

NADORSTER

STADTTEIL-
MAGAZIN

JANUAR 2019

EINBLICK

GRATIS ZUM MITNEHMEN!

HAPPY
2019
NEW YEAR

JEDEN
SONNTAG
KAFFEE+
KUCHEN
GRATIS

DIE SPIELBANK.
BAD ZWISCHENAHN

GUTSCHEINE IM INNENTEIL VON: APOTHEKE FRÖHLICH, WILLERS, LICHTHAUS KUCK

3 MONATE
HALBER
BEITRAG
⊕ **DOPPELTE LEISTUNGEN**

*FÜR ALLE DIE UNS NOCH NICHT KENNEN, WIEDEREINSTEIGER UND MITGLIEDER ANDERER FITNESSCLUBS BEI ABSCHLUSS EINER 24-MONATS-MITGLIEDSCHAFT.
FELIX-WANKEL-STR. 1 | 26125 OLDENBURG | WWW.INJOY-OLDENBURG.DE | 0441 - 97 28 610

DAS ANGEBOT IST GÜLTIG BIS ZUM 31.01.2019

Fühl Dich **NEU**
INJOY
INTERNATIONAL SPORTS- & WELLNESSCLUBS

KURZ+ KNACKIG

SELBSTHILFEGRUPPE: „ARMUT IM ALTER“

In Oldenburg gründet sich eine neue Selbsthilfegruppe zum Thema „Armut im Alter“. Bei regelmäßigen Treffen können Betroffene einen vertrauten Kontakt aufbauen und einander stärken, wenn es mal wieder beschwerlich wird.

In der Gruppe können Sie Erfahrungen austauschen, im offenen Gespräch über alltägliche Sorgen sprechen und gemeinsam nach Entlastung suchen. Weitere Informationen erhalten Interessierte bei der BeKoS unter der Telefonnummer 0441 884848, info@bekos-oldenburg.de, Lindenstraße 12a. *(Quelle: BeKoS Oldenburg)*

WIR WÜNSCHEN EIN FROHES NEUES JAHR

Das Team vom Nadorster Einblick bedankt sich ganz herzlich bei allen Lesern. Ein großer Dank geht ebenfalls an alle, die uns z.B. mit tollen Tipps, Berichten und Ratschlägen versorgen. Wir freuen uns auf weitere schöne Ausgaben mit euch und wünschen allen ein frohes und gesundes neues Jahr und nur das Beste für 2019! *(Text: nad)*



Fünf gute Gründe...

... Ihre Wärmekonzepte und/oder Ihren Badezimmertraum bei uns Wirklichkeit werden zu lassen.

Meisterliche Beratung: Wir planen Ihre Wünsche mit Sorgfalt, gestalten mit Stil, koordinieren mit Umsicht und führen technisch einwandfrei aus.

Profi-Leistungen aus einer Hand: Wir nehmen die gesamte Abwicklung in unsere Hand – ein Ansprechpartner – ein Wort.

Große Fachausstellungen unserer Großhändler: Hier erleben Sie kreative Bad- und Heizungslösungen für jeden Bedarf.

Kreativitäts-Plus: Funktionell und harmonisch in den Wohnbereich integriert – lassen Sie sich von uns inspirieren.

Chefgarantie: Ihr Auftrag ist für uns erst dann erfolgreich abgeschlossen, wenn Sie als Kunde zufrieden sind.

Sanitär - Heizung - Solar
Klaus Weber GmbH
Bad- und Heizungskonzepte aus einer Hand

Eschstraße 40 26123 Oldenburg
Telefon 0441 - 88 0 22 Telefax 0441 - 88 59 256
info@klaus-weber-gmbh.de www.klaus-weber-gmbh.de

BAD AM FLÖTENTEICH

In der Sportausschusssitzung wurde ein überarbeitetes Bäderkonzept vorgestellt, das auf eine breite Zustimmung stieß. Es sieht den Neubau eines Schwimmbades am Flötenteich mit 6 Bahnen á 25 Metern, ein Kursbecken, einen Vital- und Reha-Bereich, ein Solebad sowie Physiotherapie und Gastronomie vor. Die Kosten liegen bei rund 16,2 Millionen Euro. Die beiden Stadtteilbäder werden nach Fertigstellung des Vitalbades saniert.

(Text leicht gekürzt: Bürgerverein Nadorst-Bürgeresch e.V.)

BÜRGERVEREIN OHMSTEDER BERICHTET:

LATERNELAUFEN 2018

Zahlreich nahmen kleine und große Gäste beim Laternelaufen teil. Sogar das Wetter hat für den Zeitraum des Laufens und des anschließenden Martinsfestes vor der Ohmsteder Kirche bestens mitgespielt.



Abschließend nochmal unseren herzlichsten Dank an alle Gäste, auch im Namen der Kirchengemeinde und des Kulturzentrums. Ebenfalls herzlichen Dank an die vielen freiwilligen Helferinnen und Helfer, die zum Gelingen dieser Veranstaltung beigetragen haben. Allen voran die Freiwillige Feuerwehr, die den Zug durch den Ort sicher begleitet hat.

(Text und Foto: Cord Bakenhus)

FOTOKALENDER 2019

Mitte November 2018 erschien der Fotokalender Bornhorst/Ohmstede 2019 und kann wieder in diversen Geschäften im Stadtteil oder über den Bürgerverein Ohmstede erworben werden. Die Auswahl der Fotos stand diesmal unter dem Motto „Es war einmal ...“ und zeigt interessante Bilder, wie und wo sich Ohmstede in den letzten knapp 100 Jahren verändert hat.

(Text: Bürgerverein Ohmstede)

WILLKOMMEN...



Die Feiertage liegen hinter – das neue Jahr vor uns, die Zeit der guten Vorsätze hat begonnen: Mehr Sport machen, ein paar Pfunde verlieren, weniger oder gar nicht mehr rauchen, auf Fleisch verzichten, mehr Urlaub machen, Stress vermeiden ...

