

60
JAHRE
Weirauch
überall

Wertvolle Gutscheine
für unsere Leser

Reformwaren Hauken
Diek Apotheke
Willers

HERBST-
kuscheln!

Unser Sonderthema auf Seite 4+5

Oktober 2018

Jubiläum - 60 Jahre Weirauch · Herbstkuscheln - Spezial · Veranstaltungen
News & Tipps · Ofenerdieker Unternehmen – ganz nah dran!



Torsten Mix Sicherheitstechnik

Wir führen Wartungs- und
Reparaturarbeiten aus an:
Fenster, Türen und Rollladen

Zaunkönigweg 37 · 26215 Wiefelstede/Metjendorf
Mail: info@mix-sicherheitstechnik.de · Fax 0441 - 36 11 54 51
Tel. 0441 - 36 11 54 50 · www.mix-sicherheitstechnik.de

Wir machen die Stadtteile bunt!
www.mangoblau.de

Grüne Umweltzone kommt nicht

OB Krogmann: Stickstoffemissionen im Stadtgebiet können auch anders reduziert werden

Eine Reduzierung der verkehrsbedingten Stickoxidemissionen in Oldenburg ist ohne die Einrichtung einer Umweltzone für Fahrzeuge mit grüner Plakette möglich. Das sehen die Maßnahmen des „Green City Plans“ vor, den die Stadt vorgestellt hat. Zonenbezogene Fahrverbote, die vor allem ältere Dieselfahrzeuge betroffen hätten, sind damit vom Tisch“, sagt Oberbürgermeister Jürgen Krogmann. Die von der Stadt jetzt vorgeschlagenen Maßnahmen zielen auf eine unmittelbare und sichere Verringerung der Stickoxide ab. Konkrete Modellberechnungen haben gezeigt, dass der Beitrag einer Umweltzone – in der Diskussion war eine sogenannte Grüne Zone – zur Senkung der Stickstoffemissionen sehr gering wäre. Letztlich kommt es darauf an, die Grenzwerte im Innenstadtbereich vor allem im Bereich der Messstation zu unterschreiten, dazu wäre

es nicht verhältnismäßig, mehreren tausend Autofahrern die Einfahrt in einen flächenmäßig großen Bereich der Innenstadt zu verbieten. Stattdessen finden sich im „Green City Plan“ zahlreiche andere geeignete Maßnahmen. Der wichtigste Schritt ist die beschleunigte Modernisierung der ÖPNV-Flotte, die bereits aktuell durch Fahrzeuganschaffungen eingeleitet ist. Vorgesehen ist auch die Verlagerung von Pkw-Fahrten zwischen Stadt und Region auf einen verbesserten ÖPNV sowie die Umstellung des kommunalen Fuhrparks. Möglich sind auch punktuelle verkehrlenkende Maßnahmen, die vor allem den Heiligengeistwall mit der Messstation entlasten würden. Mit diesem Maßnahmenpaket sollten die vorgeschriebenen Grenzwerte möglichst in den kommenden zwei bis drei Jahren unterschritten werden. *(Quelle: Stadt Oldenburg)*

JETZT

Starten

UND ERST AB

2019
ZAHLEN



Fühl Dich NEU

INJOY
INTERNATIONAL SPORTS- & WELLNESSCLUBS

FELIX-WANKEL-STR. 1 | 26125 OLDENBURG | WWW.INJOY-OLDENBURG.DE | 0441 - 97 28 610

*FÜR ALLE DIE UNS NOCH NICHT KENNEN, WIEDEREINSTEIGER UND MITGLIEDER ANDERER FITNESSCLUBS, BEI ABSCHLUSS EINES 24-MONATSABOS. DAS ANGEBOT IST AB SOFORT GÜLTIG BIS ZUM 15.12.2018

Unter
die Lupe
genommen!

Gut-
scheine

Gültig im Oktober

Reformwaren Hauken
Das einzige Reformhaus im Stadtnorden
& Kosmetikstübchen!

10%

auf alle Naturkost Lebensmittel

ab einem Einkaufswert von 20€, gültig vom 15. bis 31. Oktober 2018, nicht auf bestehende Angebote, nur 1 Coupon pro Person.

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

GUTSCHEIN

über eine Packung
Brausetabletten
Multi-Vitamin

(Gültig: 10/2018
Ab einem Einkaufswert von 10€)

Diek
APOTHEKE

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

Gutschein

über einen Spannungsprüfer gratis

Nur solange Vorrat reicht!

WILLERS
Das Original!

Gültig bis 31.10.18

Nadorster Str. 6 | 26123 Oldenburg
Tel. 04 41 / 88 30 66 | Fax 04 41 / 871 24
www.willers24.de | eigener P

Bitte ausschneiden und mitbringen!



Große Resonanz auf Eröffnung von Umbratec in Rastede

Überwältigt von der großen Resonanz auf die Eröffnung Ihres Werksverkaufs waren Andreas Neunaber und Wilfried Schönbohm, die Inhaber der Sonnenschutzspezialisten aus Rastede. Sie möchten sich bei allen Freunden,



der Familie und Besuchern für das große Interesse und die Unterstützung bedanken. Vor allem ihre Neuentwicklung Juun25, die Jalousie die wie ein Plissee bedient werden kann, begeisterte nachhaltig.

In dem besonderen Ambiente mit der Bilderausstellung der Künstlerin Sabine Schönbohm konnte kaum ausreichend

auf das interessierte Publikum eingegangen werden. Aber das kann immer noch nachgeholt werden. Die abstrakten expressionistischen Bilder sind noch bis zum 26.10. ausgestellt. Ebenfalls bis Ende Oktober gilt das Eröffnungsangebot mit 25% Rabatt auf Plissees und Jalousien.

Umbratec-System GmbH & Co.KG

Bürgermeister-Brötje-Str. 15, D-26180 Rastede
Tel: 04403 / 999 8000

Herzlich willkommen im Hugo e.V.

Sigrun Meyer von der Hugo-Werbegemeinschaft begrüßt die neuen Mitglieder mit einem Blumenstrauß.



(Text und Fotos: Umbratec, hugo)

Zur Neueröffnung nur das Beste!

Sarah Kopmann
Tierheilpraktikerin

Mobile Tierheilpraktikerin für Hunde, Pferde und Katzen
Akupunktur, Bioresonanz, Homöopathie, Mykotherapie, Phytotherapie uvm.

Mobil: (0152) 552 44 671
E-Mail: info@tierheilpraxis-kopmann.de
www.tierheilpraxis-kopmann.de

Sarah Kopmann An der Weide 35 a 27798 Hude

Fitnessland
AKTIV-TREFF

Wir wünschen Umbratec zur Neueröffnung alles Gute!

www.fitnessland-rastede.de
Fitnessland Rastede · Bürgermeister-Brötje-Straße2 · 26180 Rastede

Eröffnungsrabatt 25 % auf Plissee + Jalousie

Umbratec-System GmbH & Co.KG
Bürgermeister-Brötje-Str. 15 Rastede
www.umbratec.de
Tel: 04403 9998000

MehrFürDICH!
Britta Hartmann

Ich wünsche zur Neueröffnung ganz viel Erfolg und Spaß!

MehrFürDICH · Britta Hartmann · 0441 960 20 970 · 0170 812 63 82
info@britta-hartmann.de · www.britta-hartmann.de



Hier tut sich – nichts.

1-jähriges Jubiläum: Stadtteilworkshop Ofenerdiek

Die Mühlen mahlen langsam in Oldenburg, zumindest und ganz besonders, was das Thema Stadtteilentwicklung in Ofenerdiek betrifft.

Fast genau auf den Tag ein Jahr ist es nun her, seit die Stadt Oldenburg einen Stadtteilworkshop in der Mensa der Oberschule Ofenerdiek, Lagerstraße 32 organisiert hat. Ofenerdiek sollte mit Bürgerbeteiligung ins Jahr 2025 geführt werden. Die Verwaltung hatte gerufen, die Ofenerdieker waren zahlreich erschienen. Das Interesse der Bürgerinnen, Bürger, Geschäftsleute und der Vereine war groß. Es wurden unzählige Ideen eingebracht, Verbesserungsvorschläge unterbreitet ... und aktiv an der Zukunft von Ofenerdiek mitgearbeitet ...

Kinder, wie die Zeit vergeht. Bald ist schon wieder Herbst und Weihnachten steht vor der Tür, 2018 neigt sich dem Ende entgegen. Aber wie ist es eigentlich um die Ergebnisse aus dem Stadtteilworkshop bestellt? Nach nun gut einem Jahr gab es auf Nachfrage ... nichts zu vermelden. Zumindest nichts von Gehalt. Die saloppe Quintessenz des knapp

zweiseitig vollgeschriebenen Briefes: *Wir machen da was, sind da dran, ... und in 2019 wird sicherlich irgendwann irgendwas passieren. Wir werden zu gegebener Zeit dann irgendwas vermelden ...* Nettes Verwaltungs- und Politikerdeutsch par excellence. Die Kernbotschaft? Vom Nebel der Administration verschluckt. Bürgerbeteiligung? Informationsfluss? Fehlanzeige. Stattdessen? Warteschleife 2.0. Hier fehlt es der Stadt an Fingerspitzengefühl. Kommunikation ist keine Einbahnstraße.

Die Ofenerdieker und Ofenerdiekerinnen würden gerne wissen, wie es mit dem wohl schönsten Stadtteil Oldenburgs weitergeht. Nicht nur die Geschäftsleute und Unternehmen des HUGO e.V. müssen planen. Es gilt die Bürgerinnen und Bürger mitzunehmen, zu informieren und Zukunft zu gestalten ...

Ein Kommentar und einige Gedanken dazu von Hilbert Schoe, dem 1. Vorsitzenden des HUGO e.V.:

Zukunftsort oder abgehängter Stadtteil - wo soll es hingehen?

In der Tat, der Stadtteilworkshop im Oktober letzten Jahres war ein voller Erfolg. Insbesondere, da viele Teilnehmerinnen und Teilnehmer quer durch alle Altersschichten kamen, die man bei anderen Versammlungen eher nicht sieht.

Das Stadtplanungsamt hat den Workshop gut organisiert und durchgeführt. Zu Beginn wurden die wichtigsten Hintergründe erläutert, wie z.B. die Eingrenzung des Stadtteilzentrums im Zuge der Rahmenplanung. Bis hierher war alles gut, und die Erwartungshaltung sowie die Motivation hoch.

Wohlgermerkt, es handelt sich dabei nicht um die Aufstellung eines Bebauungsplanes, sondern um einen Rahmen, der Wünsche und Anregungen der teilnehmenden Bürgerinnen und Bürger zusammenfasst.

