anhänger eingesammelt. Die Stimmung war trotz des trüben Wetters sehr gut. Es wurden viele Tannenbäume gesammelt. Sehr gefreut haben sich die Jugendlichen über die Spenden, die von den Anwohnern entweder direkt an die Sammelnden übergeben oder beim Feuerwehrhaus abgegeben wurden. Alle Spenden kommen der Nachwuchsorganisation und somit der Jugendarbeit zugute. So werden davon zum Beispiel die Anschaffung von Ausbildungsmaterialien und die Durchführung von gemeinsamen Aktivitäten wie Ausfahrten, Zeltlager etc. unterstützt.

Nach der getanen Arbeit gab es ein großes Zusammentreffen aller Helfer zu einem gemeinsamen Mittagessen.

An dieser Stelle möchte sich die Jugendfeuerwehr Metjendorf ganz herzlich bei den Beteiligten bzw. Unterstützenden bedanken, welche tatkräftig geholfen oder auch die Abgabe der Altbäume ermöglicht haben.

Vielen Dank auch an die Landwirte, die ihre Traktoren und Anhänger zur Verfügung gestellt haben!

Ihre Feuerwehr Metjendorf

(Text: Feuerwehr Metjendorf, Foto: Feuerwehr Metjendorf)

OLDENBURG UNTER DEN

TOP TEN DER KLIMAFREUNDLICHEN STÄDTE



Oldenburgs Einsatz für Klimaschutz und Nachhaltigkeit fand überregional Beachtung: Im Januar 2019 wurde die Stadt erneut mit dem European Energy Award in Gold ausgezeichnet und rangiert unter den Top Ten der deutschen Städte mit mehr als 100.000 Einwohnern.

Auch aus dem Bundeswettbewerb „Klimaaktive Kommune“ ging die Stadt als Gewinner hervor. Zudem wurde sie als „Fairtrade-Town“ anerkannt. Für einen weiteren Ausbau der Klimaaktivitäten und deren Koordination wurde eine neue Stabsstelle Klimaschutz im Umwelt- und Baudezernat eingerichtet.

(Quelle: Stadt Oldenburg, Foto: Berkhausen)

Pflegedienst Müller GmbH
0441 72 9 77

zu Mensch
Müller
0441 72977
TAGESPFLEGE
Von Mensch...

Ofenerdieker Straße 10 | 26125 Oldenburg
www.pflege-in-oldenburg.de

Freie Werkstatt Land Rover Service

HIRO
DIE EXPERTEN FÜR AUTOS

HIRO Automarkt GmbH • Papenburger Str. 5 • 26789 Leer
26125 Oldenburg • Langenweg 20 • Tel. 04 41/9 55 62-0
www.hiro-automarkt.de

E EDEKA

Husmann
„Mein Markt“

Oldenburg - Ofenerdiek
Am Stadtrand 16 • Tel.: (04 41) 80 09 78-0
Wiefelstede - Metjendorf
Ofenerfelder Str. 1a • Tel.: (04 41) 20 94 901-0

Seit über 90 Jahren:
solide einkaufen beim Fachmann für
genußvolles Essen und Trinken.
Wir wissen, was gut schmeckt!

Erfrischende Ideen...

...für Ihren Lebensraum
Bad finden Sie bei uns!

Frieling
SANITÄR • HEIZUNG • STAHL

Langenweg 16-18 • 26125 Oldenburg
Tel. 04 41 - 93 33 031 • Fax 9 33 30 38
www.frieling24.de • E-Mail: oldenburg@frieling24.de

Jeden Sonntag **SCHAUTAG** von 14-17 Uhr

AXA
DBV

AXA / DBV Versicherungen
Joachim Mirkes
Ofenerfelder Str. 1b
26215 Wiefelstede
Tel. 0441 13177
joachim.mirkes@axa.de

Öffnungszeiten:
Mo. - Do. 9.00 - 17.00 Uhr
Freitag 9.00 - 14.00 Uhr

BEYER
Die ADTV-Tanzschule

WIR KÖNNEN MEHR ALS
NUR GESELLSCHAFTSTANZ

- Line Dance
- Boogie-Woogie
- Discofox
- Rock'n'Roll
- Salsa
- Hip-Hop
- Seniorentanz

Besuchen Sie uns auch auf Facebook:
www.facebook.com/tanzschulebeyer

ADTV-Tanzschule Beyer
Tel. 0441 88 30 55 • Hansa-Ring 48 • 26133 Oldenburg
tanzen@ts-beyer.de • www.ts-beyer.de

VERANSTALTUNGEN

LAST MINUTE-TIPP:

Samstag, 18. Januar 2020, 19:30 Uhr

DIE KNALLER DES JAHRES 2019

Der Kabarettrückblick mit Frank Küster und Herrn Heuser vom Finanzamt

Was für ein Jahr! Ein seit 12 Jahren vermisster ICE erreicht seinen Zielbahnhof, ein selbstfahrendes Auto heiratet einen Mäh-Roboter, und der Unterrichtsausfall an den Schulen ist so groß, dass die „Fridays for Future“-Demos auf Mittwoch und Donnerstag ausgedehnt werden können! Die Kabarettisten Frank Küster und Gernot Voltz als Herr Heuser vom Finanzamt halten Rückschau und betrachten satirisch-lustvoll Ereignisse und Gestalten des Jahres 2019. Ein smarter Pointenakrobat und ein subversiver Millimeterfetischist - eine ebenso unterhaltsame wie explosive Mischung.

Karten bei allen Dellas-Optik Filialen: z.B. Ofenerdieker Str. 44 oder an der Abendkasse

Weitere Infos: www.kulturzentrum-ofenerdiek.de
(Quelle: Kulturzentrum Ofenerdiek)

Montag, 20. Januar 2020, 8:30 Uhr

AERIALYOGA FÜR KINDER

Andrea Chapus bietet ab Ende Januar einen neuen Aerialyogakurs für Kinder an. Dieser beginnt am 20. Januar um 8:30 Uhr. Aerialyoga verbindet Luftakrobatik mit Yoga. Die Übungen werden dabei in Schlingen oder Tüchern absolviert, so dass ein Gefühl von Fliegen und Leichtigkeit entsteht. Weitere Infos und Anmeldung unter Tel. 0441 93 54 30 9, 0176 32 88 53 58 oder an info@nataraja-yoga.de
www.nataraja-yoga.de

(Quelle: Nataraja Yoga)

Mittwoch, 22. Januar 2020, 17:00 Uhr:

SENIORENBEGLEITUNG OLDENBURG NORD-SON: NEUJAHRSEMPFANG UND ERÖFFNUNG

In Zusammenarbeit mit der ev.-luth. Kirchengemeinde Osternburg wurden 2019 Ideen für die Einrichtung eines Seniorenbüros in Ofenerdiek entwickelt. Das Haus am Langenweg 165 wurde dabei als idealer Standort ausgewählt, um eine Beratungsstelle für SeniorInnen im Stadtnorden anzubieten. In diesem Zusammenhang lädt die Seniorenbegleitung alle Interessierten **am 22. Januar 2020 um 17:00 Uhr** zum Neujahrsempfang in die neuen Räumlichkeiten des Hauses am Langenweg 165 ein.