Aber was haben die Nadorster sich vorgenommen? „The same Text as last year, Miss Sophie? The same Text as every year, James!“

Auch in 2019 stehen wieder viele Termine und Veranstaltungen der Nadorster Werbegemeinschaft auf dem Programm. Hier eine erste Schnellübersicht zum Vormerken:

- 9. Januar: Sanierungsbeirat. Sitzung im Technischen Rathaus
- 12. Januar: Neujahrsempfang / kleine Kohltour 2019
- 17. Januar: 1. Vorstandssitzung in 2019/ Gertrudenheim*
- 21. Februar: Vorstandssitzung / Gertrudenheim*
- 14. März: Vorstandssitzung / Gertrudenheim*
- April: Jahreshauptversammlung
- Juni: Spargel-Fahrrad-Tour
- 14. September: Nadorster Straßenflohmarkt
- 29. September: Teilnahme am Kramermarktsumzug
- November/Dezember: Große Weihnachtsaktion
- 6. Dezember: der Nikolaus besucht Nadorst

Wie man liest, haben sich „Die Nadorster“ in 2019 einiges vorgenommen. Doch damit nicht genug. Altbekannte, wichtige Themen stehen auch in diesem Jahr wieder auf der Tagesordnung. Dazu zählen: der geplante Umzug der Obdachlosenhilfe, das Café Caro und das Sanierungsgebiet „Untere Nadorster Straße“. Es wird spannend ...

In diesem Sinne, allen ein gesundes und friedliches 2019!
Ihr „Die Nadorster e.V.“

PS: Außerdem gibt es dieses Jahr ein außergewöhnliches Jubiläum zu feiern. Unter dem Motto: „10 Jahre kann jeder, die Nadorster Werbegemeinschaft feiert ihr 11-jähriges Bestehen!“ warten in 2019 viele interessante Aktionen auf die Kunden, Bürger und Bürgerinnen des wohl buntesten Stadtteils Oldenburgs ... Man darf gespannt sein! Der Nadorster Einblick wird berichten!



NADORSTER
KÖPFE

NICOLE ROHLFES VON
KINESIOLOGIE/BABY-
MASSAGEN

NAME:

NICOLE ROHLFES

VERHALTEN SIE SICH IHRES ALTERS ANGEMESSEN?

45 JAHRE... ICH GEBE MIR MÜHE...

WO FÜHLEN SIE SICH ZUHAUSE UND WARUM?
BEI MEINER FAMILIE. DIE IST MEIN HEIMATHAFEN.
SIE GIBT MIR KRAFT UND ES IST EGAL WO WIR SIND.

WIE ENTSPANNEN SIE SICH?

JE NACH LUST UND LAUNE... IN DER NATUR,
IN DER BADEWANNE UND BEI DER ARBEIT.

WOFÜR SIND SIE DANKBAR?

GESUNDHEIT UND MEINE FAMILIE SOWIE FREUNDE UND
SCHÖN WÄRE AUCH FRIEDEN AUF ERDEN..

WENN SIE EINE MILLION IM LOTTO GEWINNEN WÜRDEN,
WAS WÜRDEN SIE ALS ALLERERSTES TUN?

EINEN TEIL FÜR KINDER IN NOT IN OLDENBURG SPENDEN UND
NATÜRLICH URLAUB MIT DER FAMILIE.

WAS WÜRDEN SIE AUCH FÜR VIEL GELD NICHT TUN?

SPINNEN ESSEN.

FINDEN SIE SICH SELBST LUSTIG? WARUM?

JA. IN ENTSPRECHENDER SITUATION.

ICH LACHE GERNE. MANCHMAL WIE ERNIE.

WAS KÖNNEN SIE NUR MIT HUMOR ERTRAGEN?

ANSTRENGENDE EGOMANEN.

WENN SIE EINE STADT WÄREN, WELCHE WÄRE DAS UND WARUM?

KIEL. DIE NÄHE ZUM WASSER DAS MARITIME FLAIR UND DIE
DURCHDACHTE BAULICHE ARCHITEKTUR INNERHALB DER STADT
(GEWOLLT UND GEKONNT) UND DIE NÄHE ZUR NATUR.

WELCHER MENSCH KOMMT IHNEN IN DEN SINN, WENN SIE DAS WORT
ERFOLGREICH HÖREN? WARUM?

ERFOLGREICHE MENSCHEN GIBT ES EINIGE IN MEINER FAMILIE UND IM
FREUNDKREIS. IHNEN WÜNSCHE ICH ALLES LIEBE UND

WEITERHIN ERFOLG. BLEIBT WIE IHR SEID!

WIR SAGEN DANKE!

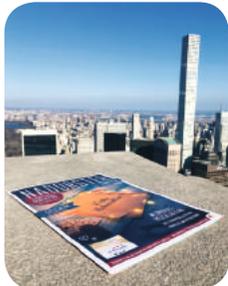
Die „Mangos“ wünschen Claus und Roswitha von Skribo Jürgens alles Gute für Ihren wohlverdienten „Unruhestand“, viele wunderschöne und friedliche Tage und bedanken uns für die jahrelangen herzliche Zusammenarbeit!

(Text: nad)

Redaktionsschluss

FÜR DIE NÄCHSTE AUSGABE: 18. JANUAR

Den Nadorster Einblick auf Reisen



Der Nadorster Einblick hat ein wenig Großstadtluft geschnuppert und war zum Weihnachtshopping eine Woche in New York. Hier ein kleines Selfie vom Rockefeller Center über den Dächern der Stadt. Schön war's!