Das es entgegen aller Zusagen nicht möglich ist, binnen Jahresfrist der Bevölkerung die Ergebnisse vorzustellen, ist absolut inakzeptabel! Das Fatale – die Wirkung des Workshops als Impulsgeber verpufft. Ist eben dies beabsichtigt?

Im November 2017 erfolgte ein Aufstellungsbeschluss zum Stadtteil-

zentrum Ofenerdiek, der vorsieht das Zentrum gegenüber den Vorgaben zum Workshop erheblich einzuschränken. Fast zeitgleich macht unser Oberbürgermeister alle Überlegungen zur Ansiedlung eines Verbrauchermarktes an der Paul-Tantzen-Straße zunichte.

Wozu dieser Aktionismus?

Warum wird ein öffentlicher Diskurs nicht gefördert?

Werden etwa Einzelinteressen gegen das Gemeinwohl gestellt?

Die Verdichtung der Wohnbebauung im Stadtteil und die Pläne zum Weißenmoor mit all ihren Folgen schreiten unaufhaltsam voran. Dem muss umgehend städtebaulich Rechnung getragen werden, und zwar auf Grundlage der Ergebnisse des Stadtteilworkshops vom vergangenen Jahr.

Es ist an der Zeit – unsere Stadtverwaltung, unsere Ratsvertretung und auch unser Oberbürgermeister haben sich zu erklären!

Hilbert Schoe, 1. Vorsitzender H.U.G.O. e.V.

(Text: Hilbert Schoe)

Wie ist Ihre Meinung zu diesem Thema?

Schreiben Sie uns einen Leserbrief an info@hugo-journal.de oder per Post an die Redaktion, Wiefelsteder Straße 19, 26127 Oldenburg.

Andre Szach
Das Monopol ist gefallen, Sie haben die Wahl!
Freier Schornsteinfegermeister
Lachsweg 10a · 26127 Oldenburg
0174 6506366 · andre.szach@ewe.net

Thorsten Heyderhoff
Kachelofen- und Luftheizungsbaumeister
Haßfurter Str. 25b
26127 Oldenburg
Tel.: 0441 - 53417

Rosen-Apotheke
22.-26. Oktober
Fit durch das Schmuddelwetter Aktionen
Telefon: 0441 - 301665
www.rosenapotheke.cc

UMNEY KG
Heizungsbau- und Sanitärinstallation
Mellumstr. 7b
26125 Oldenburg
Tel. 0441/9350900
Fax 0441/9350901
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

Hairdesigner
Wir freuen uns auf Ihren Besuch!
Inhaberin Gabriele Johnson
Ofenerdieker Str. 48
26125 Oldenburg
☎ 0441/608102

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

Der Herbst ist da...

... und mit ihm auch Bruno. Der neue Mitbewohner sollte zwar erst zum Advent ankommen, ist nun aber schon da...

Aber dass die Zeit bis Weihnachten rast, das weiß ja jeder!

(Text und Foto: kat)



HERBST- kuscheln!

Die Tage werden kürzer, langsam wird es frischer draußen und beim Spaziergehen raschelt das Laub stimmungsvoll in der goldenen Jahreszeit. Der Herbst ist da und die kuscheligen Abende sind wieder an der Tagesordnung. Mit einer schönen Tasse Tee, einem spannenden Buch eingemummelt in eine Woldecke lassen sich diese besonders gut verbringen. Wenn das gute Wetter nachlässt, verbringen die Menschen automatisch wieder mehr Zeit drinnen. Warum dann nicht die gewonnenen Stunden mit Basteln verbringen? Gerade der Herbst lädt mit seinen bunten Blättern, heruntergefallenen Kastanien oder Bucheckern sehr dazu ein, tolle Dekorationen oder süße Tierchen – vor allem mit seinen Kindern – zu basteln.

Auf Halloween freuen sich nicht nur die Kinder in Ofenerdick. Schlendern Sie doch einmal durch die Siedlung. Viele Erwachsene haben ihre Gärten gruselig gestaltet. Kleine Hexen und Gespenster klingeln an unseren Haustüren und rufen "Süßes oder Saures". Halten Sie am besten ein paar Süßigkeiten parat – das bereitet nicht nur den kleinen „Gruselkreaturen“ viel Freude.

Haben Sie Lust auf den Herbst bekommen? Schauen Sie sich doch einfach mal in Ofenerdick um, dann werden Sie erstaunt sein, was Ihnen dort noch alles so geboten wird.

(Text: bri)

FULL SERVICE!
Machen Sie ihr Fahrzeug herbst- und winterauglich!

Andre & Dieter Schröder
KFZ-Werkstatt für alle Marken
Am Stadtrand 69 · 26127 Oldenburg

- Inspektionsservice
- Reifendienst
- Bremsendienst
- Ölwechselservice
- Klimawartung
- TÜV & AU
- Unfallschäden
- Reparaturen aller Art

0441 60 913

Barbara Seniorenmode®

Aktuelle Herbst- und Wintermode eingetroffen.

Ofenerdieker Str. 59 Mo.-Fr. 09.30 - 12.30 Uhr
26125 Oldenburg 14.30 - 18.00 Uhr
Tel. 0441 / 800 66 474 Sa. 09.30 - 12.30 Uhr

1 Laden – 2 Themen

Herbstmode bei Barbaras Seniorenmode & im Kindersecondhand

"Zwergenland"

Viel Mühe gegeben hatte sich Barbara Bobrowski zur Neueröffnung ihres inzwischen erfolgreich gestarteten Kinder-Secondhandladens 'Zwergenland' im Nebenraum ihres Seniorenmoden-Geschäftes. Hier kann jetzt auch schon nach wärmerer Kleidung, Schneeanzügen, Regensachen, Schuhen etc gestöbert werden. Passend dazu ist in "Barbaras Seniorenmoden" auch die neue Herbstkollektion für die Generation 50+ mit Blusen, Hosen, Pullovers und schicken Strickjacken eingetroffen.

Kleiner Tipp: die 'Seniorenmode' von heute wird immer jünger und ansprechender, so dass sich hier neben klassischen Stücken auch ein gutes Angebot für die mittlere Generation findet. Gehen Sie mal auf Entdeckungsreise ...

(Text: kat, Fotos: Zwergenland)



Blick über die Dächer von Ofenerdick



Ein Herbstbild von Leserin Etta Becker

Die Tage werden kürzer, langsam wird es frischer draußen und beim Spaziergehen raschelt das Laub stimmungsvoll in der goldenen Jahreszeit. Der Herbst ist da und die kuscheligen Abende sind wieder an der Tagesordnung. Mit einer schönen Tasse Tee, einem spannenden Buch eingemummelt in eine Woldecke lassen sich diese besonders gut verbringen. Wenn das gute Wetter nachlässt, verbringen die Menschen automatisch wieder mehr Zeit drinnen. Warum dann nicht die gewonnenen Stunden mit Basteln verbringen? Gerade der Herbst lädt mit seinen bunten Blättern, heruntergefallenen Kastanien oder Bucheckern sehr dazu ein, tolle Dekorationen oder süße Tierchen – vor allem mit seinen Kindern – zu basteln.

„Die Natur kehrt sich um, die im Herbst die Gärten bewohnen, nah gärtnernd kann sich im Herbst Tee zurücklegen. Gartens genießen.“

Weitere Themen desverbrachten Gartens...

Unsere Leistungen:

- ~ Heilpraktiker für Physiotherapie
- ~ Krankengymnastik
- ~ Manuelle Therapie
- ~ Klassische Massage
- ~ Stoßwellentherapie (Schmerzreduktion, Cellulitis-Behandlung uvm.)
- ~ Manuelle Lymphdrainage
- ~ KG-ZNS nach Bobath
- ~ Cranio-Sacrale Therapie
- ~ Fußreflexzonen Massage
- ~ Atlas-Therapie
- ~ Kinesio Taping
- ~ Faszien-Therapie, CMD
- ~ Kinesiologie / Muskeltest
- ~ Wärme-Therapie / Fango
- ~ Symphticus-Therapie
- ~ Klangschalen-Therapie
- ~ Progressive Muskelentspannung
- ~ Präventive Rückenschule
- ~ Body-Balance-Pilates
- ~ Latin-Power®



Praxis am Stadion

Physiotherapie und Prävention

Neu bei uns:

- ~ LNB Schmerztherapie nach Liebscher und Bracht
- ~ Hypnose-Coaching

Heidi Rieder & Sonja Nemeyer · Eyhauser Allee 8 · 26160 Bad Zwischenahn
Tel.: 04403-60271 72 · www.praxis-am-stadion.de





Rezept-Tipp von Andrea Chapus

Kürbissuppe mit Zitronengras und Koriander

2 EL Kokosfett, 1 Schalotte, 1 Knoblauchzehe, 2 EL Kurkuma und Muskat, etwas Wasser, 2 cm Ingwer, 2 Kartoffeln, kl. Hokkaido, 1 Glas Orangensaft, 1 Glas Gemüsebrühe, 200ml Kokosmilch, 3 Stück Zitronengras, Salz, Pfeffer

Kurkuma und Muskat mit etwas Wasser zu einer Paste anrühren. Hokkaido klein schneiden und im Kokosfett andünsten. Alles zusammen mit der Schalotte und der Knoblauchzehe in einen Topf geben und mit Orangensaft, Gemüsebrühe und Kokosmilch ablöschen. Zitronengras, Salz und Pfeffer hinzugeben. Alles 25 Min. köcheln lassen und anschließend pürieren. Die fertige Suppe mit Croutons und einem Bund Koriander oder Dill garnieren. Fertig!

(Text: Tipp von Andrea Chapus / Nataraja Yoga)



Nataraja
Yoga



Familienworkshop
Yin-Yoga Kurse
Meditation Kurse / Einführung

Wirken Sie dem Herbst Blues entgegen!

Andrea Chapus · Nataraja Yoga · in Ofenerdiek
Termine + Infos unter Tel. 0441 93 54 30 9 oder 0176 32 88 53 58
www.nataraja-yoga.de



Energetix-Wellness-Nackenkissen

Komfort und Wellness bei Entspannung und Schlaf. Der hochwertige Memory-Schaum wird umhüllt von kuschelweichem Obermaterial. Die ergonomische Form kann Nackenschmerzen und Verspannungen vorbeugen. Acht starke Neodym-Magnete von jew. 0,12 Tesla im Bereich Schulter und Nacken bringen über die Magnetkraft den zusätzlichen Wellnesseffekt.

Ideal für daheim und unterwegs. Testen Sie es selbst. Im Transportbeutel verpackt, wird das Nackenkissen ganz klein und lässt sich bequem auf jede Reise mitnehmen.