(Quelle: Ev.-luth. Kirchengemeinde Ofenerdiek)

SPRAYEN WILL GELERNT SEIN - NEUER GRAFFITI-WORKSHOP IN DER FREIZEITSTÄTTE OFENERDIEK

An die Dose - fertig, los! In der Freizeitstätte Ofenerdiek startet im Januar ein neuer Graffiti-Workshop. Das Angebot richtet sich primär an Jugendliche im Alter von 13 bis 17 Jahren. Jeden Mittwoch von 16:00 Uhr bis 18:00 Uhr geht es darum, grundlegende Kenntnisse zu vermitteln. Etwa darüber, wie Graffiti aufgebaut sind, wie man sie entwirft und was dabei beachtet werden muss. Außerdem gibt es Hinweise darauf, wo sich legale Möglichkeiten zum Sprayen befinden. In der Praxis werden erste Entwürfe zu Papier

gebracht und koloriert, um sie dann auf einer Leinwand zu gestalten. Zum Schluss soll eine Wand an der Freizeitstätte neu besprüht werden. Angeleitet wird der Workshop von einem erfahrenen Graffitikünstler. Anmeldungen und Anfragen sind unter Telefon 0441 601950 oder per E-Mail an fst-ofenerdiek@stadt-oldenburg.de möglich.
(Text: Stadt Oldenburg)

Mittwoch, 22. Januar 2020, 19:00 Uhr:

WIE HUND UND KATZ: ÜBER DAS VERHÄLTNIS VON FANS UND POLIZEI

Journalist Christoph Ruf hält Vortrag auf Einladung des Fanprojekts

Beide Seiten könnten kaum weiter voneinander getrennt sein: Aktive Fans und Polizei „pflegen“ im Fußball oftmals ein schwieriges Verhältnis. Eben „wie Hund und Katz“. Unter diesem Titel steht ein Vortrag, den der freie Journalist und Autor Christoph Ruf am Mittwoch, 22. Januar, auf Einladung des Fanprojekts der Stadt Oldenburg in der Freizeitstätte Bürgerfelde (Alexanderstraße 209) hält. Beginn ist um 19 Uhr. Christoph Ruf beschäftigt sich seit Jahren mit Fanthe-men und hat bereits diverse Bücher dazu veröffentlicht, unter anderem gibt er in „Kurvenrebelln“ einen interessanten Einblick in die Ultra-Szene. Der 48-jährige Karlsruher schreibt regelmäßig für Süddeutsche Zeitung, Spiegel, Spiegel Online, Berliner Zeitung, taz und andere Medien. Im Vortrag geht es um das angespannte Verhältnis zwischen der Polizei und aktiven Fanszenen. Dabei werden beide Seiten der Medaille innerhalb des Konflikts beleuchtet. Nach dem Vortrag ist Raum für eine offene Diskussionsrunde gegeben. Der Eintritt ist frei. Es werden Getränke und kleine Snacks angeboten.
(Text: Stadt Oldenburg)

Donnerstag, 23. Januar 2020, 19:30 Uhr:

DAS HEINRICH KUNST HAUS ROCKT

Blues-Konzert mit Ecki & Bahli Haircut

„Blues als Volksmusik, das passt zu niederdeutschem Volkstheater, und darum passt das auch ins Heinrich Kunst Haus“. Der Vorstand vom Verein Begegnungsstätte Heinrich Kunst freut sich auf ein weiteres Blues-Konzert mit Andreas „Bahli“ Bahlmann und Eckhard „Ecki“ Harjes, die schon seit fast 30 Jahren zusammen Musik machen.

Am Donnerstag, 23. Januar 2020, wollen die beiden Musiker wieder ab 19:30 Uhr das Heinrich Kunst Haus (Sandweg 22, Ofenerfeld) zum Rocken und Swingen bringen. Wie schon im letzten Jahr werden Bahli und Ecki auch diesmal wieder einen Gastmusiker dabeihaben. Im Gepäck haben sie viele neue Blues-Songs, die für eine neue CD aufgenommen worden sind.

Im Eintrittspreis von 7 Euro ist ein Freigetränk enthalten. Karten für diese Veranstaltung gibt es nur an der Abendkasse im Haus, die ab 19:00 Uhr geöffnet ist.
(Text: Begegnungsstätte Heinrich Kunst e.V., Foto: privat)

Freitag, 24. Januar 2020, 18:00 Uhr
AGM-NEUJAHRSEMPFANG

Die AGM lädt zu ihrem Neujahrsempfang ein. Er findet in der Krippe Grashüpfer, Ostring 108, statt.



DAS HEINRICH KUNST HAUS „ROCKT“



MOTORRAD SHOW 2020



ESTHER FILLY

Samstag, 1. und Sonntag, 2. Februar 2020

PLATTDEUTSCHE THEATERTAGE IM KULTURZENTRUM OFENERDIEK

Die AGM lädt am ersten Februarwochenende zu den Plattdeutschen Theatertagen ein. Der „Ohmster Plattdutsche Vereen“ e.V. führt das Stück „De (un)heimlichen Dickmaker“ auf. Die Komödie in drei Akten von Bernd Kietze wurde von Wolfgang Binder fürs Plattdeutsche adaptiert.

Beginn im Kulturzentrum Ofenerdiek ist jeweils um 16:00 Uhr, Einlass ab 14:30 Uhr. Karten im VK 9,00 Euro, an der Tageskasse 10,00 Euro. Vorverkaufsstelle: Dellas-Optik, Ofenerdieker Str. 44, Donnerschweer Str. 181, Hundsmühler Str. 107a, Metjendorfer Landstraße 4. Weitere Infos unter www.kulturzentrum-ofenerdiek.de
(Text: hugo)

Samstag, 8. Februar, 19:30 Uhr

ESTHER FILLY IM KULTURZENTRUM OFENERDIEK

Unter dem Motto „What a wonderful freaky world“ gibt Soulsängerin Esther Filly einen Einblick in ihr Repertoire aus Welthits aus Soul, Jazz und Pop. Die gebürtige Hamburgerin ist vielen Oldenburger Fans durch ihre regelmäßigen Auftritte in Oldenburg bekannt. Ein größeres Publikum kennt sie aus der Sendung „The Voice of Germany“.

Einlass ist ab 18:30 Uhr. Karten im VK: 16 Euro, Abendkasse: 18 Euro. VK in allen Filialen von Dellas Optik.
(Text: Kulturzentrum Ofenerdiek, Foto: www.esther-filly.de)

Samstag, 8. Februar, und Sonntag, 9. Februar 2020, 10:00 Uhr bis 18:00 Uhr, Weser-Ems-Halle:

MOTORRAD SHOW 2020

Heiße Öfen, qualmendes Gummi, brandneue Modelle und jede Menge brodelnde Action – auf der **MOTORRAD SHOW** am **8. und 9. Februar 2020** in den Weser-Ems-Hallen in Oldenburg wird es allen Bikerfans und solchen, die es werden wollen, warm ums Herz. Probesitzen auf Chopper-, Cruiser-, Sportler-, Streetfighter-, Tourer- oder Enduro, hier ist für jeden Zweiradfan etwas dabei. Natürlich gibt es neben den fahrbaren Untersätzen auch Bekleidung, hochwertige Helme, Schmuck und Accessoires zu finden. Reifenrund wird das vielfältige Angebot durch Clubpräsentationen, Motorradreisen und einer spektakulären Motorrad-Stunt-Show. **Wir laden Sie herzlich ein zum Fachsimpeln, Stöbern und Staunen auf über 8000 m²!** Die Weser-Ems-Hallen bieten Ihnen einen abwechslungsreichen Start in die kommende Motorradsaison. Sie haben Benzin im Blut? Kommen Sie nach Oldenburg, lassen Sie sich inspirieren und starten Sie mit der **MOTORRAD SHOW 2020** in die anstehende Saison. Weitere Infos auf www.weser-ems-hallen.de.
(Text und Bild: Weser Ems Hallen)

Dienstag, 11. Februar 2020, 19:00 Uhr

LESEFORUM OLDENBURG: ANN-MARIE KEIL LIEST AUS IHREM LYRIKBAND „TIEFE GEFÜHLE – VON HEITER BIS WOLKIG“

Immer am 2. Dienstag im Monat stellt eine Autorin oder ein Autor sein Werk in einer Autorenlesung vor. Die Lesungen finden im Mephisto, Artillerieweg 56, statt. Weitere Lesungen unter www.leseforum-oldenburg.de
(Quelle: Leserforum Oldenburg)

Ab Dienstag, 11. Februar und Mittwoch, 12. Februar, 17:30-18:30 Uhr und 8:00-9:00 Uhr

FAYO®, FASZIEN YOGA, PRAXIS AM STADION

Fayo® das Faszienyoga nach Liebscher & Bracht ist eine Zusammenstellung und die Kombination aus Yogaübungen sowie Stellungen und Dehnungen mit Mobilisation der Faszien. Muskeln und Faszien sind durch das viele Sitzen, wenig Bewegung und einseitige Haltungen verfilzt und verkürzt. Dadurch kommt zu erhöhten Spannungen die wir wiederum nach langer Zeit als Schmerz wahrnehmen. Diese Schmerzen schützen uns vor Schädigung an unseren Gelenken und an der Wirbelsäule. Die Lösung ist eine gezielte Bewegung in unterschiedliche Gelenkwinkel um möglichst vielseitige Bewegungsmuster ausführen zu können.