(Text und Foto: sk)

Impressum: Der NADORSTER EINBLICK erscheint monatlich bei der Mangoblaue GmbH – Oldenburg, und wird kostenlos im Stadtteil Nadorst vertrieben. Impressum: V.i.S.d.P. und Herausgeber: Mangoblaue GmbH, Axel Berger, Marlies Mittwollen (in Zusammenarbeit mit der Werbegemeinschaft: „Die Nadorster e.V.“), Wiefelsteder Str. 19, 26127 Oldenburg, Tel. 30410210. Verantwortlich für Redaktion: Axel Berger (V.i.S.d.P.), Satz: Mangoblaue GmbH, Redaktionelle Mitarbeiter: Axel Berger (axl), Die Nadorster (nad), Britta Snater (bri), Svenja Krause (sk). Druck: Rautenberg-Druck, Leer, Auflage: 8.000 / Vertrieb: CitiPost / Verbreitungsgebiet: Stadtteil Nadorst (Oldb.), Bildnachweis: Titelbild: unsplash.com/Amy Shambles, eigene Bilder / www.fotolia.de, Mechthild Oetjen (Der kl. Nadorster). Erscheinungstermin: Anfang des Monats, Redaktionsschluss: der 10. eines Monats, Mediadaten: www.nadorster-einblick.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 April 2018. Anzeigenvorlagen unterliegen dem Urheberrecht. Abdruck und Weiterverbreitung sämtlicher Inhalte nur nach Genehmigung. Alle © 2018 liegen bei der Mangoblaue GmbH.

KFZ - Meisterbetrieb RIEGER GmbH

Ihr Meisterbetrieb
in Metjendorf



Karl - Fischer Str. 8 26215 Metjendorf
Tel: 0441/84929 · Fax: 0441/883285 Mo-Fr von 8–18 Uhr, Sa. 9–14 Uhr
www.meisterbetrieb-rieger.de

Glas- u. Gebäudereinigung
Hausmeister-Service

Die Heinzelmannchen

Mini-Dienstleistungen für den kleinen Geldbeutel

Kleinstreparaturen, Aufbauhilfe, u.ä.

Nadorster Str. 198 · 26123 OL

Tel. 0441 - 1 66 59

www.heinzelmannchen-ol.de



16. Januar - 17:00 Uhr - Oldenburg Schloss Tatortführung durch Oldenburg

Was Oldenburg in der späten und jüngeren Vergangenheit an kriminellem Potential zu bieten hatte, erzählen Gerichtsreporter Julius Schnell oder Hanna Hurtig auf einem kurzweiligen Spaziergang zu ehemaligen Tatorten. Erfahren Sie, wie ein Minister junge Beamte in den Ruin trieb, wie es ein Fahrrad in der Bank zur Fernsehserie „Aktenzeichen XY ... ungelöst“ schaffte und welcher Kriminalfall zur Gründung des Klosters in Hude führte. Die Dauer dieser Führung beträgt 1,5 Stunden und beginnt am Eingang des Oldenburger Schlosses.



Kosten: pro Person 9,00 Euro.

Termine:

Jeden 3. Mittwoch im Monat jeweils um 17:00 Uhr

Weitere Informationen und Tickets unter:

www.oldenburg-tourismus.de/o-tatortfuehrung

(Text: Oldenburg Tourismus, Foto: Verena Brandt)

26. Januar 2019

Bürgerverein Nadorst-Bürgenesch e.V. Mitgliederversammlung

Am Samstag, den 26. Januar 2019 findet in der Grundschule Ohmstede an der Rennplatzstraße 182 eine Mitgliederversammlung statt.

Im Anschluss wird der Ohmster „Plattdütsche Vereen“ eine Plattdeutsche Komödie vorführen. In drei Akten wird das Stück „Annens gesund in Ohmstä“ von Bernd Kietzke die Zuschauer zum Lachen bringen, sodass einem die Tränen kommen. (Lesen Sie dazu auch den Freizeit-Tipp auf der rechten Seite)

(Text: bri)

FREI ZEIT TIPPS

1. Februar 2019, ab 22:00 Uhr – Polyester Klub

Hip-Hop Party -

Ein Fuchs Muss Tun, Was Ein Fuchs Tun Muss!

Die angesagte Veranstaltung im Polyester Klub am Stadtmuseum 15. An diesem Abend gibt es 100% deutschen Hip-Hop. Von den 90ern bis heute. Mit dabei sind unter anderem Songs von Afrob, Beginner, Deichkind, Fettes Brot, Fünf Sterne Deluxe, K.I.Z, Marteria, Massive Töne, Samy Deluxe, Seeed, Sido u.v.m.

(Quelle: www.polyester-klub.de)



2. und 3. Februar 2019

16:00 Uhr – Kulturzentrum Ofenendiek

„Annens gesund in Ohmstä“

Eine plattdeutsche Komödie in drei Akten, gespielt vom Ohmster Plattdutsche Vereen

Am 2. und 3. Februar 2019 finden jeweils um 16:00 Uhr wieder die Theaternachmittage im Kulturzentrum Ofenendiek statt. Gespielt wird ein Stück von Bernd Kietzke, plattdeutsche Fassung von Heino Buerhoop. Der Originaltitel lautet: Der Heiler von Wintersheim.



Inhalt: Die unkonventionellen Methoden des Landarztes Dr. Hopfner rufen die Dienstbehörden auf den Plan, beflügeln aber auch die ehrgeizigen Visionen der Bürgermeisterin. Da die Patienten ebenso außergewöhnlich sind wie das Personal der Praxis, ist es kein Wunder, dass mit dem Überblick über die Situation auch die Fassung einiger Personen verloren geht. Ensemble: Mitglieder des Ohmster Plattdutsche Vereen, u.a. Lothar Mann, Birgit Heine, Rainer Mann, Angela Sterner, Hanna Springer, Marco Höpke, Melanie Lampe, Sina Ewert, Peter Kruse, Benno von Minden, Stefanie Wahlen, Petra Schimmelpfennig.

Preis: Vorverkauf in allen Filialen von Dellas 9,- € oder an der Theaterkasse am Vorstellungstag 10,- €. Einlass ist ab 14:30 Uhr.

Tipps der Redaktion: Sichern Sie sich möglichst schnell die begehrten Karten für die Vorstellung am Samstagnachmittag. Die sind immer besonders schnell vergriffen.

Der Ohmster Plattdutsche Vereen e. V.