(Foto + Text: shop.energetix.tv)



VV Vitality
Ursachentherapie
Thurid Hedemann

15% auf die Erstbehandlung bei Terminvereinbarung bis zum 30.11.2018



VV-Vitality · Am Stadtrand 71 · 26125 Oldenburg
Tel. 0441 48 56 83 52 · Mobil 0176 229 799 82



ENERGETIX
BINGEN

Selbstständige Vertriebspartnerin

10,-€ Rabatt
auf ein Energetix-Nackenkissen

(Aktion gültig bis zum 31.12.18, 1 Gutschein pro Person)



MehrFürDICH · Britta Hartmann · Tel: 0441 - 960 20 970
mehr fuerdich.ol@web.de · www.brittahartmann.energetix.tv

Umwelt / Gartentipps

Gartenabfälle helfen Tieren beim Überwintern

Die Tage werden kürzer und es wird Zeit, den Garten winterfest zu machen. Dabei muss nicht alles, was als „Gartenabfall“ anfällt sortiert werden: Baumschnitt, Laub und Fallobst hilft den tierischen Bewohnern dabei, erfolgreich zu überwintern. Wer seinen Garten winterfest hält, spart außerdem jede Menge Arbeit.

Laub bringt keinen Abfall. Reisig, Laub, Fallobst, abgeblühte Stauden, die im Herbst anfallen, sind nahrhaft und nützlich für viele tierische Bewohner. „Wer naturgemäß diese „Abfälle“ im Garten lässt, erleichtert es den Tieren, im Herbst entspannt mit einer Tasche voll Nahrung zu überleben und die Früchte seines Gartens zu genießen.“

Tipps gibt der NABU Bundesverband unter www.NABU.de/winterfest

(Text: nabu)




MARKT FÜR
KUNST UND
HANDWERK

3. + 4. Nov. '18
10 - 17 Uhr

Markt für Kunst und Handwerk

Eine vielversprechende Adresse für weihnachtliche Anregungen und Inspirationen bietet der Markt für Kunst und Handwerk in den Weser-Ems-Hallen Oldenburg. Geschützt vor Wind und Wetter finden sich regionale sowie weithergereiste Künstler und Schöpfer in der Kongresshalle in Oldenburg ein und offerieren ihre Werke. Stammassteller der Region ebenso wie Beiträge, die zum ersten Mal in Oldenburg gastieren, bilden gemeinsam das gut sortierte Ausstellerfeld und schaffen die ideale Grundlage für den vorweihnachtlichen Einkaufsbummel. Der Markt für Kunst und Handwerk ist an zwei Tagen jeweils in der Zeit von 10 bis 17 Uhr geöffnet.

(Text und Foto: Weser-Ems-Hallen)

SIEBER & WERNER



Haselerweg 10 - 26125 Oldenburg - Telefon: 0441 / 30 21 02
Fax: 0441 / 30 46 20 2 - mail: info@autofit-sieber-werner.de

Ihr Spezialist für:

- Inspektionen mit Mobilitätsgarantie
- Karosserie-Instandsetzung
- Reifenservice
- BMW-Spezialservice
- Bremsendienst
- Transporter ...
- Inspektionen an Neuwagen
- Abgassonderuntersuchung
- Glasschäden
- Einbau von Zubehör
- Anhängerkupplungen

**Heizungswartung:
sparsame Funktion,
langes Leben.**



Oltmanns®
Energiesparend Heizen. Wohlfühlen im Bad.

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

20. + 21. OKTOBER

Gleich 2 Premieren im Autohaus Harmdierks:

Der neue Honda CR-V und Einweihung der renovierten Geschäftsräume.

Am 20. und 21. Oktober von 11 bis 16 Uhr gibt es gleich zwei gute Gründe, wieder einmal im Autohaus Harmdierks in Etzhorn vorbeizuschauen. Zum einen wird dann endlich der funkelneue Honda CR-V präsentiert, zum anderen kann man die komplett renovierten Räumlichkeiten des alteingesessenen Honda-Vertragshändlers und Mehrmarkencenters bestaunen.



Außerdem locken viele tolle Aktionen für Groß und Klein. Neben dem beliebten Kinderschminken wird es für die Kids u.a. einen Mal- & Luftballonweitflugwettbewerb mit tollen Preisen geben. Die Erwachsenen erwartet neben dem neuen SUV-Flaggschiff auch ein herbstlicher Strauß attraktiver Werkstattangebote für jedermann, z. B. einen Wintercheck zum Vorzugspreis, Ölwechsel zu Sonderkonditionen, coole Winterreifen-Angebote und mehr ... Für das leibliche Wohl ist selbstverständlich gesorgt.

Aber zurück zum CR-V: Sportlich und luxuriös, wurde er von Grund auf neu konzipiert und auf allen Ebenen neu gestaltet; Honda hat ihn innen und außen völlig neu durchgestylt. Außerdem ist der beliebte Alleskönner jetzt auch als 7-Sitzer und zeitnah als Hybrid erhältlich. Ein guter Grund hier einmal genauer hinzuzugucken.

Noch vor der offiziellen Premiere gelang es dem HUGO-Journal einen Blick auf das weltweit beliebteste SUV zu werfen. Daran möchten wir Sie an dieser Stelle natürlich gerne teilhaben lassen.

Hier einige exklusive Bilder des neuen Honda CR-V:



Die guten Nachrichten zum Schluss: Wie das so üblich ist, locken bei einem Modellwechsel auch saftige Rabatte und tolle Finanzierungsangebote für das noch aktuelle, aber „alte“ Modell. Unser Tipp daher: **Kommen Sie am 20. und 21. Oktober bei Harmdierks vorbei und sichern Sie sich ein Schnäppchen!** Mehr Infos auch auf www.harmdierks.de oder www.facebook.com/Harmdierks.de

(Text und Fotos: axl)



Der neue
CR-V
„Jede Fahrt.
Beeindruckend.“



**Premiere am
20. / 21. Oktober 2018**

KRAFTSTOFFVERBRAUCH CR-V IN L/100 KM: INNERORTS 8,6–7,4; AUSSERORTS 6,2–5,6; KOMBINIERT 7,1–6,3. CO₂-EMISSION IN G/KM: 162–143. (ALLE WERTE NACH 1999/94/EG.) ABBILDUNG ZEIGT SONDERAUSSTATTUNG. VERKAUF, BERATUNG UND PROBEFAHRT NUR INNERHALB DER GESETZLICHEN LADENÖFFNUNGSZEITEN.



Ihre Begeisterung ist unsere Bestätigung!
Autohaus Bernhard Harmdierks GmbH
info@harmdierks.de · www.harmdierks.de

KULTURZENTRUM OFENERDIEK

Sa., 3. November 2018, 21:00 Uhr:

Ü33 Party mit DJ Gary

Eintritt: 8,- € im Vorverkauf und an der Abendkasse. Einlass ab 21:00 Uhr.

Fr., 16. November 2018, 19:30 Uhr:

The Stingrays



Das 6. Oldenburger - Gemeinschafts KLASSENTREFFEN ... von Raupenbahn bis Musik - Express. The Best of Beat & Rock n´Roll! Veranstalter Kulturzentrum Ofenerdiek.

Eintritt 10,- € im Vorverkauf, 12,- € an der Abendkasse. Einlass 18:30 Uhr.

Karten erhalten Sie im Vorverkauf bei Dellas-Optik und allen Adticket angeschlossenen Vorverkaufsstellen, online unter www.kulturzentrum-ofenerdiek.de oder an der Abendkasse. Weitere Infos: 608975 oder per E-Mail unter: info@kulturzentrum-ofenerdiek.de.

(Text und Fotos: Kulturzentrum Ofenerdiek)

25. OKTOBER

19:30 Uhr – Heinrich Kunst Haus

Bückeleeten im Heinrich-Kunst-Haus



„Bückel“ – das sind grüne Heringe, filetiert und gewürzt. Am offenen Kaminfeuer werden sie im Heinrich Kunst Haus (Sandweg 22, Ofenerfeld) in sogenannten Fischzangen zubereitet und anschließend zu herzhaftem Schwarzbrot verzehrt. Der Verein Begegnungsstätte Heinrich Kunst e.V. lädt für Do., 25. Oktober ab 19:30 Uhr wieder alle Mitglieder und Freunde zu seinem traditionellen „Bückeleeten“ ein. Damit der Verein die Heringsmengen planen kann, werden Anmeldungen bis zum 11. Oktober erbeten unter Tel. 0441-60735, 04488-848411 oder 0171-4957241. Daneben gibt es auf Wunsch und Anmeldung aber auch Bratwurst oder Steak für die „Nicht-Fisch-Freunde“, so der Vorstand.

(Quelle+Foto: Heinrich Kunst Haus)

26.+27. OKTOBER

19:30 Uhr – Heinrich Kunst Haus

Warkel-Dag van't Schrieverkring

Im Heinrich Kunst Haus wird wieder literarisch „gewarkelt“. Viele niederdeutsche Schriftstellerinnen und Schriftsteller aus dem Weser-Ems-Bereich treffen am Samstag, 27. Oktober 2018 unter Leitung von „Schrieverkring-Baas“ Rita Gnep im gemütlichen Ambiente des Hauses zusammen, um über ihre neuesten Werke zu diskutieren und an ihnen zu arbeiten: das passiert am „Warkel-Dag van't Schrieverkring“. Am Vorabend, am Freitag, 26. Oktober 2018 gibt es aus diesem Anlass eine öffentliche Lesung aus diesen Werken, die die Schriftsteller auch selber vortragen. Zur musikalischen Unterhaltung gibt es zudem plattdeutsche Lieder. Der Eintritt ist frei.

(Quelle: Heinrich Kunst Haus)

20. NOVEMBER

19:30 Uhr – Haus am Langenweg

Bücher-Abend auf der Bauerndiele

Auch dieses Jahr werden Margarethe Schöbel und Jens Teuber, auf ihre unterhaltende Art, Bücher präsentieren. Die jeweiligen Lieblingsbücher der beiden wurden aus den unterschiedlichsten Genres zusammengestellt und sind garantiert noch im Handel erhältlich. Bei Wein/Wasser und einem kleinen Snack kann gemeinsam ein geselliger Abend miteinander verbracht werden. Es ist keine Anmeldung erforderlich. Der Eintritt ist frei, über eine kleine Spende freut sich die Kirchengemeinde.

(Quelle: Thomas Bote)

9. DEZEMBER

Spielbank Bad Zwischenahn

Die Sinatra Story - interpretiert von Jens Sörensen

Am Sonntag, 09.12.2018 in der Zeit von 14:30 – 16:00 Uhr wird der Oldenburger Jens Sörensen als einer der besten Frank-Sinatra-Interpreten den legendären Entertainer in der Spielbank Bad Zwischenahn wieder aufleben lassen.