Mit Fayo sollen die Engpässe im Körper aufgelöst und die Bereiche wieder gezielt aktiviert werden, denn Engpässe sind Auslöser für viele Krankheiten, Schmerzen, Entzündungsvorgänge, Ablagerungen und Verschleiß. Kurse finden jeweils an dem 11. Februar jeden Dienstag von 17:30 bis 18:30 Uhr und ab 12. Februar jeden Mittwoch von 8:00 bis 9:00 Uhr außer in den Schulferien. Jeweils 10 Termine. Kosten: 120 € pro Kurs. Mehr Infos unter praxis-am-stadion.de oder telefonisch unter 04403 - 602 71 72

UND FREIZEITIPPS

L.MAREK
Geschäftsführer Reiner Meyer

Bedachungs GmbH
Am Stadtrand 19 • 26127 Oldenburg • Tel. 0441/ 61996
www.marek-bedachungen.com • buero@marek-bedachungen.com

- Flachdachabdichtung
- Ziegeleindeckung
- Rinnenreinigung
- Dachfenstereinbau
- Reparaturarbeiten

Fahrschule Beilken Inh. Reiner Siemen

Weißenmoorstr. 271 • 26125 Oldenburg
Tel. 0441 - 303393 • Mobil 0172 - 5331765
www.fahrschule-beilken.de

FBSP
FBSP-STEUERBERATUNG GMBH
DIRK FREDEHORST | STEUERBERATER

WIR SPRECHEN KEIN FACH-CHINESISCH.

SONDERN OFENERDIEKISCH!

Weißenmoorstraße 228 • 26125 Oldenburg • Tel.: 0441 500150
www.fbsp-steuerberatung.de • E-Mail: info@fbsp-steuer.de

Fit für's neue Halbjahr!

Schreibwaren gibt's bei uns!

S+s sander-sonn
spielen, schreiben, schenken

Ofenerdieker Straße 40
26125 Oldenburg
Tel. 60539
Öffnungszeiten:
Mo.-Fr. 9-18.30 Uhr
Sa. 9-14 Uhr

www.sander-sonn.de

Unsere Kunden
Gunda und Wilfried Fugel
aus Nordenham

Nähe

verbindet ein Leben lang.

Vom Schülerkonto bis zum gesicherten Ruhestand – wir begleiten Sie gern.

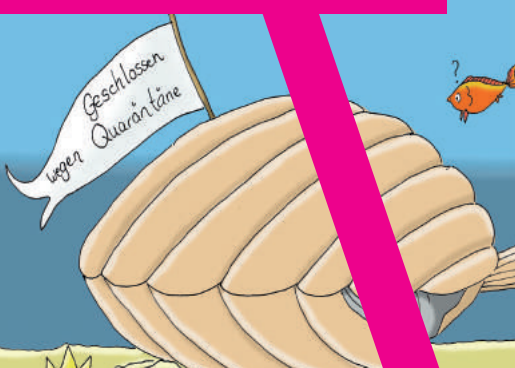
Unsere Nähe bringt Sie weiter. Seit 1786. Und auch in Zukunft.

LzO
meine Sparkasse

lzo.com/naehe • lzo@lzo.com



HUGO
IM MAI:
DIE GRIPPEWELLE

Der Hugo-Comic wird gezeichnet von Mechthild Oetjen

kommt von Mechthild



Auf großer Fahrt

REISETAGEBUCH VON HERMANN UND INGEMARIE DIERCKS

Peking 2 – Stadtbesichtigung mit Joseph: Heute laut Programm: mit Linienbus und U-Bahn, Himmelstempel, Tian ámen-Platz, Tor des Himmlischen Friedens, Kaiserpalast („verbotene Stadt“), Kohlehügel, Lama-Tempel – kreuz und quer durch die Stadt.



Morgens werden wir (krankheitsbedingt) von einem anderen Reiseleiter abgeholt. Er stellt sich als Joseph vor und kündigt als Erstes an: „So viel wie heute sind Sie noch nie im Leben gelaufen!“ Wir folgen Joseph in flottem Tempo - keine Zeit für Fotos! Er ist sehr mitteilend, und wir erfahren, dass er vor 40 Jahren in Peking geboren wurde, verheiratet ist und einen Sohn hat. Joseph war 8 Jahre in Deutschland; im Ruhrpott, um dort BWL zu studieren. Auch von der deutschen Politik weiß er erstaunlich viel. Und wir merken, er ist total auf „Parteilinie/linientreu“, und seine zunächst unverfänglichen Fragen entpuppen sich später als über das Reiseprogramm hinausgehende Angebote (Theaterbesuch, Teezeremonie, Taekwondo-Vorführung) – er weiß genau, wie man Touristen ausnehmen kann!

Das kapitalistische System hat er voll verinnerlicht – der totale Gegensatz zum gestrigen Reiseleiter. Schön, dass wir beides kennenlernen.

Die Sehenswürdigkeiten sind z.T. sehr stark von Besuchern umlagert (Massentourismus pur!), von Ausländern wie auch von Einheimischen, manche von ihnen in wunderschönen alten Trachten. Auf dem Tian ámen-Platz (Platz des Himmlischen Friedens) fallen uns mehrere

Feuerlöscher auf, die auf der Erde herumstehen. Trotz der vielen Kontrollen (vor jeder Einrichtung) und der vielen Polizei überall, soll hier wohl keiner Selbstmord begehen können – ist zumindest unsere Vermutung. Vor den Tempeln herrscht meist „dicke“ Luft, Gläubige entzünden dort Opferstäbchen (immer eine Handvoll) und richten diese anschließend mit tiefen Verbeugungen in alle Himmelsrichtungen - und das qualmt ...

Joseph ist oft mit seinem Mobiltelefon beschäftigt, um zu klären, ob es mit U-Bahn oder Bus oder doch am besten zu Fuß zum nächsten Punkt weitergeht. Zum Schluss fragt er, ob uns alles gut gefallen hat, und ob wir dafür je 150 RM Trinkgeld (ca. 20 Euro) an ihn zahlen würden! Ein echter Kapitalist! Trinkgelder sind laut Unterlagen in China nicht so üblich. Nach der App auf Jochens Mobiltelefon sind wir heute ca. 29.000 Schritte und über 20,7 km unterwegs gewesen, aber kaputt sind wir nicht. Wir sind eben durchtrainierte Ausdauersportler. (Text + Fotos: Diercks)

SCHNUURR ...

Reiner Glasaustausch. Zurücklehnen und 60 % mehr Energie sparen.



Baumschulenweg 16 a
26127 Oldenburg | ☎ 0441 25919
kontakt@glaserei-gassewitz.de
www.glaserei-gassewitz.de



Glaserei
Gassewitz

Hugo-Anzeigenberaterin IHR DIREKTER DRAHT ZUM HUGO-JOURNAL

Katja Mickelat
Hugo-Redaktionsbüro:
Wiefelsteder Straße 19
katja.mickelat@mangoblau.de
Tel. 0179 9056923.