1922 wurde in Ohmstede der „Verein für's allgemeine Wohl“ - mit dem Ziel heimatliche Bräuche zu erhalten - gegründet. Seinerzeit wurden alle Einnahmen aus Veranstaltungen für die Allgemeinheit gespendet, um die Not nach dem 1. Weltkrieg zu lindern. Der Verein entwickelte sich durch eine Tanz-, Gesangs- und Musizier- sowie eine plattdeutsche Theatergruppe. Auf Vorschlag des damaligen Heimatdichters Emil Pleitner, entschloss man sich für die Umbenennung in: „Ohmster Plattdutsche Vereen“. 1946 gelang es dann Gerhard Schelling unter widrigen Umständen, den Verein wieder ins Leben zu rufen. Heute ist die plattdeutsche Theatergruppe das Standbein des Vereins. Mehr über den Ohmster Plattdutsche Vereen erfahren Sie übrigens im Internet unter www.ohmster.de, per E-Mail an: ohmster@freenet.de oder direkt per Telefon beim 1. Vorsitzender Karl Mollner unter 37 0 37. (Text und Foto: Ohmster Plattdutsche Vereen)



Vom 1. bis 31.01.2019

Gutschein

über ein Wellness-Bad
verschiedene Sorten

Nur ein Gutschein pro Kunde, solange der Vorrat reicht!

Lamberti
Apothek
Fröhlich

Nadorster Str. 97 · 26123 Oldenburg
Telefon 0441-81342

GÜLTIG IM JANUAR 2019

Gutschein über 1 Lichttest

Wir überprüfen Ihre Beleuchtungssituation und zeigen Stromfresser und Einsparmöglichkeiten auf!
Beratungen für Energiesparlampen und LED!

Lichthaus
Kuck

Cornelia Kuck
Nadorster Str. 75
26123 Oldenburg
Telefon 0441 - 38 03 83 81
Telefax 0441-38 03 83 92
E-Mail info@lichthaus-kuck.de

Hol's Dir für **€3,50**

E-COLL Spezial Druckleiftöl 125 ml

- hochwirksames Druckleiftöl für alle Druckluftwerkzeuge
- Verschleiß- und Korrosionsschutz

willers

Das Original!

gültig bis 31.01.19, solange der Vorrat reicht

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

» TIPP DER REDAKTION «

NOTFALLDOSE - LEBENSRETTER IN DER KÜHLSCHRANKTÜR

Ein typisches Szenario: Die Rettungssanitäter haben einen Notruf bekommen. In der Wohnung angekommen, finden sie eine ältere Frau vor, die mittlerweile kaum noch ansprechbar ist. Nun gilt es, blitzschnell herauszufinden, was der Patientin fehlt. „In solchen Fällen kann die Notfalldose äußerst hilfreich sein“, sagt Peter List, Leiter des Arbeitskreises Senioren im Präventionsrat Oldenburg (PRO).

Die Notfalldose ermöglicht es Rettungsdiensten, sehr schnell sehr wichtige Informationen des Notfallpatienten zu finden. Die Dose steht in der Kühlschrankschranktür, denn das ist ein zentraler Ort, den es in so gut wie jedem Haushalt gibt. „Den Hinweis auf die Dose erhalten die Rettungsdienste schon an der Wohnungstür“, erläutert Eckhard Wache, Vorsitzender des PRO. „Dort ist auf der Innenseite ebenso wie an der Kühlschrankschranktür ein Aufkleber zur Notfalldose angebracht.“ In der grün-weißen Notfalldose befindet sich ein Zettel mit den wichtigsten Informationen des Bewohners: Blutgruppe, Allergien, chronische Krankheiten, gravierende Vorkommnisse wie Herzinfarkt, Schlaganfall und weiteres.

„Die Nachfrage nach der Notfalldose stieg mit jedem Ge-

spräch, das ich geführt habe“, so Peter List. Im Präventionsrat und bei der Stadt fand er dann die benötigte Unterstützung: Über den Förderverein des PRO konnten 500 Notfalldosen eingekauft werden.

Dank der Kooperation mit der Stadt Oldenburg sind die Notfalldosen seit dem 5. Dezember 2018 für 2 Euro pro Stück im Bürgerbüro Mitte, Pferdemarkt 14, erhältlich.

Weitere Informationen gibt es im Internet unter: www.notfalldose.de und www.notfallmappe-ol.de.



(Quelle: Stadt Oldenburg)

NEUES JAHR, NEUES GLÜCK UND ENDLICH MAL LUFT HOLEN...

Druckluft Zubehör
Set LPZ 4

€49,-

Kompakter und mobiler
Kolbenkompressor Power
180-5 W OF für den flexiblen
Einsatz

€199,-

metabo



willers
Das Original!

MAKING OF OLDENBURGER WOHNGARTEN

Im Frühjahr 2019 wird es spannend. Löschau eröffnet zusätzlich zum Fachgeschäft am Melkbrink einen Gartenschmuckmarkt in Etzhorn. Verkehrsgünstig direkt an der Autobahnabfahrt Oldenburg Etzhorn gelegen, wird der neue Standort die perfekte Ergänzung zu den bisherigen Aktivitäten.



Der Oldenburger Wohngarten bietet Deko, Blumen & Pflanzen aus der Region, nachhaltig, nah am Kunden und eingebunden in ein starkes Konzept. Freuen Sie sich auf ein ganz neues Einkaufserlebnis – typisch Löschau und doch ganz anders! Jetzt online auf www.oldenburger-wohngarten.de für den Newsletter anmelden und nichts verpassen!

(Quelle: www.oldenburger-wohngarten.de,

Foto: [Pinterest.de/michaelloeschau](https://www.pinterest.de/michaelloeschau))

NEU - JETZT AUCH IM BAUMSCHULENWEG AUTOGLAS SERVICEPOINT



Am 1. Dezember wurde die Adventszeit im Baumschulenweg mit einem besonderen Highlight eröffnet: Marcus Buggel und sein Team luden zum Tag der offenen Tür in die neue Zentrale am Baumschulenweg 16. Von 10 Uhr vormittags an wurde mit Kaffee, Keksen, leckerer Erbsensuppe und Glühwein (alles sehr gut organisiert, Brigitta!) gefeiert und durch die neuen Räume geführt. Da wir von Mango blau die riesige Halle in den verschiedenen Bauabschnitten gesehen haben, können wir sagen: Toll, was ihr daraus gemacht habt!