„Wenn es mir gelingt, Sie - mein Publikum - für einen Abend aus Ihrem Alltag zu holen, wenn es gelingt, Sie für ein paar Stunden Ihre Sorgen vergessen zu lassen und Sie auf dem Heimweg noch die Lieder summen, dann sehe ich mein Ziel als erreicht“, so das Motto von Jens Sörensen. Bereits zum fünften Mal tritt er mit seinem Weihnachtsspecial in der Spielbank auf. Sörensen präsentiert eine musikalisch-biographische Zeitreise durch das bewegte Leben und die einmalige Musik des größten Entertainers des vergangenen Jahrhunderts: Frank Sinatra. Eine Mischung aus Show, Gesang und Geschichten. Verblüffend echt lässt Jens Sörensen die Sinatra-Welthits erklingen und plaudert ebenso amüsant wie informativ als „Frankyboy“ aus seinem Leben.

Tickets für die Veranstaltung sind über die Rezeption der Spielbank Bad Zwischenahn (04403 93800) täglich von 14:00 – 02:00 Uhr erhältlich. Der Kartenpreis beträgt 12 € inkl. VVK-Gebühr. Im Eintrittspreis sind eine Tasse Kaffee/Tee und ein Stück Kuchen enthalten.

Weitere Informationen: www.spielbank-bad-zwischenahn.de und www.facebook.com/spielbank.bad.zwischenahn.

(Text + Fotorechte: Spielbank Bad Zwischenahn, Foto: Marion Menke)

SCHNUUR ...
Reiner Glasaustausch. Zurücklehnen und 60 % mehr Energie sparen.

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

...näher aus Kunden!
Glaserei Gassewitz

KFZ - Meisterbetrieb RIEGER GmbH

Ihr Meisterbetrieb in Metjendorf

Karl - Fischer Str. 8
Tel: 0441/84929 · Fax: 0441/883285

26215 Metjendorf
Mo-Fr von 8-18 Uhr, Sa. 9-14 Uhr
www.meisterbetrieb-rieger.de

EDEKA Husmann „Mein Markt“

Oldenburg - Ofenerdiek
Am Stadtrand 14 • Tel.: (04 41) 80 09 78-0

Wiefelstede - Metjendorf
Ofenerfelder Str. 1a • Tel.: (04 41) 20 94 901-0

Wir ♥ Lebensmittel.

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

HIRO
DIE EXPERTEN FÜR AUTOS

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

Freie Werkstatt
Land Rover Service

Katalogmappen kostenlos abholen!

LEGO, Playmobil, Schleich, Copperrath, Ravensburger und viele mehr ...

sander+sohn
spielen, schreiben, schenken

Sander + Sohn GmbH & Co. KG
Ofenerdiekerstr. 40
26125 Oldenburg

www.sander-sohn.de
Tel. 0441 - 60539
info@sander-sohn.de

Mo.-Fr. 9-18.30 Uhr
Sa. 9-14.00 Uhr

11. NOVEMBER

11:00 - 14:30 Uhr – Grundschule Metjendorf

Kunst und Kreativmarkt

Am 11. November 2018 veranstaltet der Förderverein der Grundschule Metjendorf in der Grundschule Metjendorf (Schulweg 11) erstmalig einen Kunst- und Kreativmarkt.



Genähtes, Gestricktes, Gehäkelt, Gefilztes, Design, Handmade, DIY, Recycling, Upcycling, Kunst, feines Kunsthandwerk, Schmuck, Scrapbooking, Dekoration, Tiffany-Glas-kunst, Buchbindearbeiten, Keramikskulpturen, Accessoires für Kinder, Charakterbären, geschneiderte Deko + Wohlfühlkreationen, Acrylmalerei, Objekte aus Stein, Porzellanmalerei, Bauernmalerei, Papierarbeiten, Keramik-Schmuck, Handgewebtes, abstrakte Malerei, Lederarbeiten, Engel aus div. Materialien, alte Lampen, Aquarelle, Schönes aus Schwemmholz + Angeschwemmtes, Holzdeko für Terrasse, Garten und Wohnraum, Strümpfe und Stulpen, Patchwork und vieles mehr.

Da wird sicher das eine oder andere Weihnachtsgeschenk dabei sein. Der Förderverein sorgt für das leibliche Wohl mit selbstgebackenem Kuchen, heißen Waffeln, Kaffee, Tee und Kaltgetränken.

(Quelle+Abb.: Förderverein Grundschule Metjendorf)

Jetzt schon vormerken:
HUGO
Lichterfest 2018
am Samstag
vor dem 1. Advent.



L.MAREK
Geschäftsführer Reiner Meyer
Bedachungs GmbH
Am Stadtrand 19 · 26127 Oldenburg · Tel. 0441/ 619 96
www.marek-bedachungen.com · buero@marek-bedachungen.com

- Flachdachabdichtung
- Ziegeleindeckung
- Rinnenreinigung
- Dachfenstereinbau
- Reparaturarbeiten

WIR SIND DAS TEAM VON MANGOBLAU

MANGOBLAU GMBH · MARLIES MITTWOLLEN UND AXEL BERGER
Wiefelsteder Str. 19 · 26127 Oldenburg · Tel. 0441 304 102 10 · www.mangoblau.de

**Häusliche Kranken- und Altenpflege
Tagespflege Rose-Marie Müller**

...zu Mensch

Rose-Marie Müller
(0441) 72 97 7
Häusliche Pflege

Von Mensch...

Ofenerdieker Straße 10 | 26125 Oldenburg
www.pflegedienst-rosemarie-mueller.de

HUGO Journal

Anzeigen- & Redaktionsschluss
November-Ausgabe: 2.11.2018

trop. Stechmücke	großes Gewässer	wiederholt	Kfz-Z. Großbritannien	Monatsname	begeisterter Anhänger (engl.)	Initialen von Picasso † 1973	niederländ.: eins	kurz für Trabant	Saale-Zufluss	Aufbrühhilfe
griechischer Buchstabe	11			Esslust		2				
Staat in Südosteuropa				9		Produkt der Auster				4
Kurzform von Kenneth		10						7		
Irland in der Landessprache		Kurort in Schleswig-Holstein (Bad ...)					Bezeichnung, Benennung		dt.-frz. Schriftstellerin † 1967	
Windrichtung	1						männl. Kose-name	Weg bergab		Bühnen-tanz
frühere land-wirtsch. Gehilfin	Heidekraut-gewächs		keltischer Priester				Angst-traum			
deutsche Vorsilbe							frühere schwed. Pop-gruppe		Strom-speicher (Kurz-wort)	
arab.: Vater							Gelände-verlie-fung			
lat.: ist										
rheinisch: Fels; Schiefer		3	Kfz-Z. Libanon	Frage-wort (4. Fall)	Zeichen für Cäsium	Ausruf des Tri-umphes	fries. Männer-u. Frau-enname			6
ausge-grabener Mutter-boden							alkoho-lisches Getränk			
Stadt an der Bode			5	Samen-körner für den Anbau		8				

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

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----

Shanty-Chor Oldenburg zu Besuch in New York
Die "Kinder des Nordens" auf der 5th Avenue

Mit seiner spektakulären Teilnahme an der 61. German-American-Steubenparade in New York City setzte der Shanty-Chor Oldenburg einen weiteren Schwerpunkt seiner diesjährigen Saison.

Zusammen mit Helmut Fokkena und seinen Weidengängern und unter der musikalischen Leitung von Alexander Goretzki, der mit dem Akkordeon die kleine Marschgruppe anführte, reihten sich die Oldenburger Shantymen am 15. September 2018 in den großen Umzug ein, der wie jedes Jahr tausende New Yorker und viele Touristen begeisterte. Hervorragend betreut durch den USA-erfahrenen Reiseleiter Dr. Wolfgang Grams, von „Routes to the Roots“, verbrachte die Gruppe vier Tage in der Weltstadt die „niemals schläft“. Neben der Parade selbst gab es zahlreiche unvergessliche Höhepunkte, wie der wunderbare Empfang aller Teilnehmer aus Übersee durch den Bürgermeister von New York City und die Parade Marshals am Foley Square, der festliche Gottesdienst vor der Parade, in der St. Patrick's Cathedral sowie ein vom Shanty-Chor Oldenburg mitgestalteter



Gottesdienst in der deutschen Evangelisch-Lutherischen Zionskirche am Sonntag in Brooklyn Heights. Viele organisierte und private Eindrücke von dieser großartigen Metropole werden den Teilnehmern in Erinnerung bleiben.

Der musikalische Chorleiter, Alexander Goretzki, feierte am Paradedag seinen 51ten Geburtstag. Bei einem auf die Parade folgenden Treffen mit amerikanischen und deutschen Gruppen in einem Chinarestaurant in der Upper East Side, wurde er - auch von den völlig beeindruckten Wirten, die statt ihrer Spezialitäten Bratwurst und Sauerkraut im Angebot hatten - gebührend gefeiert.

(Text + Fotos: Heinz-H. Meyer v. Thun, Shanty-Chor Oldenburg)

HUGO

IM OKTOBER:
WILHELM TELL



VV Vitality: Ursachentherapie

Wussten Sie, dass Ihr Körper das Spiegelbild Ihrer Seele ist? Alles was wir von unserer Geburt an bis zum heutigen Tag erlebt haben, wird in den Zellen unseres Körpers gespeichert. Sobald in unserem Unterbewusstsein eine Blockade entsteht, wird dies über unseren Körper sichtbar gemacht – in erster Linie über unsere Füße.



Durch die sogenannte Ursachentherapie wie in der V-Tronometry und V-Trology Methode, werden unterbewusste Blockaden über die Zehen und Augen sichtbar und werden dann in der Behandlung in eine positive Veränderung gebracht.

„Aus jedem Lebensumstand und jeder Erkrankung gibt es einen Weg in die positive Veränderung“, so die gelernte V-Tronometry und V-trology Therapeutin Thuriid Hedemann.

Durch eigene Erfahrungen mit dieser Therapie hat Thuriid ihr Leben komplett umgekrempelt und sich im Anschluss entschlossen, auch andere Menschen mit dieser Methode zu unterstützen. Ziel ist es wieder die Möglichkeit zu einem glücklichen, gesunden und selbstbestimmten zu Leben zu finden.



Die Behandlung der VV Vitality Methode hebt eine Tiefenentspannung im Körper hervor und regt so von innen heraus die körpereigenen Selbstheilungskräfte an wieder im vollem Umfang zu arbeiten. Wo will man hin und wo ist im Unterbewusstsein die Blockade? Wie sind meine Verhaltens- und Denkmuster und wie kann ich diese verändern?

Das sind Fragen, die in den Terminen geklärt werden können. Im Mittelpunkt dieser Ursachentherapie ist immer der Mensch.