HUGO FEBRUAR/MÄRZ:

Das nächste Hugo-Journal erscheint am
15. Februar 2020.

Bitte senden Sie uns Ihre Termine, Anzeigen und Informationen bis zum 3. Februar 2020 per Email an info@hugo-journal.de.

Die Redaktion für Vereine ist kostenlos!

HUGO-JOURNAL: FON 0441 304 102 13

INTERESSANTE ERÖFFNUNGS-ANGEBOTE ■■■ VIELE EINKAUFVORTEILE ■■■

NEU

Eröffnung nach Verbandswechsel



contur® einrichten
GIB DEINEM LEBEN EIN ZUHAUSE



contur® küche
DAS BIN ICH MIR WERT!

Tolle Angebote und
0,1% Sonderfinanzierung

weirauch
FÜR EIN SCHÖNES ZUHAUSE.

Liebe Kunden,

als NEU-Mitglied im Europa-Möbel-Verbund – einem der stärksten Möbel-Einkaufsverbände Europas – bieten wir Ihnen durch unseren gemeinschaftlichen Großeinkauf bei den Möbel- und Küchenherstellern enorme Preisvorteile, von denen Sie als Kunde erheblich profitieren. Lassen Sie sich überraschen, stöbern Sie durch unsere neuen Möbelabteilungen, Sie werden begeistert sein. Zu diesem besonderen Anlass bieten wir Ihnen viele interessante Einkaufsvorteile und Eröffnungsangebote an.



WIR SIND HUGO!

INFOS AUS DER KAUFMANNSCHAFT

HUGO

Handel und Gewerbe
Ofenerdiek e.V.

DUSCHEN SCHNEIDEREI

Duschenschneiderei GmbH
Tannenkrugstr. 51 | 26180 Rastede
Tel.: +49 4402 / 9191 - 30
info@duschenschneiderei.de
www.duschenschneiderei.de



NEUES MITGLIED IM HUGO E.V.: DUSCHENSCHNEIDEREI

Als neues Mitglied dürfen wir im Januar die Duschenschneiderei GmbH begrüßen. Der Fachbetrieb mit Sitz in Rastede ist auf den Handel und Direktvertrieb von Ganzglasduschen und Glasprodukten für den Innenausbau spezialisiert. Die beiden Geschäftsführer Bernd Seifert und Dennis Behrens bringen 20 Jahre Erfahrung aus Glas und Beschlag in das Unternehmen ein.

Zu den Serviceleistungen gehören auch Aufmaß, Lieferung und Montage. Planen Sie aktuell Ihr neues Eigenheim? Oder sind Sie gerade dabei, Ihr Zuhause zu renovieren? Wenn in Ihren Überlegungen der Werkstoff Glas eine Rolle spielt, dann lassen Sie sich von den Produkten der Duschenschneiderei inspirieren. Alles immer unter dem Motto „Wir machen Räume transparent“.

Sigrun Meyer vom HUGO e.V. überbrachte im Namen des Vereins Glückwünsche und zur Begrüßung einen Blumengruß. Wir vom HUGO Journal sagen ebenfalls: Herzlich willkommen und auf gute Zusammenarbeit!

(Text: hugo)

(Foto: v.l.: Dennis Behrens, Sigrun Meyer, Bernd Seifert)

RESTAURANT SPARTA FEIERT JUBILÄUM

Wer authentische griechische Küche, frische Zutaten, allerbeste Verarbeitung und ein lebendig-gemütliches Ambiente schätzt, ist bei Georgios Zaraklanis und seinem Team in guten Händen. Das Restaurant und Hotel Sparta ist für seine Küche und seinen Service auch über die Stadtgrenzen Oldenburgs hinaus bekannt und beliebt.

Im Februar gibt es für Zaraklanis Grund zu feiern: Dann begeht das Restaurant Sparta seinen 6. Geburtstag. Über das Jubiläum wird das HUGO Journal in der nächsten Ausgabe ausführlicher berichten.

Unser Tipp bis dahin:
Sparta verlost im Februar ein Candle Light Dinner für zwei – natürlich zum Valentinstag am 14. Februar. Schauen Sie mal auf Facebook vorbei (www.facebook.com/restaurant.sparta), dort finden Sie demnächst mehr Infos zur Teilnahme.

(Text und Bild: hugo)

NEUE SHIRTS FÜR DEN TC GRÜN-WEISS

Spendabel zeigte sich zur Sommersaison 2019 der Eigentümer und Betreiber der Diek-Apotheke, Detlef Leibner.

Der Tennisclub Grün-Weiß Oldenburg, beheimatet auf den Plätzen am Muttonpottsweg in Ofenerdiek, konnte mit seiner nennenswerten Spende zwei Mannschaften (Herren 55 und Juniorinnen-A) mit einheitlichen Tennishirts ausrüsten.

Das neue Outfit wurde auch von den gegnerischen Mannschaften positiv bemerkt und trug sicherlich zu dem sehr guten Abschneiden beider Teams in der Punktspielsaison bei.

(Text und Bild: TC Grün-Weiß)

(Foto: Detlef Leibner von der Diek-Apotheke mit Spielerinnen des TC Grün-Weiß)

Kurz notiert:

AGM AUF STIPPVISITE BEI DR. UHRHAN

Am 8.1.2020 war eine Delegation des AGM-Vorstands in der Stadtverwaltung bzw. beim neuen Stadtbaurat Dr. Sven Uhrhan und Kollegen zu Gast, um für Ofenerdiek wichtige Themen zu besprechen und sich kennenzulernen. Natürlich standen die Themen Bahn, Unterführung, Stadtteilentwicklung, Bardieksweg und Radwege auf dem Programm. In den nächsten Ausgaben wird das HUGO Journal ausführlicher berichten.

Dr. Sven Uhrhan ist seit dem 1. Juli 2019 Stadtbaurat. Er wurde im März vom Stadtrat einstimmig gewählt. Zu seinem Dezernat gehören die Ämter für Stadtplanung, Verkehr und Straßenbau, Umweltschutz und Bauordnung sowie der Eigenbetrieb für Gebäudewirtschaft und Hochbau. Uhrhan war seit 2016 Stadtbaurat der Stadt Osterholz-Scharmbeck und dort außerdem Geschäftsführer der Stadthalle. Er hat Raum- und Umweltplanung an der TU Kaiserslautern studiert und ist Doktor der Ingenieurwissenschaften. Berufliche Stationen waren die TU Kaiserslautern (wissenschaftlicher Mitarbeiter), der Regionalverband Saarbrücken (Fachdienstleiter Regionalentwicklung und Planung) sowie seit 2016 die Stadt Osterholz-Scharmbeck. Dr. Sven Uhrhan ist verheiratet und hat ein Kind.

(Quelle: Stadt Oldenburg)

Gute Aussichten für Ofenerdiek: Schon bald werden Herr Dr. Uhrhan, Herr Prof. Müller und Frau Wicherts Ofenerdiek (im Rahmen von AGM & BVO-Veranstaltungen) einen Gegenbesuch abstatten und den Bürgern und Bürgerinnen zu vielen Fragen Rede und Antwort stehen.

Die AGM bedankt sich für das sehr herzliche und konstruktive Gespräch. Man freut sich auf die Zusammenarbeit und wünscht Dr. Uhrhan viel Erfolg in seinem neuen Aufgabengebiet.

(Quelle: agm, Foto: axl)

Caravan Center Kampa AUF DER CARAVAN FREIZEIT REISEN MESSE!