(Text: kat, Fotos: mmi)



FRISCH INS NEUE JAHR STARTEN

Zutaten: 5 Teelöffel Kaffeesatz (möglichst frisch), 2 Teelöffel Olivenöl, 1 Teelöffel Honig

Zubereitung: Gib den Kaffeesatz mit dem Olivenöl und dem Honig in eine Schüssel und vermische das Ganze so lange, bis eine geschmeidige Masse entsteht. Fülle die Maske in ein Gefäß, dort hält sie ca. zwei Wochen.

Auftrag: Trage die Maske in kreisenden Bewegungen auf dein Gesicht auf und lasse das Ganze 30 Minuten einwirken. Creme dein Gesicht gut ein, denn nach einem Peeling können die pflegenden Stoffe einer Creme immer besser einziehen.

So startest du entspannt ins neue Jahr!

(Text leicht gekürzt und Fotos: [beautytipps.ch](https://www.beautytipps.ch))

Stadt-Fleischerei Bartsch-Kundenbetreuerin + VHS-Dozentin Babett Rohde gibt Tipps!



Januar ist immer noch Kürbiszeit! Und warum nicht etwas französisch?

HOKKAIDO-QUICHE-LORRAINE

Zutaten:

Teig: 250 g Mehl, 1/2 TL Salz, 125 g Butter, 1 Vollei
Füllung: 3 Eier, 300 g Hokkaido-Kürbis, 100 ml Milch, 125 ml Sahne, 1 Zwiebel, 100 g Speck, 50 g Parmesan, 1 EL Sonnenblumenöl

Zubereitung:

Mehl, Butter, Salz und das Ei gut verkneten. Teig in Frischhaltefolie wickeln und 15 Min. ruhen lassen. Kürbis waschen, vierteln, Kerne entfernen. Kürbis in Spalten scheiden. Milch, Sahne und Eier in einem hohen Gefäß mit dem Pürier-Stab fein mixen. Zwiebeln abziehen und in kleine Würfel scheiden, das Gleiche mit dem Speck machen. Parmesan fein reiben. Öl erhitzen und die Zwiebel- und Speckwürfel darin goldbraun anbraten. Backofen auf 180°C (Umluft) vorheizen. Auflaufform fetten und mit Mehl bestäuben. Teig etwas größer als die Form ausrollen. Teig in die Form legen, mit den Kürbisspalten bedecken. Zwiebel-Speck-Mischung und geriebenen Käse darauf verteilen. Eiermischung darüber gießen. Quiche auf die mittlere Schiene im Ofen ca. 30 Min backen.

Mit kulinarischen Grüßen, Ihre Frau Rohde
www.Frau-Rohde-Kocht.de



Januar	Februar	März	April	Mai	Juni
1 Di Neujahr	1 Fr	1 Fr	1 Mo KW 14	1 Mi Tag der Arbeit	1 Sa Nadorster Einblick
2 Mi	2 Sa Nadorster Einblick	2 Sa Nadorster Einblick	2 Di	2 Do	2 So
3 Do	3 So	3 So	3 Mi	3 Fr	3 Mo KW 23
4 Fr	4 Mo KW 06	4 Mo KW 10	4 Do	4 Sa Nadorster Einblick	4 Di
5 Sa	5 Di	5 Di	5 Fr	5 So	5 Mi
6 So	6 Mi	6 Mi	6 Sa	6 Mo KW 19	6 Do
7 Mo KW 02	7 Do	7 Do	7 So Verkaufsoffener Sonntag	7 Di	7 Fr
8 Di	8 Fr	8 Fr	8 Mo KW 15	8 Mi	8 Sa
9 Mi	9 Sa	9 Sa	9 Di	9 Do	9 So Pfungstsonntag
10 Do	10 So	10 So	10 Mi	10 Fr	10 Mo Pfungstmontag KW 24
11 Fr	11 Mo KW 07	11 Mo KW 11	11 Do	11 Sa	11 Di
12 Sa	12 Di	12 Di	12 Fr	12 So	12 Mi
13 So	13 Mi	13 Mi	13 Sa	13 Mo KW 20	13 Do
14 Mo KW 03	14 Do	14 Do	14 So	14 Di	14 Fr
15 Di	15 Fr	15 Fr	15 Mo KW 16	15 Mi	15 Sa Christopher Street Day
16 Mi	16 Sa	16 Sa	16 Di	16 Do	16 So
17 Do	17 So	17 So	17 Mi	17 Fr	17 Mo KW 25
18 Fr	18 Mo KW 08	18 Mo KW 12	18 Do	18 Sa	18 Di
19 Sa	19 Di	19 Di	19 Fr Karfreitag	19 So	19 Mi
20 So	20 Mi	20 Mi Frühlingsanfang	20 Sa	20 Mo KW 21	20 Do
21 Mo KW 04	21 Do	21 Do	21 So Ostersonntag	21 Di	21 Fr Sommeranfang
22 Di	22 Fr	22 Fr	22 Mo Ostermontag KW 17	22 Mi	22 Sa
23 Mi	23 Sa	23 Sa	23 Di	23 Do	23 So
24 Do	24 So	24 So	24 Mi	24 Fr	24 Mo KW 26
25 Fr	25 Mo KW 09	25 Mo KW 13	25 Do	25 Sa	25 Di
26 Sa	26 Di	26 Di	26 Fr	26 So	26 Mi
27 So	27 Mi	27 Mi	27 Sa	27 Mo KW 22	27 Do
28 Mo KW 05	28 Do	28 Do	28 So	28 Di	28 Fr
29 Di		29 Fr	29 Mo KW 18	29 Mi	29 Sa Nadorster Einblick
30 Mi		30 Sa Nadorster Einblick	30 Di	30 Do Christi Himmelfahrt	30 So
31 Do		31 So Beginn Sommerzeit		31 Fr	

Schulferien Niedersachsen 2019

Winterferien: 31. Januar bis 1. Februar

Osterferien: 8. April bis 23. April

Christi Himmelfahrt: 31. Mai

Pfungstferien: 11. Juni

Sommerferien: 4. Juli bis 14. August

Herbstferien: 4. Oktober bis 18. Oktober

Weihnachtsferien: 23. Dezember bis 6. Januar

textilpflege

fasson

Im real-
Stubbenweg 27
26125 Oldenburg
Tel. 302817 · Fax 36168752
www.textilreinigung-oldenburg.de
E-Mail: giebert-oldenburg@fasson-textilpflege.de

Hemdenservice
Braut- und Abendmoden
Businesskleider
Bettenservice

Mit neuen Maschinen ist es bei uns besonders Energie-, Wasser- und Reinigungsmittelfeffizient. Umweltschonender als die heimische Wäsche.