Sie wollen mehr erfahren? Weitere Informationen unter www.vv-vitality.de oder telefonisch unter 48 56 83 52 / 0176 22 97 99 92. Oder Sie kommen am 25.10.2018 um 18:30 Uhr zu meinem eintrittsfreien Vortrag in den Patentkrug Oldenburg. (Text: bri, Fotos: VV Vitality)

Aus 3 wurde 1 – Parkplatznot vor Reformwaren Hauken

Auf zwei von den drei vorhandenen Kundenparkplätzen des Geschäfts Reformwaren Hauken an der Alexanderstraße 334 stehen nun die Autos eines Carsharing Unternehmens. Obwohl in der angrenzenden Straße an beiden Seiten ein Parkstreifen vorhanden ist, hat das Carsharing Unternehmen nun die schon knappen Parkplätze vorm Geschäft belegt.



bei der Stadt Oldenburg einreichen – zu Recht. Wir bleiben dran und werden weiter berichten.

(Text und Foto: bri)

Geschäftsinhaber Herr Hauken hatte bereits Kontakt mit dem Unternehmen aufgenommen, ist jedoch dort auf taube Ohren gestoßen. Nun möchte er eine Beschwerde

5 Jahre Restaurant & Café und Hotel Sparta im Heidkamp



So steht es auf der Website www.restaurant-sparta.com: „Wir freuen uns, Sie seit nunmehr 5 Jahren in unserem Restaurant & Café begrüßen und Ihnen durch freundliche und zuvorkommende Bedienung, durch ein reichhaltiges Angebot an griechischen Speisen und Getränken und nicht zuletzt durch die gemütliche Atmosphäre unseres Restaurant & Café ein paar schöne Stunden bereiten zu dürfen. Lassen Sie sich von uns auf eine kulinarische Reise durch das zauberhafte Griechenland entführen. Denn

wir möchten Sie gerne mit landestypischen Speisen und erlesenen Spezialitäten aus unserer Heimat verwöhnen, die immer auch ein bisschen nach Urlaub schmecken ...“

Wer hätte vor fünf Jahren gedacht, dass sich die Dinge am Alten Postenweg 6 so positiv entwickeln würden. 2018 ist das Restaurant Sparta ist aus der kulinarischen und gesellschaftlichen Welt Ofenerdieks nicht mehr wegzudenken. Man kann dem Betreiber Georgios „Sparta“ Zaraklanis und seiner Familie nur gratulieren und den höchsten Respekt zollen, was sie in den letzten Jahren leisten und geleistet haben. Wir gratulieren ganz herzlich zum 5-jährigen Bestehen und freuen uns auf viele weitere leckere Jahre!

PS: Gut essen – gut schlafen! Das Hotel Sparta, das seit dem letzten Jahr genau nebenan steht, finden Sie auf www.hotel-sparta.de. Eine Übernachtung lohnt!

(Text: axl, Foto: Bent Hertema)

Im Interview:

Heidi Rieder

(Praxis am Stadion)



Name:

Heidi Rieder

Alter/Verhalten Sie sich Ihres Alters angemessen? :-)

... hin und wieder ja!

Wo fühlen Sie sich zuhause und warum?

Da, wo meine Kinder und Familie sind.

Wie entspannen Sie sich?

Bei der Gartenarbeit, in der Sauna oder beim Buchlesen.

Wofür sind Sie dankbar?

Für jeden Tag an dem ich wieder aufwache.

Wenn Sie eine Million im Lotto gewinnen würden, was würden Sie als allererstes tun?

Als allererstes? Nichts ... ausschlafen und danach überlegen.

Was würden Sie selbst für viel Geld nicht tun?

Nichts was gegen meine Prinzipien und Moral geht.

Finden Sie sich selbst lustig? Warum?

Ja, weil ich sehr gerne und viel lachen kann.

Was können Sie nur mit Humor ertragen?

Das ganze Leben.

Wenn Sie eine Stadt wären, welche wäre das und warum?

Barcelona, weil es eine sehr interessante Stadt mit Geschichte und alter und moderne Architektur ist.

Sie ist bunt und sehr lebendig.

Wer ist Ihr Vorbild?

Mein erster Chef, weil er eine Respektperson ist. Einfach aber weise mit Prinzipien und viel Lebenserfahrung.

Hugo-Anzeigenberaterin

Ihr direkter Draht zum HUGO-Journal

Katja Mickelat

Hugo-Redaktionsbüro:

Wiefelsteder Straße 19

katja.mickelat@mangoblau.de

Tel. 0179 9056923.



Britta Hartmann

Hugo-Redaktionsbüro:

Wiefelsteder Straße 19

britta.hartmann@mangoblau.de

Tel. 0179 9056923.



FBSP
FBSP-STEUERBERATUNG GMBH
DIRK FREDEHORST | STEUERBERATER

WIR SPRECHEN KEIN FACH-CHINESISCH.
SONDERN OFENERDIEKISCH!

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



**MATISHECK &
BROKOP**
STEUERBERATER PartG mbB

TELEFON 04 41 / 57 00 30

ALTER EICHENHOF 18 | 26125 OLDENBURG | INFO@STB-IN-OL.DE

Warum Kunden uns schätzen?

Wir haben die richtigen Antworten!

87% Weiterempfehlung
telefonische Kundenbefragung 2017

Das bietet nicht jede Bank.



meine Sparkasse

lzo.com/wechsel · lzo@lzo.com

Termine AGM

24. Okt. und 7. November 2018, 16:00 Uhr

Bücherzwerge: Vorlesen und mehr für Kinder von 2-3 Jahren mit Claudia Schneider, Stadtteilbibliothek Ofenerdiek

22. Okt. 2018, 14:30-17:00 Uhr

Kleiner Bücherflohmarkt, Förderverein der Stadtteilbibliothek Ofenerdiek

6. Nov. 2018, 15:00 Uhr

Kindertheater „Tandera“ mit „Albert geht die Liebe suchen“ im Rahmen der KIBUM, Stadtteilbibliothek Ofenerdiek, Aula der GS Ofenerdiek (Kartenabgabe ab 15. Okt. in der Bibliothek)

18. Nov. 2018, 11:30 Uhr

Volkstrauertag: Kranzniederlegung am Ehrenmal AGM u.a., Ehrenmal Paul-Tantzen-Str. (Text: AGM)

Aus dem Vereinsleben ...



Lagerstraße 38 | Oldenburg | Tel: 0441 60 11 33

www.sv-ofenerdiek.de | info@sv-ofenerdiek.de

SVO stellt Vereinskollektion vor

Alle Größen zum Anprobieren sind im Vereinsheim und der Geschäftsstelle verfügbar. Die Bestellung verläuft auf Vorkasse, mit einem Bestellformular. Dieses liegt bei der Anprobe bereit und kann direkt ausgefüllt werden. Wichtig ist hierbei zu beachten, dass es sich um ein temporäres Angebot handelt, welches mit Ende der Bestellfrist am 19. Oktober wieder endet. Weitere Infos unter www.sv-ofenerdiek.de



Öffnungszeiten Geschäftsstelle

Mo: 18:00-20:00 Uhr, Do: 10:00-12:00 Uhr

Öffnungszeiten Vereinsheim

Mo: 19:00-23:00 Uhr, Do: 20:00-23:00 Uhr

Oder nach Rücksprache mit Oliver Gerdes unter 0175-5257541. (Text, Bild: Stefanie Streng)

Seniorenfaustballer suchen Nachwuchs

Dringend Nachwuchs suchen die Faustballsenioren. Die Hallenzeit ist donnerstags von 10:00 bis 11:30 Uhr. Bei dem Spiel steht nicht der Wettkampf im Vordergrund, sondern Spiel und Bewegung. Eine Mannschaft besteht aus 5 Spielern. Ein Spiel dauert 8-9 Minuten, danach wird gewechselt. Dadurch bilden sich keine festen Mannschaften und es wird auf das Zählen der Punkte verzichtet.

Spaß an der Bewegung in einer angenehmen und entspannten Gemeinschaft sind Motivation, sich immer wieder zu diesem Spiel zusammen zu finden. Während der Sommerferien finden donnerstags ab 9.00 Uhr Radtouren statt, die im gemütlichen Tempo in die nähere Umgebung führen. Weitere Infos bei Alfred Gloystein unter Tel.: 60382 oder unter www.sv-ofenerdiek.de (Text: Stefanie Streng)

Neue Volleyballsaison wieder in der Verbandsliga

In ihre mittlerweile dritte Spielzeit in der Verbandsliga startet die 1. Herren der SG Ofenerdiek / Ofen (SGO) in die Saison 2018/2019. Michael Heiken, Inhaber der "Praxis für Krankengymnastik und Physiotherapie" am Langenweg 152, stattete das Team von Trainer Olaf Gloystein dazu mit hochwertigen Pullovers aus. In unserer Liga finden je Spieltag immer zwei Spiele statt. Ein Spiel bestreiten wir, ein Spiel müssen wir pfeifen.

Bereits am 1. September hatte das Team mit Neuzugang Benjamin Büttelmann (ehem. VSG Ammerland I), die ersten Pflichtspiele im Rahmen des Verbandspokals des NWVV zu absolvieren. Von sieben teilnehmenden Mannschaften wurde die SGO ungeschlagen Turniersieger und hat sich damit für die Endrunde des Verbandspokals qualifiziert. Mit seiner Erfahrung aus 2. Bundesliga, 3. Liga und Regionalliga brachte der Routinier Sicherheit in die Annahme und viel Druck im Angriff. Allerdings sucht man immer noch einen oder zwei weitere Mittelblocker. Bei Interesse kann man sich unter www.volleyball-sgo.de oder bei Trainer Olaf Gloystein unter 0162 977 67 57 weitere Informationen einholen. (Text, leicht gekürzt, Stefanie Streng)

SV Ofenerdiek bietet neue Gruppen durch neue Übungsleiter an

Ab sofort:

"Fitness und Gesundheit 50+ für Männer und Frauen"

Fitness und Gesundheit 50+ ist ein Angebot für Männer und Frauen, dienstags 20:30 Uhr in der Halle der Grundschule Ofenerdiek. Der Schwerpunkt liegt auf Stärkung der Muskulatur. Mobilität, Beweglichkeit und Koordination sowie Schulung des Gleichgewichts sind weitere Aufgabenfelder. Ziel ist es, trotz erster Verschleißerscheinungen an Knochen und Gelenken noch lange fit und beweglich zu bleiben.