Wir sind dieses Jahr wieder bei der **Caravan Freizeit Reisen Messe** in der **Weser-Ems-Halle Oldenburg** vertreten und laden Sie herzlich ein, uns an **unserem Stand Nr. 5001** in der großen EWE Arena zu besuchen.



Mooveo VAN
mit Vollausstattung
ab **50.990,-€**

Mooveo Reisemobile
mit Vollausstattung
ab **54.990,-€**

Caravan Center Kampa

Lenzfeld 4 • 49811 Lingen • Telefon: 0591-977 77-0
www.caravan-center-kampa.de

HORIZONT REISEN

Stau 35-37
26122 Oldenburg
Tel (0441) 2 61 33
Fax (0441) 2 64 66
email: info@horizontreisen.de • www.horizontreisen.de



Uhlhornsweg 99
26129 Oldenburg
Tel (0441) 7 78 17 22
Fax (0441) 7 78 17 33

CARAVAN FREIZEIT REISEN

"KOMM UND CHECK EIN"
FR. 24. JAN. BIS SO. 26. JAN. 2020

IN DEN WESER-EMS-HALLEN OLDENBURG

Ende Januar lädt die beliebte Urlaubsmesse auch 2020 wieder nach Oldenburg ein. Im gesamten Hallenkomplex der Weser-Ems-Hallen präsentieren u.a. Reiseanbieter, Tourismusbüros und Händler sich und ihre Neuheiten. Hier lassen sich jede Menge Inspiration und Tipps für die Freizeitgestaltung und den nächsten Urlaub finden.

Im Fokus stehen einmal mehr Caravans und Reisemobile. Die Branche boomt ungebremst, die Campingfans werden immer jünger. Gefragt sind dabei vor allem komfortable und kompakte Gefährte mit modernem Design und raffinierten Ausstattungen. Das neue Jahr verspricht das beste in der Geschichte der Branche zu werden.

Neue Modelle präsentiert u.a. das Caravan Center Kampa. Der Vertragshändler für Mooveo Kastenwagen und Reisemobile verkauft und vermittelt dazu Wohnwagen und Reisemobile sämtlicher Marken.



Foto: www.mooveo-wohnmobile.de

Das Autohaus K. Gerdes GmbH, mit drei Standorten im Norden der Stadt, ist eine feste Größe in Oldenburg und seit über 60 Jahren Renault-Partner. Das Renault Business & Wohnmobil-Center ist nicht nur Ansprechpartner für den Renault Master, sondern auch Service- & Vertriebspartner für die Ahorn Camp Wohnmobile. Das Autohaus Gerdes zeigt wieder einen attraktiven Querschnitt seiner Modellreihen. Ahorn Wohnmobile werden exklusiv auf Basis des Renault Master gebaut. Dieser zeichnet sich nicht nur durch sein neues Facelift und neue Motorentechnologie aus, sondern ist auch Europas meistverkaufter Transporter und seit Jahren ununterbrochen der Sieger im DEKRA - 100.000km-Test. Ahorn Wohnmobile verfügen über einen Voll-GFK-Aufbau mit besten Isolierungswerten, einen robusten Möbelbau und Voll-LED-Beleuchtung. Es werden u.a. hochwertige Markenkomponenten (z.B. Thedford, Truma/Webasto, Projekt2000, Technoform und Polivision) verbaut. Das alles macht Ahorn-Wohnmobile zu Reisemobilen mit einem unschlagbaren Preis-Leistungs-Verhältnis.

FFM Freizeitmobile aus Wardenburg ist ebenfalls auf der CFR vertreten. Neben der Präsentation der Fahrzeuge und speziellen Angeboten für die Besucher sieht Geschäftsführer Lars Freese einen wichtigen Schwerpunkt in einer nachhaltigen Betreuung und Wartung der Fahrzeuge: „Der Trend der Kunden geht immer mehr in den Bereich Qualitätsdenken und Nachkauf-Betreuung. Das heißt, man möchte in erster Linie ein qualitativ hochwertiges Fahrzeug kaufen, welches nicht schon gleich nach zwei Jahren die Beine streckt. Hierfür gibt der Kunde auch gerne mal etwas mehr Geld aus. Wenn es Probleme mit dem Fahrzeug gibt, so braucht der Kunde immer einen Anlaufpunkt, wo ihm gerne und fachlich geholfen wird.“



Keilstraße 3 • 26203 Wardenburg • Telefon 04407 6313
info@freese-freizeit-mobile.de • www ffm-freese.de



Fotos: www.hobby-caravan.de



Info@tauchertreff24.de • www.tauchertreff24.de

Damit man seinen Urlaub mit dem Camper auch unbeschwert genießen kann, empfiehlt es sich, auf einige Dinge zu achten: Wie wichtig es z.B. ist, beim Wohnwagen Stützlasten optimal auszureizen und auf ein korrektes Beladen zu achten, zeigt bei der diesjährigen Ausgabe der Messe der ADAC mit seinem Schlingermodell.

Einfach mal raus aus dem Alltag und Neues entdecken – da gibt es für waschechte Oldenburger kaum eine Alternative zum Fahrrad. Was einen in der Welt der Zweiräder an Neuheiten erwartet und was man am Ziel der Radtour sonst noch erleben kann, dafür sorgt auf der CFR ein wachsendes Aussteller-Portfolio in der „Freizeit-Welt“. Im Rund der Kleinen EWE ARENA lässt sich in Sachen Freizeitaktivitäten so einiges entdecken. Und auf dem Testparcours können E-Bikes und Co. auch gleich ausprobiert werden. Das kann man auch mit den Modellen des Fahrrad-Spezialisten Henco aus Westerstede. Er zeigt an seinem Stand die neuesten falt-, kompakt-, city-, trekking und mountain-e-bikes, dazu leichte carbon-e-bikes der Marke simplon. Für Schnäppchenjäger gibt es attraktive E-Bike- und Zubehör-Angebote.

Foto: www.simplon.com

Heimatliebe oder Fernweh? Tourismusbüros und Campingplätze aus Nah und Fern laden auf der CARAVAN FREIZEIT REISEN zum Dialog ein.

Bereits zum 10. Mal informieren Skandinavienexperten Besucher auf der CFR über spannende Reiseziele im hohen Norden: Postschiffreisen mit Hurtigruten oder Wandern auf Island, Autorundreisen, Skilaufen oder Hundeschlittentouren in Skandinavien. Daneben informieren Experten über Fahrreisen nach Dänemark oder Expeditionsreisen nach Spitzbergen. Eines der diesjährigen Highlights: Der Besuch von Pippi Langstrumpf am Samstag, 25. Januar auf der Messe, die u.a. (nicht nur) Kindern Geschichten von Astrid Lindgren vorlesen wird.



Foto: www.simplon.com



Neben einem bunten Vortragsprogramm wird es in Zusammenarbeit mit dem Casablanca-Kino eine skandinavische Filmwoche geben.

Die Messe CARAVAN FREIZEIT REISEN ist an allen Messetagen vom 24.-26. Januar 2020 von 10:00-18:00 Uhr geöffnet. Tickets gibt es im Vorverkauf an allen bekannten Vorverkaufsstellen von Nordwest-Ticket bzw. Ticketmaster oder an der Tageskasse.

www.caravan-freizeit-reisen.de

(Text: repo, WEH, Fotos: freepik)



SKANDINAVIENZEIT ...
Zeit für Skandinavien

SKANDINAVIENZEIT
Foyer der Kongresshalle
24. bis 26. Januar 2020
Im Rahmen der CaravanFreizeitReisen
"Mit Sicherheit besondere Erlebnisse"

Henco

Fahrräder • Gartengeräte • Handwerkerbedarf • Service

BESUCHEN SIE UNS AUF DER CARAVAN-MESSE!

Wir zeigen Ihnen die neuesten
falt-E-Bikes / Kompakt E-Bikes, Falträder.