19



hochheiderweg 12 · 26123 oldenburg · Tel. 0441 4058571
 neu: melkbrink 19 · 26121 oldenburg · Tel. 0441 30441058
 info@ralph-h.de · www.ralph-h.de · ralph.haseding.friseur

Juli	August	September	Oktober	November	Dezember
1 Mo <small>KW 27</small>	1 Do	1 So	1 Di	1 Fr	1 So
2 Di	2 Fr	2 Mo <small>KW 36</small>	2 Mi	2 Sa <i>Nadorster Einblick</i>	2 Mo <small>KW 49</small>
3 Mi	3 Sa <i>Nadorster Einblick</i>	3 Di	3 Do <i>Tag der Deutschen Einheit</i>	3 So <i>Hallo Grünkohl</i>	3 Di
4 Do	4 So	4 Mi	4 Fr	4 Mo <small>KW 45</small>	4 Mi
5 Fr	5 Mo <small>KW 32</small>	5 Do	5 Sa	5 Di	5 Do
6 Sa	6 Di	6 Fr	6 So <i>Verkaufsoffener Sonntag</i>	6 Mi	6 Fr <i>Nikolaus</i>
7 So	7 Mi	7 Sa <i>Straßenlohnmarkt</i>	7 Mo <small>KW 41</small>	7 Do	7 Sa
8 Mo <small>KW 28</small>	8 Do	8 So	8 Di	8 Fr	8 So
9 Di	9 Fr	9 Mo <small>KW 37</small>	9 Mi	9 Sa	9 Mo <small>KW 50</small>
10 Mi	10 Sa	10 Di	10 Do	10 So	10 Di
11 Do	11 So	11 Mi	11 Fr	11 Mo <small>KW 46</small>	11 Mi
12 Fr	12 Mo <small>KW 33</small>	12 Do	12 Sa	12 Di	12 Do
13 Sa	13 Di	13 Fr	13 So	13 Mi	13 Fr
14 So	14 Mi	14 Sa	14 Mo <small>KW 42</small>	14 Do	14 Sa
15 Mo <small>KW 29</small>	15 Do	15 So	15 Di	15 Fr	15 So
16 Di	16 Fr	16 Mo <small>KW 38</small>	16 Mi	16 Sa	16 Mo <small>KW 51</small>
17 Mi	17 Sa	17 Di	17 Do	17 So	17 Di
18 Do	18 So	18 Mi	18 Fr	18 Mo <small>KW 47</small>	18 Mi
19 Fr	19 Mo <small>KW 34</small>	19 Do	19 Sa	19 Di	19 Do
20 Sa	20 Di	20 Fr	20 So	20 Mi	20 Fr
21 So	21 Mi	21 Sa	21 Mo <small>KW 43</small>	21 Do	21 Sa
22 Mo <small>KW 30</small>	22 Do	22 So	22 Di	22 Fr	22 So <i>Winteranfang</i>
23 Di	23 Fr	23 Mo <i>Herbstanfang</i>	23 Mi	23 Sa	23 Mo <small>KW 52</small>
24 Mi	24 Sa	24 Di	24 Do	24 So	24 Di <i>Heiligabend</i>
25 Do	25 So	25 Mi	25 Fr	25 Mo <small>KW 48</small>	25 Mi <i>1. Weihnachtsfeiertag</i>
26 Fr	26 Mo <small>KW 35</small>	26 Do	26 Sa	26 Di	26 Do <i>2. Weihnachtsfeiertag</i>
27 Sa	27 Di	27 Fr	27 So <i>Ende Sommerzeit</i>	27 Mi	27 Fr
28 So	28 Mi	28 Sa <i>Kramenmarktsumzug Nadorster Einblick</i>	28 Mo <small>KW 44</small>	28 Do	28 Sa <i>Nadorster Einblick</i>
29 Mo <small>KW 31</small>	29 Do <i>Stadtfest</i>	29 So	29 Di	29 Fr	29 So <i>Verkaufsoffener Sonntag</i>
30 Di	30 Fr	30 Mo <small>KW 40</small>	30 Mi	30 Sa <i>Nadorster Einblick</i>	30 Mo <small>KW 01</small>
31 Mi	31 Sa <i>Nadorster Einblick</i>		31 Do <i>Reformationstag</i>		31 Di

BROCKSHUS
 KONDITOREI · BÄCKEREI · CAFÉ
 NADORSTER STRASSE 107
 TELEFON: 0441 / 8 45 55

2019! Es ist Zeit für ein strahlendes Lächeln.
 Wir machen es möglich!

Zahnarztpraxis Wernicke
 Katharina & Helmut Wernicke
 Nadorster Str. 142 | Tel.: 0441 883077
 www.zahnarztpraxis-wernicke.de

Die Nadorster

WERBEGEMEINSCHAFT

Berichtet

GESAMTKONZEPT ZUR WOHNUNGSLOSEN- UND SUCHTHILFE VORGESTELLT:

DIE NADORSTER E.V. SIND SEHR ZUFRIEDEN!

Am 12. Dezember 2018 war es endlich soweit. Die Stadt Oldenburg präsentiert das lang erwartete Gesamtkonzept zur Wohnungslosen- und Suchthilfe – und die Nadorster e.V. waren dabei.

nehmen und Bedenken zerstreuen. Auch „Die Nadorster“ waren dabei und mischten sich ein. Unser Eindruck: Bürgerbeteiligung wie sie sein sollte: in einem intensiven, aber faire und konstruktiven Dialog.