Dienstags 20:30 - 21:30 Uhr in der Turnhalle, weitere Infos bei der Übungsleiterin Andrea unter 60990

Ab sofort:

„Krabbelmäuschen 8-24 Monate“

Freitags 15:30-16:30 Uhr in der FFH, weitere Infos bei der Übungsleiterin Jana Fröhlich 80065450

Ab sofort:

„Eltern-Kind-Turnen 2-4 Jahre“

Dienstags 15:55-16:55 Uhr in der FFH, weitere Infos bei der Übungsleiterin R. Becker 36181271

Ab sofort:

„Gerätturnen 6-10 Jahre Mädchen und Jungen“

Fienstags 17:30-18:30 Uhr in der Turnhalle, weitere Infos bei der Übungsleiterin Steffi Fass 0441/9968454

Ab 5.10.2018:

„Tanzen 10-14 Jahre Jungs und Mädchen“

Freitags 18:45 - 19:45 Uhr im 1. Drittel der Spielhalle, weitere Infos bei Christiane Fahsl nur per Mail: christiane-fahsl@yahoo.de

Ab 9.10.2018:

"Kükenbalett"

Dienstags 14:30 - 15:30 Uhr in der FFH, weitere Infos bei der Übungsleiterin Morlin Lübben 0176/34520491

Ab 10.10.2018

„Gerätturnen 4-5 Jahre“

Mittwochs 16:00 - 16:45 Uhr

"Gerätturnen 6-7 Jahre"

Mittwochs 16:45 - 17:30 Uhr

im 1. Drittel der Spielhalle, weitere Infos bei der Übungsleiterin Morlin Lübben 0176/34520491

Ab 11.10.2018

„Kindertanz 4-6“

Donnerstags 15:30 - 16:15 Uhr in der FFH

„Kindertanz 7-9“

donnerstags 16:15 - 17:30 Uhr in der FFH

Weitere Infos bei der Übungsleiterin Morlin Lübben 0176/34520491

Ab 15.10.2018

„Qigong für Männer und Frauen“

Montags 13:45 - 14:45 Uhr in der FFH, weitere Infos bei der Übungsleiterin Hannah Schin-Lauer 0151-70014961

(Text, Stefanie Streng)

LEICHTER FAHREN, SCHNELLER STOPPEN. DIE E-BIKE WELTNEUHEIT

Kalkhoff E-BIKE impulse

KALKHOFF IMPULSE C HS

Weltneuheit einzigartig: Pedelec mit Kombination aus Mittelmotor & Rücktrittbremse

Besonders sicher zu fahren: 1 Rücktritt- & 2 Handbremsen

Reichweitenstarker AKKU: 396 Wh Kapazität, Aufladen am Fahrrad oder in der Ladestation

ab 2.199,-

BEILKEN ZWEIRAD GmbH & Co. KG

Weißmoorstraße 271
26125 Oldenburg
Telefon 04 41 / 30 24 26
Telefax 04 41 / 30 46 110

www.fahrrad-beilken.de

...von Ofenerdiek und umzu!



Kornstraße 16

**Bürgerverein
Etzhorn e.V.**

26125 Oldenburg

Busausflug Ostfriesland mit tollem Programm

Beeindruckt waren die 48 Teilnehmer vom Busausflug, der dieses Jahr nach Ostfriesland führte. Die Mitglieder, die waschechte Ostfriesin Magda Boomgaarden-Kirchhübel und Gustav Backhuß-Büsing hatten ein spannendes Programm zusammengestellt.

In der Ev./rf. Kirche in Loga gab Pastor Brookmann aufschlussreiche Erläuterungen. Gestärkt durch Kaffee und frischen Bruno-Butterkuchen am Bus ging es mit Gräfin Juliane und Graf Carl Georg von Wedel (1883) auf eine beeindruckende Zeitreise. In Emden stiegen die Teilnehmer auf ein Grachtenboot. Alle wurden von der Bootsfahrt und den dazugehörigen Informationen beeindruckt. Im Moormuseum Moordorf wurde die Teetied mit einem Stück Ostfriesentorte genossen und im Anschluss durch das Freilandmuseum geführt. Den Abschluss bildeten ein gemeinsames, leckeres Abendessen mit kühlem Ostfriesen-Bräu. Ein wirklich abwechslungsreicher, informativer und schöner Spätsommertag. Für den 1. September 2019 ist gedanklich die 3. Ossi-Tour o.ä. in Vorbereitung.

(Quelle: Bürgerverein Etzhorn)

Schulexpress Etzhorn eingeweiht - Haltestellenplan

12 Haltestellen wurden im Einzugsgebiet der Grundschule eingerichtet. Sie dienen den Kindern als Treffpunkt, um gemeinsam zu Fuß zur Schule zu gehen, Elternhaltestelle für alle, deren Schulweg zu lang ist, um zu Fuß zur Schule zu kommen. Gefördert und unterstützt wird dieses Projekt von der HKK, dem GUV Oldenburg, dem Bürgerverein Etzhorn sowie dem Förderverein der Schule.

Die Haltestellen: Mittelkamp/Maria-von-Jever-Str., Am Evelsmoor 20, Maria-von-Jever-Str./Wendekreis/ Fußweg, Adolf-de-Beer-Str. 9, Philipp-de-Haas-Str./Ernst-Löwenstein-Str., Dr.-Erich-Dannemann-Str. Holzsaun, Stephanustr./Wendehammer, von-Bodelschwingh-Str. 88, Etzhorner Weg 135, 203, 241 und Alte Butjadinger Str. 451

(Quelle: Bürgerverein Etzhorn)

Termine und Veranstaltungen Bürgerverein Etzhorn

26.10.2018: 65. Jahre Bürgerverein Etzhorn, Empfang Villa Hullmann auf persönliche Einladung

30.10.2018: „Bankgeschäfte nicht nur für Senioren“, Etzhorner Krug, 19:00 Uhr, Vortrag von Daniel Steigmann

11.11.2018: Martinsfest in und um die Kirche in Ohmstede mit Kinder-Bummellaternenlauf

2.12.2018: Weihnachtsmarkt mit Packhaustheater und dem Stück "Triebe, Tratsch & Trockenhaube", noch 6 Plätze frei

9.12.2018: Adventsfeier Etzhorner Krug 15:00 Uhr 15.12. – Weihnachtssingen Hilbers Hof

(Quelle: Bürgerverein Etzhorn)

Ruhebank entwickelt sich zur Posse!

Am 21. Februar 2018 erhielten wir von der Volksbank/Gewinnsparen eine Spende über 500 €. Unser Vorstand war sich einig, dass wir die Spende für eine von den Gemeinnützigen Werkstätten OL hergestellte neue Ruhebank verwenden. Am 29.05. wurde die Bank in Auftrag gegeben, Anfang Juni geliefert. Am 15.06. informierten wir die Abteilung Stadtgrün der Stadt OL, dass wir die Bank links am Ende der Frieslandstraße am Gewässer aufstellen möchten. Am 19.06. kam von dort der Hinweis, dass eine Genehmigung nicht so einfach sei, es würde die Dienstanweisung Spenden und Korruption greifen. Sach- und Geldspenden müssen vom Rat der Stadt Oldenburg genehmigt werden.

Das Prozedere sei nicht so einfach. Am 31.07. schickten wir den erhaltenen amtlichen Vordruck zurück. Seit acht Wochen passiert gar nichts! So entwickelt sich unser gut gemeintes Anliegen zu einer Posse, die selbstverständlich auf einer rechtlichen Grundlage der Niedersächsischen Kommunalverfassung und der Gemeindehaushalts- und kassenverordnung beruht, über die in den Gremien gerne mal nachgedacht werden darf oder besser muss!

(Quelle: Bürgerverein Etzhorn)



Mehr über den Bürgerverein Etzhorn unter www.buergerverein-etzhorn.de



**Bürgerverein
Ofenerdiek e.V.**

Die Interessenvertretung in Ofenerdiek / Alexandersfeld

Hinter den Kulissen des Kramermarkts

Wenn einem der Geruch von Mandeln in die Nase steigt dann ist es wieder soweit. Mit dem 411. Kramermarkt hat die fünfte Jahreszeit vom 29. September bis



7. Oktober in Oldenburg Einzug erhalten. Aber wie geht es eigentlich hinter den Kulissen des größten norddeutschen Volksfest zu? Das durften die Teilnehmer der AGM, des BVO und wir von der Redaktion erfahren.

Mit spannenden und interessanten Fakten führten die Schausteller Karl-Heinz Hempten und sein Sohn Henry Hempten die Teilnehmer über den Kramermarkt.

P.S. Haben Sie gewusst, dass es eine Wurstmanufaktur auf dem Kramermarkt gab? Henry Hempten produziert seine Bratwurst direkt vor Ort.

(Text und Fotos: bri)



Mehr über den Bürgerverein Ofenerdiek unter www.buergerverein-ofenerdiek.de



seit
1933

Wir übernehmen die Grabpflege!



Blumen, Floristik & dekorative Ideen seit 1933!



Wir bieten:
Blumen & Deko, Event-, Hochzeits-, Trauerfloristik und Grabpflege

Hochheider Weg 262 · 26125 Oldenburg/Ohmstede
Tel. 0441 31480 · Mobil 01738513388 · www.blumen-lueschen.de

60 JAHRE Weirauch überall

Das Ofenerdieker Traditionsunternehmen Möbel Weirauch blickt in diesem Jahr auf 60 Jahre Firmengeschichte zurück.

Der Name Weirauch steht für allerbeste Qualität, eine Riesenauswahl und einem Top-Service.

Ein modernes und kundenorientiertes Einrichtungshaus, dass mit einer großen Markenvielfalt alle Bereiche eines Möbel-Vollsortimenters abdeckt.

Das Jubiläum nimmt die Geschäftsleitung Michael und Kay Weirauch zum Anlass, die Kunden zu einem großen Jubiläumsverkauf einzuladen. Den krönende Abschluss bildet der verkaufsoffene Sonntag am 4. November. Hier können die Kunden nochmal von den tollen Jubiläums-Angeboten profitieren..

Auf dem Grundstück, das vom Stiekelkamp bis hin zum Bardieksweg reicht, ist für jeden etwas dabei - vom 450 Euro Sofa in der Abteilung „Junges Wohnen“ bis hin zur großen Polsterecke für 15.000 Euro. „Wir haben ausschließlich Möbel im Sortiment, von denen wir überzeugt sind“, sagen Michael und Kay Weirauch.

Auf 20.000 qm gibt es eine große Auswahl an Möbeln, Küchen, Teppichen und Accessoires, um das eigene Zuhause in eine Wohlfühl-Oase zu verwandeln.

Neben Preisvorteilen beim Großeinkauf, individuellem Maßeinbau durch einen Tischler, Küchenvollservice inklusive E-Geräte und Sanitäranschlüsse bietet Möbel Weirauch den Rund-um Service. Aber auch außerhalb profitiert der Kunde vom großen Service-Angebot durch die kostenlose Altmöbel-Rücknahme, kostenlosem Transporter / Anhänger und einer Aufbauhilfe. Rund 60 Weirauch-Mitarbeiter kümmern sich um die Möbelwünsche der Kunden.