CITY-E-BIKES
TREKKING E-BIKES
E-MOUNTAINBIKES
FAHRRADTRÄGER DER FIRMA UEBLER



Alles kann Probe gefahren werden auf dem Testparcours.

Für Schnäppchenjäger ist bestimmt auch etwas dabei, wir haben tolle E-Bike- und Zubehör Angebote.



Super leichte Carbon-E-bikes der Marke "Simplon"

Filiale Westerstede
Kuhlenstraße 27
26655 Westerstede
Tel: 04488-5204690

Filiale Edewecht
Hauptstraße 46-48
26188 Edewecht
Tel: 04405-9845356

Filiale Wiefelstede
Hauptstr. 4
26215 Wiefelstede
Tel: 04402-9728440

Besuchen Sie uns auf www.henco-bikes.de

FREIZEIT MIT FELDhus

CARAVAN • CAMPING • ZUBEHÖR

Ihr Spezialist für Wohnwagen und Reisemobile in Oldenburg.



Fragen Sie uns - das Team Feldhus heißt Sie willkommen.



Ekernstr. 4-6, 26125 Oldenburg, Tel. 0441 / 93 96 -00, Fax -25
www.feldhus-camping.de

ENTDECKEN SIE DEN NEUEN RENAULT MASTER

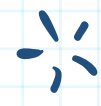
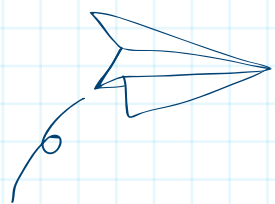
UNSER FRÜHJAHRSGEBOT! Sichern Sie sich bei einer Bestellung bis Februar 2020 einen Preisvorteil von bis zu **4.000,- EUR** und weitere Sonderpreise in unserer Niederlassung Wilhelmshavener Heerstr. 325 | 26125 Oldenburg!

www.autohaus-gerdes.de

GERDES
AUTOHAUS
MIT SICHERHEIT BESSER



AHORN
Camp
www.ahorn-camp.de



Experten-Tipps ...



Im Interview: Joel Schiliro

HERZENSGANGELEGENHEIT

Regenbogenfamilie

Der Oldenburger Joel Schiliro (24) wurde im Dezember 2019 im Finale zur Wahl des Mister Gay Germany mit dem dritten Platz geehrt. Mit seiner Kampagne #familienväter, die sich für die Akzeptanz des Adoptionsrechtes für homosexuelle Paare einsetzt, konnte er die Jury überzeugen.

HUGO: Wann hast Du angefangen, Dich mit dem Thema Regenbogenfamilie auseinanderzusetzen?

Joel Schiliro: Der Kinderwunsch ist schon seit vielen Jahren vorhanden. Ein Leben ohne Familie mit Kindern ist für mich unvorstellbar. Als homosexuelles Paar ist es nicht möglich, Kinder auf natürliche Art und Weise zu bekommen. Umso mehr freue ich mich, dass die Adoption für homosexuelle Paare in Deutschland erlaubt ist, und dass schon viele Kinder die Möglichkeit bekommen haben, bei Regenbogenfamilien aufzuwachsen.

Wirklich intensiv habe ich mich schon seit ca. 2 Jahren mit dem Kinderwunsch beschäftigt, habe aber gemerkt, dass Regenbogenfamilien in Deutschland noch nicht so akzeptiert und toleriert werden, wie es eigentlich in der heutigen Zeit sein müsste. Ein kleines Beispiel: Ich bin zweifacher Onkel von zwei wundervollen Kindern. Bedeutet für mich, dass ich mir einmal die Woche Zeit nehme, um etwas Schönes mit ihnen zu unternehmen. Wenn mein Partner und ich mit den Kindern Hand in Hand durch die Stadt laufen, werden uns leider öfter komische Blicke zugeworfen. Wir entsprechen halt nicht dem Bild einer Idealfamilie ...



(Foto: Familienväter)

Daran merkt man, dass Deutschland zwar bunt ist, aber noch einige graue Flecken vorhanden sind. Ich habe das Glück, dass ich viele Freunde habe, denen das Thema genauso wichtig ist wie mir. Also konnte ich mich sehr gut mit ihnen austauschen und gemeinsam meine Kampagne #familienväter weiterentwickeln und optimieren. Mich hat es sehr gefreut, dass meine Community bei Instagram meine Kampagne mit großem Interesse verfolgt und begleitet hat. (Instagram-Name: j.s.joel, Facebook-Seite: Familienväter)

HUGO: Was muss sich Deiner Meinung nach ändern, damit die Akzeptanz von Regenbogenfamilien größer wird?

Joel Schiliro: Das Idealbild der Familie muss sich ändern. Eine Familie besteht nicht nur aus einer Mama und einem Papa und Kindern. Familien können heute so bunt und vielfältig sein. Ich finde, solange das Kind geliebt wird und es dem Kind gut geht, ist es egal, in welcher Familienkonstellation es aufwächst.

HUGO: Wie denken Deine Eltern über das Thema gleichgeschlechtliche Familien?

Joel Schiliro: Meine Eltern sind genau der gleichen Meinung wie ich und unterstützen mich, wo sie nur können.

HUGO: Was ist Deine liebste Familienaktivität?

Joel Schiliro: Zuhause eingekuschelt auf dem Sofa mit meinem Partner, meiner Familie und den Kindern mit einigen Leckereien und einem schönen Film.



(Foto: Familienväter)

HUGO: Was kannst Du Regenbogenfamilien auf den Weg mitgeben?

Joel Schiliro: Macht weiter so! Gemeinsam sind wir stark. Ihr macht Deutschland ein Schritt weit bunter! Falls Ihr Euer Familienleben teilen möchtet, freue ich mich sehr über Reaktionen, Nachrichten etc.

HUGO: Wie möchtest Du nach deiner Platzierung weiter vorgehen?

Joel Schiliro: Nachdem ich der dritte amtierende Mister Gay Germany geworden bin, möchte ich meine Kampagne deutschlandweit bekannt machen und das Idealbild der Familie verändern. Natürlich setze ich mich auch für unsere Community ein, denn es gibt noch andere wichtige Themen, woran wir gemeinsam arbeiten müssen. Mir ist es dabei wichtig, mich nicht zu verstellen und ich selbst zu bleiben. Ich habe wundervolle Menschen kennengelernt. Viele Erfahrungen durfte ich mitnehmen, die mein weiteres Leben auf jeden Fall prägen werden.

(Interview: repo, Julia Stier, Bild: Joel Schiliro)



Gesundheits-Tipp von Petra Eberle

NEUER SCHWUNG DANK SPORT

Wer kennt das nicht? Trotz ausreichenden Schlafpensums fühlt man sich ab und an nicht komplett erholt. Müdigkeit ist ein Phänomen, das häufig von alltäglichem Stress begünstigt wird. Um die trägen Lebensgeister wieder zu erwecken, ist Fitnesstraining optimal.

Damit das Gähnen nicht zum ständigen Begleiter wird, sollte man seinem Kreislauf im wahrsten Sinne auf die Sprünge helfen. Das geht am einfachsten mit einem Besuch im Studio, denn das Auspowern an Geräten oder im Cardibereich hilft dabei, die Müdigkeit abzuschütteln. Auch Kursangebote eignen sich hervorragend, um das Beste aus sich herauszuholen. Eine erfrischende Dusche im Anschluss macht die kleine Auszeit dann perfekt. Zusätzlich sollte man auf eine sinnvolle Ernährung achten. So können Kohlenhydrate die Müdigkeitssymptome verstärken, da das Verdauen einen großen Teil der Energie erfordert. Wer stattdessen proteinreiches Essen zu sich nimmt, fördert einen aktiven Lebensstil und verbessert damit seine sportliche Leistungsfähigkeit.