Auf Grund des zu erwartenden Andrangs hatte man die Kulturetage als Veranstaltungsort gewählt.

Eine gute und richtige Entscheidung, waren doch sehr viele Bürger und Bürgerinnen der Einladung zur Beteiligung und Mitarbeit gefolgt. Auf einen etwa einstündigen, sehr gut und professionell gehaltenen Vortrag mit anschließender Fragerunde folgte ein aktiver Teil mit Workshop-Charakter, der ebenfalls sehr gut angenommen wurde.

Bürger und Bürgerinnen konnten an bereitgestellten Tafeln ihre Sorgen, Bedenken, Verbesserungsvorschläge, aber auch ihr Lob zu dem vorgestellten Konzept „loswerden“.

Diverse Vertreter der Verwaltung und der einzelnen Einrichtungen, z.B. der Rose 12, der Polizei, dem Café Caro und der Obdachlosenhilfe waren vor Ort und konnten fast alle gestellten Fragen direkt beantworten und viele Ängste

Fazit: Das neue Gesamtkonzept hört sich gut an. Durch eine gezielte Entzerrung, weitere Standorte in Eversten und Bloherfelde und einen nicht unerheblichen Invest seitens der Stadt könnten viele Probleme behoben, die Situation für alle Beteiligten insgesamt sehr verbessert werden. Es scheint eine Win-Win-Win-Situation für alle Beteiligten, die Nadorster, die Menschen die jeden Tag vor Ort ihr Bestes geben – und natürlich für die Betroffenen selber, möglich.

Doch wie geht es weiter? Jetzt ist die Politik am Zuge. Es wäre sehr zu wünschen, dass das Konzept parteiübergreifend unterstützt wird ... zum Wohle aller.

PS: Terminerinnerung: 9. Januar, Technisches Rathaus, Industriestraße 1: Sitzung des Sanierungsbeirates „Untere Nadorster Straße“. Besucher und Interessierte sind herzlich willkommen.

(Text + Fotos: nad)

Mitgliedern der WERBEGEMEINSCHAFT

Berichten

NEUBAU DES GERTRUDENHEIMS OLDENBURG KOMMT GUT VORAN

Es riecht nach „Neu“ auf der Baustelle. Die Neugier der Menschen, die bald die tagesstrukturierenden Angebote und Fördermöglichkeiten in den neuen Räumen wahrnehmen, wird täglich größer. Viele von ihnen erhielten einen ersten Einblick in den Stand der Bauarbeiten: „Derzeit sind die Handwerker mit dem Innenausbau beschäftigt. Maler streichen die Wände, die Bodenbeläge werden verlegt. „Wenn alles klappt, können wir im März einziehen“, freut sich Anett Gavelis (Einrichtungsleitung). Neu werden nicht nur die Räumlichkeiten, sondern auch die Gestaltung des Alltags der Teilnehmer und Teilnehmerinnen sein. „Ziel ist es, die individuelle Entwicklung der erwachsenen Menschen mit Unterstützungsbedarf zu erhalten und zu fördern, um ihnen die Teilhabe am gesellschaftlichen Leben zu ermöglichen“, weiß Anett Gavelis.



Anett Gavelis (rechts) zeigt einigen Teilnehmern der Tagesstrukturierenden Angebote die neuen Räume.

Je nach Bedürfnis kann entsprechend des Hilfebedarfs das Angebot in Modulen zusammengestellt werden. Dabei steht die Vielzahl an Möglichkeiten und Angeboten z.B. Holzarbeiten, Verkehrstraining, Cafeteria, Reinigungsservice, Kulturtechniken, kochen oder backen usw. im Vordergrund. So sind es für den einen Teilnehmer die Übungen im lebenspraktischen Bereich und für einen anderen die kreativen oder musikalischen Angebote, die den Förderschwerpunkt betreffen. Der Wochen-/ Monatsplan ermöglicht eine individuelle Abstimmung zwischen Bedarf und Angebot mit jeweiligem Förderziel. Die Nutzfläche beträgt rund 1.200 qm² für Erd- und Obergeschoss. Die Kosten für die Neubaumaßnahme inklusive dem Neubau von Parkflächen und einer Regenwasserrückhaltung liegen bei 3,2 Millionen Euro.

Weitere Informationen: Stiftung Gertrudenheim Haus Oldenburg, Anett Gavelis (Einrichtungsleitung), Friesenstr. 27, Tel.: 0441 980 570, info@gertrudenheim.de, www.gertrudenheim.de.

(Quelle: BVO)

VERABSCHIEDUNG HELMUT WERNICKE

Montag, 4. Dezember – 10.38 Uhr: es geht los! Zahnärztin Katharina Wernicke schlüpft aus der Praxis und fängt ihren unter einem Vorwand herbeigelockten Vater vor der Tür ab. Beim gemeinsamen Hereinkommen gibt es dann ein großes „Hallo!“ – in den geschmückten Praxisräumen im Nadorster Gesundheitszentrum 142 warten nämlich das gesamte Team, die Familie, viele Wegbegleiter und langjährige Patienten, um sich für die gemeinsame Zeit zu bedanken und um den Abschied von Helmut Wernicke aus dem Berufsleben gebührend zu feiern!

Nach der ersten Überraschung hält der zukünftige Ruhestandler aus dem Stehgreif eine anregende kleine Rede und lässt uns Zuhörer z.B. an den Anfängen seiner Laufbahn teilhaben: „Es gab da so einige Kandidaten in der



Ausbildung – die wurden beim Anziehen des weißen Kittels 15 cm größer – und ich wusste genau: so wollte ich nie werden!“ Zustimmendes Nicken und viel Beifall.

Auch an den hübsch dekorierten Tischen hört man bei Sekt, Kaffee und Saft viel Positives von der bodenständigen und zugewandten Art Wernickes – und auch große Zufriedenheit, dass die Tochter die Praxis übernommen hat.

Unbedingt erwähnt werden muss zudem die göttliche und künstlerisch gestaltete Marzipantorte von der Bäckerei / Konditorei Brockshus - Lutz Brockshus hat übrigens noch verraten, was dieses frische Aroma neben Buttercreme und Marzipan ausmacht: Limette...