Möbel Weirauch - Damals und Heute

Im Jahr 1958 fing in dem damaligen Gründerhaus in Ofenerdiek alles an. Alfred Weirauch und seine Ehefrau Hilde nutzten ihre damalige Wohnstätte als Ausstellungs- und Verkaufsraum. Unterstützt wurden sie von einem Tischler. Als die Fläche im Jahr 1963 nicht mehr ausreichte, wurde in der nahe gelegenen Weißenmoorstraße in der Gaststätte „Zum schiefen Stiefel“ der Saal angemietet und die Ausstellungsfläche somit erweitert. 1964 wurde in Eigenleistung das heutige Küchenhaus erbaut. Hier konnte nun das erste Möbel-Vollsortiment angeboten werden.

10 Jahre später entstanden in einer großen Traglufthalle zusätzliche 2.500 qm Ausstellungsfläche. Diese Halle war zum damaligen Zeitpunkt deutschlandweit einzigartig. 1987 entstand der erste Erweiterungsbau der Ausstellungsfläche, vier Jahre später folgte der zweite Ausbau der Ausstellungsfläche. Im Jahr 2000 folgte der dritte und bislang größte Anbau. Seit diesem Zeitpunkt präsentiert sich das Möbelhaus auf einer Fläche von über 20.000 Quadratmetern.

Im Laufe der letzten Jahre wurde viel umgebaut und einiges modernisiert, u. a. die Fassade und das Untergeschoss des Küchenhauses und die Bereiche Speisen und Markenwohnwelt. Ganz besonders war damals aber die Sanierung des Daches der Abteilung Trends / Junges Wohnen. Hier wurde eine energieeffiziente und damit ökologische Heizungsanlage eingebaut.

Bereits seit 1990 im Unternehmen tätig, übernahm mit Michael Weirauch im Jahr 2006 die zweite Generation die Geschäftsführung. Unterstützt wird er hierbei von seinem Bruder Kay Weirauch. Heute ist Möbel Weirauch ein modernes, stets an den aktuellen Trends und Tendenzen der Wohnkultur ausgerichtetes Einrichtungshaus, das alle Bereiche eines Möbel-Vollsortimenters abdeckt.



Kay Weirauch

Michael Weirauch

Möbel Weirauch ist zu fast 100% Papierlos. In der nächsten Ausgabe werden wir mehr über das Thema berichten. Also seien Sie gespannt.

(Text: bri; Fotos: Bent, Weirauch)



Apropos Alte und Neue Schätze. Hanni Binder ist seit 45 Jahren Mitarbeiter im Unternehmen.



Ganz neu mit im Team sind seit dem 1. August die Auszubildenden. Nermin Krasniqi (links), Nadine Bohlken.

GLÜCKWUNSCH VOM HUGO E.V.: Das Unternehmen, wie die gesamte Familie Weirauch stehen für eine besondere Verbundenheit mit dem Stadtteil Ofenerdiek. Das Fundament legte Alfred Weirauch mit der Gründung des Unternehmens vor 60 Jahren. In einer Zeit, in der Zusammenhalt in der Familie, in der Nachbarschaft und darüber hinaus z. B. im Verein noch von existenzieller Bedeutung war.

Der Unternehmensgründer hegte und pflegte diese Beziehungen zeitlebens. Daran hat sich mit dem Generationswechsel zu Kay und Michael nichts geändert, das

Selbstverständnis mit dem die Entwicklung und die Interessen des Stadtteils unterstützt werden ist beispielgebend.



Die Übernahme gesellschaftlicher Verantwortung in vielfältiger Form prägt auch das Lebensgefühl im Stadtteil ganz wesentlich mit. Dafür, liebe Familie Weirauch, herzlichen Dank und für die Zukunft alles Gute.

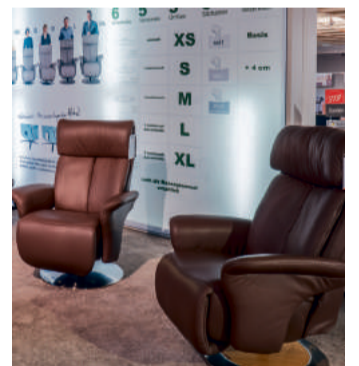
Hilbert Schoe, 1. Vorsitzender H.U.G.O. e.V.



60 JAHRE
Weirauch
überall



60 JAHRE
Weirauch
überall



60 JAHRE
Weirauch
überall

inter living **Weirauch**
Möbel für mich gemacht

Lohnsteuerberatungsring
Lohnsteuerhilfeverein 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

Erfrischende Ideen...

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

Frieling
SANITÄR · HEIZUNG · STAHL

Öffnungszeiten der Ausstellung
Montag-Freitag
9.00-18.00 Uhr
Samstag 9.00-13.00 Uhr

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

WEIHNACHTSFEIERN
für Familien, Betriebe,
Freunde oder Vereine

ADTV-TANZSCHULE BEYER
Hansa-Ring 48, 26133 Oldenburg
Tel.: 0441 88 30 55
E-Mail: tanzen@ts-beyer.de
Web: www.ts-beyer.de

www.facebook.de/tanzschulebeyer

Service Zustellung

Sollten Sie Ihr HUGO-Journal einmal nicht bekommen, senden Sie uns bitte eine E-Mail mit Ihrer Straße und der Hausnummer an:
info@hugo-journal.de

Namen und Adresse bitte nicht vergessen!
Bitte achten Sie darauf, dass der Briefkasten auch zu finden ist und nicht mit einem Aufkleber "Keine Werbung einwerfen!" versehen ist. (hugo)

Guter Service, auch in Ihrer Nähe!

Nordwest CITIPOST
Einfach. Gut. Geschickt.

UNSERE SERVICEPOINTS

Kiosk Stefanie Holst Friesenstr. 64	Sicherheitshaus Redelfs Nadorster Str. 192
NewLine Computer GmbH Alexanderstr. 149 B	SKRIBO - Jürgens Scheideweg 100
CITIPOST Nordwest Wilhelmshav. Heerstr. 176	Weitere Servicepoints gesucht! Melden Sie sich gerne bei uns!

Weitere Infos und Leerungszeiten unter
www.citipost-nordwest.de

IMPRESSUM Das HUGO-Journal erscheint monatlich bei der Mangoblaue GmbH – Oldenburg, und wird kostenlos im Stadtteil Ofenerdiek und Metjendorf vertrieben. Impressum: V.i.S.d.P. und Herausgeber des HUGO-Journals: Mangoblaue GmbH, Axel Berger, Marlies Mittwollen (in Zusammenarbeit mit der Werbegemeinschaft „HUGO e.V.“), Wiefelsteder Str. 19, 26127 Oldenburg, Tel. 30410216, E-Mail: info@HUGO-Journal.de, Gerichtsstand: Oldenburg (Oldb.), Verantwortlich für Redaktion: Axel Berger (V.i.S.d.P.), Satz/Layout: Mangoblaue GmbH, Redaktionelle Mitarbeiter: Axel Berger (axl), HUGO (hugo), Katja Mickelat (kat), Britta Snater (bri). Druck: Brune-Mettcker Druck- und Verlagsgesellschaft mbH, Wilhelmshaven, Auflage: 12.500 / Vertrieb: CityPost / Verbreitungsgebiet: Stadtteil Ofenerdiek (Oldb.), Metjendorf, Bildnachweis: Eigene Bilder / www.fotolia.de / M. Oetjen / Titelbild: www.unsplash.de, Erscheinungstermin: Mitte des Monats, Redaktionsschluss: der 3. eines Monats, www.HUGO-Journal.de, Haftungsausschluss: Für Angaben im Serviceteil und unverlangt eingesandte Materialien wird keine Haftung übernommen. Fremdgekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Leserbriefe können gekürzt werden. Es gilt die Anzeigenpreisliste von Januar 2017. Anzeigenunterlagen unterliegen dem Urheberrecht. Abdruck und Weiterverbreitung sämtlicher Inhalte nur nach Genehmigung. Alle © 2018 liegen bei der Firma Mangoblaue GmbH.

Steuertipp von
Heiko Brandhorst

Fahrtkosten zur „ersten Tätigkeitsstätte“ sind Werbungskosten



Seit dem Jahr 2014 wird der Begriff „Arbeitsstätte“ durch den Begriff „erste Tätigkeitsstätte“ ersetzt. Gemeint ist in den meisten Fällen das Büro bzw. der Ort, wo der Arbeitnehmer arbeitstäglich hinfährt. Meistens wird dieser Ort vom Arbeitgeber festgelegt. Die Fahrten zur Arbeit können dann mit der Entfernungspauschale berücksichtigt werden. Die Pauschale berücksichtigt 0,30 € pro Kilometer der einfachen Entfernung. Also nicht für den Hin- und Rückweg. Mit welchem Transportmittel Sie zur Arbeit kommen, spielt zunächst keine Rolle. In der Regel wird es der eigene PKW sein. Aber auch das Fahrrad oder eine Fahrgemeinschaft kann entsprechend berücksichtigt. Haben Sie aber besonders weite Entfernungen zurückzulegen, werden die Fahrtkosten mit dem Höchstbetrag von 4500 € gedeckelt. Jedoch können die Fahrtkosten auch gemindert werden, wenn der Arbeitgeber steuerfreie Zuschüsse zu den Fahrtkosten zahlt. Diese Zuschüsse sind auf Ihrer Lohnsteuerbescheinigung aufgeführt und müssen von den berechneten Fahrtkosten abgezogen werden. Grund dafür ist, dass für die Höhe der gezahlten Zuschüsse keine Belastung entstanden ist. Hinsichtlich der Entfernung zwischen Wohnung und erster Tätigkeitsstätte wird die kürzeste Strecke akzeptiert. Aber auch eine längere Strecke wird anerkannt, wenn diese offensichtlich verkehrsgünstiger ist. Das könnte der Fall sein, wenn Sie eine Umgehungsstraße statt den direkten Weg durch die Innenstadt nehmen. Tipp: Bei besonders hohen Fahrtkosten kann das Finanzamt Nachweise für die Fahrten verlangen. Dazu sollten Sie zum Beispiel Inspektionsrechnungen, auf denen der Kilometerstand und das Datum vermerkt sind, aufbewahren. Mit Hilfe dieser Unterlagen können Sie die gefahrenen Kilometer nachweisen. (Text: Heiko Brandhorst, Foto: Lichtblick Fotostudio)

Bürgerinitiative
„Erhaltet die Grüne Lunge Weißes Moor“

Radtour durch die Landschaftsschutzgebiete im Stadtnorden

Auf die Einladung der Bürgerinitiative „Grüne Lunge“ zur Feierabend-Radtour durch die Landschaftsschutzgebiete im Stadtnorden haben sich ca. 70 Teilnehmer eingefunden. Auf der 21 km langen Rundtour von Ofenerdiek über Etzhorn nach Ohmstede und Bornhorst wurden unter anderem die Landschaftsschutzgebiete „Oldenburg-Rasteder Geestrand“, „Flötenteich“ und „Großer Bürgerbusch“ durchradelt. Bei einer kurzen Verschnaufpause vor dem Naturschutzgebiet „Bornhorster Huntewiesen“ wurde viel über die Schönheit der Landschaften, die Ruhe vor zu viel Verkehr und über die frische Luft diskutiert. Die Tour fand im Zusammenhang mit der Aktion „Stadtradeln“ statt, die unter anderem eine Verbesserung der Luftqualität in Oldenburg zum Ziel hat. Die Organisatoren der Initiative waren begeistert von der hohen Teilnehmerzahl und der positiven Resonanz im Nachgang. Weitere Informationen zum Weißenmoor sind unter www.gruenelunge.info zu finden. (Quelle: Bürgerinitiative „Grüne Lunge“)