Fazit: Zu wenig sportliche Betätigung ist ein Faktor, der Müdigkeit im Körper begünstigt. Zu viel des Guten kann jedoch ebenfalls zur Erschöpfung führen. Hier gilt es, wie so oft im Leben, ein gesundes Mittelmaß zu finden. Zwei bis drei Studiogänge pro Woche sind empfehlenswert. Unter fachlicher Anleitung eines Trainers können Sie sicher sein, dass Sie das richtige Pensum und Programm finden, jetzt heißt es nur noch: dranbleiben und Spaß haben!

(Quelle: Petra Eberle, Leitung Trainingsbereich, INJOY Oldenburg, Felix-Wanke-Str. 1, 26125 Oldenburg)

WIEFELSTEDER CAFÉ FÜR TRAUERnde ÖFFNET WIEDER SEINE TÜREN

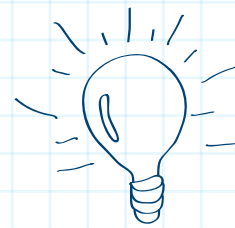
Am 24. Januar 2020 öffnet das Wiefelsteder Café für Trauernde wieder seine Türen. Von 15:00 bis 17:00 Uhr heißen die ehrenamtlichen MitarbeiterInnen des Ambulanten Hospizdienstes Ammerland e.V. wieder trauernde Personen im Rudolf-Bultmann-Haus in der Kirchstraße 8 in Wiefelstede willkommen. Das Café ist ein offener Treffpunkt für trauernde Menschen, die den Austausch mit anderen Betroffenen suchen. Es ist ein Ort, an dem Trauer seinen Platz haben darf sowie Verständnis und Kontakte in der Gemeinschaft gefunden werden können. Die Treffen finden jeden 4. Freitag im Monat von 15:00 bis 17:00 Uhr statt. Das Angebot ist kostenfrei, eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Weitere Informationen erhalten Sie unter der Telefonnummer 04488-52 07 333.

(Text: Hospizdienst Ammerland e.V.)

Lohnsteuerberatungsring
Lohnsteuerhilfverein e.V.

Ihr persönlicher Berater
Heiko Brandhorst

Langenweg 170 a
26125 Oldenburg
Telefon 04 41 / 9 60 82 19
Telefax 04 41 / 36 19 40 90
Mobil 01 76 / 23 10 91 52
heiko.brandhorst@ewetel.net



Steuertipp von Heiko Brandhorst

STEUERJAHR 2019 – WAS GIBT ES NEUES?

Ich hoffe, dass Sie gut in das neue Jahr gestartet sind! Ich wünsche Ihnen und Ihren Angehörigen auf jeden Fall alles erdenklich Gute für das Jahr 2020. Das gilt natürlich auch für die erfolgreiche Abgabe der Steuererklärung 2019. Damit haben Sie nun etwas mehr Zeit. Denn die Abgabefrist ist der 31. Juli 2020 und nicht wie in der Vergangenheit der 31. Mai 2020. Wer Mitglied in einem Lohnsteuerhilfverein oder bei einem Steuerberater ist, der hat sogar bis zum 28.02.2021 Zeit, um seine Einkommensteuererklärung für 2019 beim Finanzamt abzugeben.

Auch hinsichtlich der „beleglosen Steuererklärung“ gilt, dass bei der Abgabe der Erklärung keine Belege mehr vorgelegt werden müssen. Jedoch kann das Finanzamt in bestimmten Fällen Belege anfordern. Deshalb ist es empfehlenswert, die Belege so lange aufzubewahren, bis der Steuerbescheid rechtskräftig geworden ist. Aber was kann abgesetzt werden? Es gilt vom Grundsatz: Alles, was Sie aufwenden, um Ihre Einkünfte bzw. Ihren Arbeitsplatz zu sichern und auszubauen, dürfen Sie steuerlich geltend machen. Dazu gehören insbesondere Gewerkschaftsbeiträge, private Lebensversicherungen, Sozialversicherungsbeiträge (Renten-, Kranken-, Pflege-, Arbeitslosenversicherung), Fachliteratur, Arbeitszimmer, Aufwendungen für Arbeitsmittel wie der private Computer, Fahrkosten zur Arbeitsstelle und vieles mehr.

Leider kann ich aus Platzgründen nicht sämtliche Möglichkeiten abschließend aufzählen. Bewahren Sie aber bitte alle Belege und Nachweise dazu auf. Tipp: Gehen Sie jeden Beleg mit Ihrem steuerlichen Berater durch und fragen nach, ob die Aufwendungen steuerlich absetzbar sind. Diese Zeit sollte Ihr Steuerberater bzw. Lohnsteuerhilfverein für Sie haben.

(Text: Heiko Brandhorst, Foto: Lichtblick Fotostudio)

... und guter Rat!



Kniggetipp von Ralf Beyer

DIGITALE ONLINE-HÖFLICHKEIT

Höflichkeit und Freundlichkeit sind wieder in Mode gekommen – aber ganz offensichtlich nur im persönlichen vis à vis. Zu oft muss man immer wieder erleben, wie gerade im geschriebenen Wort diese Höflichkeit und Freundlichkeit der Anonymität zum Opfer gefallen sind. Auf Facebook werden Menschen beleidigt. Als besonders unangenehm empfinde ich die Kommunikationsebene auf eBay, bzw. eBay-Kleinanzeigen. Anstatt eines freundlichen „Guten Tag“ oder „Hallo“ beginnt der Satz meistens mit „Was ist der letzte Preis?“. Oftmals wird – ohne den Zustand der zu verkaufenden Ware zu kennen – einfach nur der halbe Preis angeboten.

Ich bin unendlich glücklich, dass dieses Niveau in den alltäglichen Geschäften keinen Einzug erhalten hat. Es ist doch wirklich nicht so schwer, als Erstes eine Anrede zu schreiben und dann einen Bezug zu der Ware herzustellen. Ob diese Ignoranten des gepflegten Umgangs sich ihre geschriebenen Worte hinterher nochmal durchlesen und sich dann selbst schämen? Gönnen würde ich es diesen Menschen. Bevor ich mich in Zukunft weiterhin herumärgere, verkaufe ich meine Artikel lieber völlig unter dem Marktwert im Bekanntenkreis oder trage sie zum Verschenkemarkt.

Also, Ihr lieben Beteiligten des digitalen Online-Marktes: haltet Euch doch einfach mal an die sozialen Grundkompetenzen, die wir unserer Jugend doch immer so sehr abverlangen.

In diesem Sinne wünsche ich Euch und Ihnen einen schönen Tag!

(Quelle: Ralf Beyer, ADTV-Tanzlehrer & IHK gepr. Trainer für Umgangsformen im Beruf)



HILFE ZUR SELBSTHILFE IN WESTAFRIKA

OLDENBURGER VEREIN ERHÄLT FÖRDERUNG DER UMWELTSTIFTUNG

von Innovationen ist hierbei wichtig.

In einem Demonstrationsgarten lernen die Einwohner ökologisches Agro-Forresting kennen. Dabei teilen sich Bäume, Äcker und Tiere gemeinsame Flächen. Diese effektiveren Anbaumethoden sollen Ernteerträge steigern, die bessere Ernährung der Kinder und ihnen so auch den Schulbesuch ermöglichen.

„Das Projekt zeichnet sich durch die langfristige Planung und die systematische „Hilfe zur Selbsthilfe“ aus und folgt einem ganzheitlichen Ansatz“, so NBU-Geschäftsführer Karsten Behr über die Förderung. Daraus entsteht eine Zusammenführung von Eigenvorsorge und Klimaschutz.

(Text: Kanturo-Hilfe e.V., Foto: pixabay)

NABU-TIPP: VOGELFÜTTERUNG IM WINTER

Richtiges Füttern ist wichtig – denn die heimischen Vogelarten unterscheiden sich in ihrer Ernährungsweise.

Viele Menschen wollen in der kalten Jahreszeit etwas für die Vogelwelt tun. Vor allem bei Frost und geschlossener Schneedecke ist gegen richtiges Füttern nichts einzuwenden. Die Vogelfütterung in Städten und Dörfern kommt etwa 10 bis 15 Vogelarten zugute. Dazu gehören Meisen, Finken, Rotkehlchen und diverse Drosseln.

„Als Basisfutter eignen sich Sonnenblumenkerne. Bei ungeschälten Kernen fällt zwar mehr Abfall an, dafür verweilen die Vögel aber länger an der Futterstelle. Freiland-Futtermischungen enthalten zusätzlich andere Samen, die von verschiedenen Arten bevorzugt werden“, weiß Philip Foth, Pressesprecher des NABU Niedersachsen. Die häufigsten Körnerfresser sind Meisen, Finken und Sperlinge. Daneben überwintern auch Weichfutterfresser wie Rotkehlchen, Heckenbraunellen, Amseln oder Zaunkönige. „Für sie kann man Rosinen, Obst, Haferflocken und Kleie in Bodennähe anbieten. Dabei ist darauf zu achten, dass dieses Futter nicht verdirbt“, so Foth. „Achten Sie beim Kauf von Meisenknödeln und ähnlichen Produkten darauf, dass diese nicht, wie leider noch häufig üblich, in Plastiknetzen eingewickelt sind. Vögel können sich mit ihren Beinen darin verheddern und schwer verletzen.“

Als Futter grundsätzlich ungeeignet sind alle gewürzten und gesalzenen Speisen. Auch Brot ist nicht zu empfehlen, da es im Magen der Vögel aufquillt.

Grundsätzlich empfiehlt der NABU für die Fütterung ein sogenanntes Futtersilo, weil darin das Futter vor Nässe und Witterungseinflüssen geschützt ist. Wer dennoch ein offenes Futterhäuschen nutzt, sollte es unbedingt täglich reinigen. Sämtliche Futterspender sollten wind-, schnee- und regengeschützt angebracht werden.

Die Vogelfütterung schließt Wasservögel in Parks und Gärten eindeutig aus, diese sind nicht auf Zufütterung angewiesen. Solange die Wasseroberflächen schnee- und eisfrei sind, finden Enten, Gänse und Schwäne am Grund des Gewässers ausreichend pflanzliche Nahrung, auf die ihr Magen eingestellt ist.

(Quelle: www.niedersachsen.nabu.de)



Weitere Informationen unter www.bingo-umweltstiftung.de und www.kanturo-hilfe.de

GeloMyrtol® forte, 60 magensaftresistente Weichkapseln*

Zur Schleimlösung u. Erleichterung des Abhustens bei akuter und chronischer Bronchitis. Zur Schleimlösung bei Entzündungen der Nasennebenhöhlen (Sinusitis). Zur Anwendung bei Erwachsenen, Jugendlichen und Kindern ab 6 Jahren. Enthält Sorbitol.



~~27,30~~
18,99
Sie sparen
30%

nasic® Nasenspray, 10 ml*

Zur Abschwellung der Nasenschleimhaut bei Schnupfen und zur unterstützenden Behandlung der Heilung von Haut- und Schleimhautschäden, anfallsweise auftretendem Fließschnupfen und zur Behandlung der Nasenatmungsbehinderung nach operativen Eingriffen an der Nase. Zur Abschwellung der Nasenschleimhaut bei Schnupfen in Verbindung mit akuten Entzündungen der Nasennebenhöhlen. nasic® Nasenspray ist für Erwachsene und Schulkinder bestimmt.



~~7,15~~
5,39
Sie sparen
24%

Silomat® DMP INTENSIV gegen Reizhusten, Hartkapseln, 12 Stück*

Zur symptomatischen Behandlung des Reizhustens. Enthält Lactose. Wirkstoff: Dextromethorphanhydrobromid-Monohydrat.



~~8,93~~
6,89
Sie sparen
22%

Esberitox® COMPACT Tabletten, 20 Stück*

Zur unterstützenden Therapie viraler Erkältungskrankheiten.



~~10,48~~
7,99
Sie sparen
23%

Ofenerdieker Straße 32 | 26125 Oldenburg | Tel. 0441 - 380 370 | www.diek-apotheke.de

* Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Angebote solange Vorrat reicht. Für die dargestellten Produkte gelten keine gesetzlichen Einheitspreise. Für Druckfehler und Irrtümer keine Haftung.

KFZ - Meisterbetrieb RIEGER GmbH

Kennen Sie unser
Räderhotel?

LICHTTEST UND BREMSENCHECK KOSTENLOS

Reifenservice 20,00€

Einlagerung demontierter Räder 17,00 €

Achsenvermessung inkl. Einstellung..... 62,00 €

Jahresinspektion..... 75,00 €

zzgl. Materialkosten für z.B.
Scheibenwischerblätter oder Filter

Während Ihrer Wartezeit bieten wir Ihnen in unserer
Cafeteria Lavazza Kaffee an.

UNSERE LEISTUNGEN:

- Mechanik
- Ölwechsel
- Einstellarbeiten
- Leihwagenservice
- Inspektion für alle Fabrikate
- Lackierungen
- Unfallschadeninstandsetzung
- Karosserie
- Klimaservice
- HU/AU durch GTÜ
- Hol- und Bringservice
- ... und vieles mehr!
- Fehlersuche aller Art
- Reifenservice mit Einlagerung
- Achsvermessung
- Elektrik

Karl - Fischer Str. 8, 26215 Metjendorf

Tel: 0441/84929 · Fax: 0441/883285 · www.meisterbetrieb-rieger.de

Mo - Fr von 8-18 Uhr, Sa. 9-14 Uhr · GTÜ täglich



HOTEL & RESTAURANT
SPARTA

GRÜNKOHLZEIT

Ab jetzt täglich bis Ende Februar!

Auch mit Barometer oder
Gutscheinbuch einlösbar.
Für weitere Informationen und
unsere Kohlfahrttermine sprechen
Sie uns gerne persönlich an.

Nur auf Vorbestellung möglich.
Ab einer Anzahl von 8 Personen.

Guten Appetit!



NUR
25,90
EURO

+ ein kleines Dessert als Nachtisch!

~~7,50~~
~~oder~~
15,00
Euro

GUTSCHEIN

Ab 2 Hauptgerichten gültig*
Nicht kombinierbar mit anderen Gutscheinkaktionen.
Keine Barauszahlung möglich! Nicht bei Außer-Haus-
Bestellungen. Ein Gutschein pro Tisch. Gültig bis Ende
Februar 2019, nicht an Feiertag- & Samstagen einlösbar.
*7,50 € bei 2 Hauptgerichten | 15 € bei 4 Hauptgerichten

Tischreservierung: 0441 20959750

Hotel & Restaurant SPARTA
Alter Postweg 6 · 26215 Metjendorf

www.restaurant-sparta.com

NEWS & AKTUELLES

7.2.2020 | Räuberessen oder Grünkohl

Ganz klassisch Grünkohl oder darf es mal etwas anderes sein?
Dann probieren Sie unser Räuberessen, Sie haben die Wahl.
Mit Musik, 4-Gänge-Menü, 25,90 € p. P. / all inkl.*
bis 00 Uhr 49,95 € / nur mit Vorbestellung!

Gewinnspiel auf Facebook

Sie haben die Möglichkeit 1 von 5 Barometern für das Jahr 2020
zu gewinnen. Für weitere Informationen schauen Sie auf unserer
Facebookseite vorbei.

*Essen, Bier, Wein, Charly, Ouzo, Korn und Softgetränke

Reservierungen unter: 0441 20959750 oder 0178 5053210



Alter Postweg 6 · 26215 Wiefelstede · www.restaurant-sparta.com ·