Gesundheits-Tipp von Petra Everlei
Leitung Trainingsbereich
im INJOY Oldenburg



Gymnastik allein reicht nicht

Wenn es um die Erhaltung der körperlichen Beweglichkeit geht, denkt mancher: Ein bisschen Armkreisen und Kniebeugen werden schon ausreichen. Irrtum. Hier einige Fakten zum Dehnen:

Dehnen gegen Verletzungen: Nein
Dehnen hat nach Prof. Dr. Jürgen Freiwald vom Institut für Bewegungswissenschaften der Universität Wuppertal keinen Einfluss aufs Verletzungsrisiko: „Um Verletzungen vorzubeugen, ist das Aufwärmen das A und O.“

Dehnen gegen Muskelkater: Nein
„Statisches Dehnen nach dem Sport kann die Erholung des Muskels sogar verzögern.“ Ursache des Muskelkaters sind kleinste Risse in Muskelfasern, zusätzliches Auseinanderziehen des Muskels macht also keinen Sinn.

Dehnen für Beweglichkeit: Ja, auch
Eine Steigerung der Beweglichkeit, kann durch regelmäßiges Dehnen erreicht werden. Allerdings führt nicht nur Dehnen zu mehr Beweglichkeit, sondern jede regelmäßige sportliche Betätigung.

Dehnen allein – ob statisch oder dynamisch – macht also noch nicht fit und beweglich. Aktiv werden ist angesagt, am besten mit einem geschulten Trainer an der Seite. (Quelle: Petra Everlei, INJOY Oldenburg, Felix-Wankel-Str. 1, 26125 Oldenburg)

Kniggetipp
von Ralf Beyer



Rücksichtnahme im Büro

Wer kennt das nicht? Kollegenärger. Die Kaffeetassen und Gläser stapeln sich in der Küche oder werden gar nicht erst weggeräumt, der letzte Benutzer des Kopierers hat kein Papier aufgefüllt, der eine Kollege würde gerne lüften, während die andere Angst hat zu erfrieren.

So kommt es leider sehr oft zu Unannehmlichkeiten und Ärger im Team. Aber eigentlich sind es nur Kleinigkeiten, die plötzlich ganz groß aufgeblasen werden und so ein Team auch sprengen können. Dabei könnte es total einfach sein: Man könnte einen Abwaschdienst organisieren, an den sich dann auch jeder zu halten hat, oder es werden Lüftungszeiten vereinbart, die z. B. in der Mittagspause des „Frostködels“ liegen könnten. Manchmal kann eine ruhige, freundliche Kommunikation die Eskalation im Team schon verhindern. Sollten solche Absprachen schon getroffen oder Aufgaben schon mal verteilt sein, dann gehört es sich ganz einfach sich daran zu halten. Wer sich nicht daran hält, muss sich dann auch nicht wundern, wenn das Kollegium sauer auf einen wird.

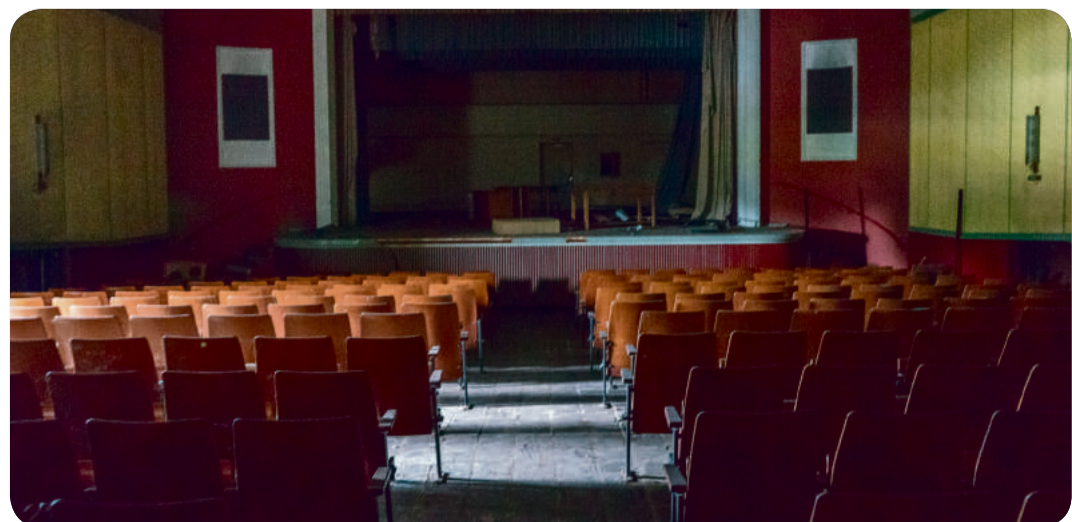
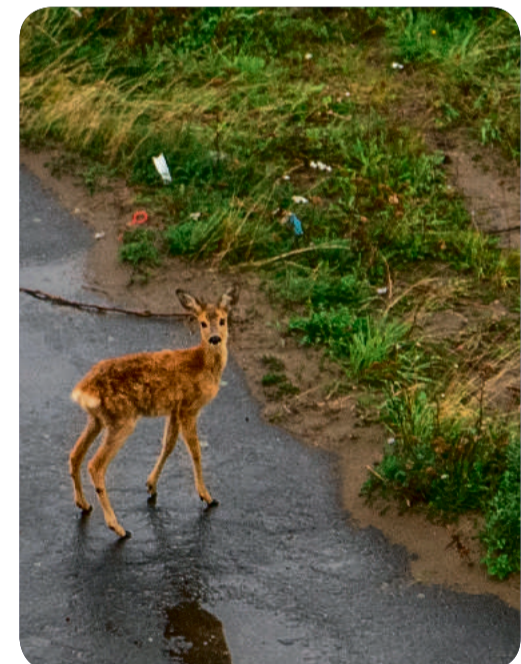
Also – es sei wohl überlegt, was man abspricht und verspricht! (Quelle: Ralf Beyer, ADTV-Tanzlehrer & IHK gepr. Trainer für Umgangformen im Beru...)

Adschüss Fliegerhorst

FOTOGRAF BENT HERTEMA NUTZTE DIE LETZTE CHANCE DEN FUNKTURM AUF DEM GELÄNDE ZU BESICHTIGEN.



AM 22. SEPTEMBER WURDE DER 43 METER HOHE TURM GESPENGT.



ALTES WEICHT, NEUES ENTSTEHT – WIR FREUEN UNS AUF DEN NEUEN STADTTEIL AUF DEM FLIEGERHORST.

Prospan® Hustensaft

Effektiv und sehr gut verträglich

Prospan® Hustensaft Flüssigkeit, 100 ml*
Zur Besserung der Beschwerden bei chronisch-entzündlichen Bronchialerkrankungen; akuten Entzündungen der Atemwege mit der Begleiterscheinung Husten.
Hinweis: Bei länger anhaltenden Beschwerden oder bei Auftreten von Atemnot, Fieber wie auch bei eitrigem oder blutigem Auswurf, sollte umgehend der Arzt aufgesucht werden.
Wirkstoff: Efeublätter-Trockenextrakt.



~~7,97~~
5,79
Sie sparen **27%**

Vomex A® Dragees

Hilft bei Übelkeit und Erbrechen

Vomex A® Dragees, 50 mg, 20 Stück*
Zur Vorbeugung und Behandlung von Übelkeit und Erbrechen unterschiedlichen Ursprungs, insbesondere bei Reisekrankheit. Enthält Lactose, Sucrose, Glucose, Gelb-orange S, Ponceau 4R und Azorubin.
Wirkstoff: Dimenhydrinat.



~~7,97~~
6,29
Sie sparen **21%**

Curazink® 15 mg

Bei Zinkmangel! in der Erkältungszeit

Curazink® 15 mg, 50 Hartkapseln*
Zur Anwendung bei Kindern ab 12 Jahren, Jugendlichen und Erwachsenen. Zur Behandlung von klinisch gesicherten Zinkmangelzuständen, sofern sie nicht durch Ernährungsumstellung behoben werden können.
Wirkstoff: Zink-Histidin.



~~17,90~~
13,99
Sie sparen **21%**

Tantum Verde® Spray

Wirkt schmerzlindernd, entzündungshemmend und lokalanästhetisch

Tantum Verde® 1,5 mg/ml
Spray zur Anwendung in der Mundhöhle, 30 ml Lösung* Symptomatische Behandlung von Schmerzen und Reizungen im Mund- und Rachenraum. Enthält Methyl-4-hydroxybenzoat und 10 Vol.-% Alkohol.
Wirkstoff: Benzylaminhydrochlorid.



~~9,94~~
7,39
Sie sparen **25%**

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 BREMSENHECK 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
- Fehlersuche aller Art
- Reifenservice mit Einlagerung
- ... und vieles mehr!
- Elektrik
- Achsvermessung

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

VERLOSUNG EINER GRIECHENLANDREISE
AM 16. NOVEMBER!

NUR MIT RESERVIERUNG

MIT LIVE-MUSIK



HOTEL & RESTAURANT
SPARTA

15 Euro GUTSCHEIN

Ab 4 Hauptgerichten gültig.

Nicht kombinierbar mit anderen Gutscheinkarten oder Barometern. Keine Barauszahlung möglich! Nicht bei Außer-Haus-Bestellungen.

Gültig bis Ende November 2018, nicht an Feiertagen & Samstagen einlösbar.

Tischreservierung: 0441 20959750

Hotel & Restaurant SPARTA
Alter Postweg 6 · 26215 Metjendorf

www.restaurant-sparta.com



HOTEL & RESTAURANT
SPARTA

7,50 Euro GUTSCHEIN

Ab 2 Hauptgerichten gültig.

Nicht kombinierbar mit anderen Gutscheinkarten oder Barometern. Keine Barauszahlung möglich! Nicht bei Außer-Haus-Bestellungen.

Gültig bis Ende November 2018, nicht an Feiertagen & Samstagen einlösbar.

Tischreservierung: 0441 20959750

Hotel & Restaurant SPARTA
Alter Postweg 6 · 26215 Metjendorf

www.restaurant-sparta.com

Reservierungen unter: 0441 20959750 oder 0178 5053210



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