Es bleibt das gute Gefühl, dass Helmut Wernicke mit Projekten wie Angelrutenfertigung aus Bambus oder Klavierspielen nicht unvorbereitet in den Ruhestand geht und mit seiner Zeit viel anzufangen weiß - wir wünschen viel Spaß und alles Gute für den neuen Lebensabschnitt!

(Text und Fotos: kat)

Die Bernhard Harmdierks GmbH feiert:

Harmdierks

Ekernstraße 6 · 26125 Oldenburg · Tel. 0441/3502770

30 Jahre Honda-Vertragshändler unter Leitung der Familie Borrmann & die Europa-Premiere des CR-V als Hybrid Version

2019 wird für das bekannte Autohaus und Mitglied der Nordorster Werbegemeinschaft in der Ekernstraße 6 ein ganz besonderes Jahr. Gleich mehrere bemerkenswerte Ereignisse und Jubiläen werfen ihre Schatten voraus. So steht der Name Harmdierks tatsächlich schon seit weit über 100 Jahren für Kontinuität, Effektivität, Kundennähe, Qualität und guten Service. Außerdem kann eine besondere Verbindung gefeiert werden: Die Bernhard Harmdierks GmbH ist seit über 30 Jahren Honda Vertragspartner, unter der Leitung der Familie Borrmann!

Mit dem neuen CR-V bietet Honda erstmals in Europa einen SUV mit Hybridantrieb an.

Aber zunächst zurück zum Honda CR-V: Sportlich und luxuriös, wurde er im Oktober von Grund auf neu konzipiert und auf allen Ebenen neu gestaltet; Honda hat ihn innen und außen völlig neu durchgestylt. In vier Ausstattungslinien verbindet das Fahrzeug ein umfangreiches Sicherheits- und Komfortniveau mit wegweisender Antriebstechnik für Fahrspaß und Effizienz. Außerdem ist der beliebte Alleskönner jetzt auch als 7-Sitzer und ab Januar 2019 auch als Hybrid erhältlich.

Der Honda CR-V Hybrid ist mit Front- oder Allradantrieb erhältlich.

Herzstück des Honda CR-V Hybrid ist das i-MMD Antriebssystem (intelligent Multi-Mode Drive). Es besteht aus zwei Elektromotoren – von denen einer als Generator fungiert – einem im Atkinson-Zyklus betriebenen 2,0-Liter-Benzinmotor (145 PS/107 kW) und einer Lithium-Ionen-Batterie. Technik-Facts: Anstelle eines herkömmlichen Getriebes nutzt die i-MMD Technologie im CR-V Hybrid ein festes Übersetzungsverhältnis zwischen den beweglichen Komponenten und ermöglicht damit eine effizientere Übertragung der Drehmomente (eCVT). Für den Vortrieb ist überwiegend der leistungsstarke elektrische Antriebsmotor (184 PS/135 kW) zuständig: Im Fahrmodus Elektroantrieb („EV Drive“) wird er vom Lithium-Ionen-Akku mit Strom versorgt, im Modus Hybridantrieb („Hybrid Drive“) treibt der Benzinmotor den Generator an, der wiederum elektrische Energie für den E-Motor produziert. Im dritten Fahrmodus, dem Motorantrieb („Engine Drive“), übernimmt der Benzinmotor die Antriebsarbeit: Eine Überbrückungskupplung sorgt für eine direkte Verbindung zu den Rädern.

Zu Preisen ab 32.290 Euro rollt der CR-V Hybrid am 16. Februar in den Handel.

Einstiegsmodell ist der CR-V Hybrid in der „Comfort“-Ausstattung, der auf 18-Zoll-Leichtmetallfelgen mit Frontantrieb vorfährt. Hier sind bereits LED-Scheinwerfer und LED-Nebelscheinwerfer, ein schlüsselloses Zugangs- und Startsystem, eine Alarmanlage und Honda SENSING mit an Bord. Das Sicherheitspaket umfasst unter anderem ein Kollisionswarnsystem mit Bremsassistent, einen aktiven Spurhalteassistenten, eine adaptive Geschwindigkeitsregelung und eine Verkehrszeichenerkennung.

In der Ausstattung „Elegance“ (ab 34.990 Euro) kommen zusätzlich eine 2-Zonen-Klimaautomatik, eine Einparkhilfe vorn und hinten, ein automatisch abblendender Innenspiegel sowie ein Infotainmentsystem inklusive Navigationssystem und Rückfahrkamera hinzu. Optional lässt sich der „Elegance“ gegen Aufpreis mit Allradantrieb ausrüsten.

Noch mehr Komfort und ein gehobenes Ambiente bietet die Version „Lifestyle“ (ab 38.090 Euro), die unter anderem eine Lederausstattung, getöntes „Privacy Glass“, eine Ambientebeleuchtung sowie eine elektrisch einstellbare Lendenwirbelstütze für den Beifahrersitz umfasst. Ein Toter-Winkel- und ein Auspark-Assistent ergänzen die Sicherheitsausstattung. Aber auch eine Dachreling gehört zum Umfang des „Lifestyle“, der sich ebenfalls optional mit Allradantrieb kombinieren lässt.

In der Top-Variante „Executive“ (ab 43.590 Euro) ist das leistungsfähige Allradsystem bereits serienmäßig an Bord. Weitere Highlights: die berührungslos-öffnende Heckklappe, das Head-up-Display, eine elektrische Sitzverstellung inklusive Memory-Funktion und ein Panorama-Schiebedach. Für zusätzlichen Komfort an kalten Tagen sorgen die Lenkradheizung und die Sitzheizung auch für die hinteren Sitze.

Fazit: SUV-Komfort mit zukunftssträchtiger Hybrid-Technologie. Der neue CR-V Hybrid wird mit Sicherheit ein Renner! Ein guter Grund also, hier einmal genauer hinzugucken.

PS: Mehr Infos über das Traditionsautohaus mit der markenübergreifenden Fachwerkstatt finden Sie übrigens auf www.harmdierks.de

(Text+Foto: Honda)

Aus diesem Grund sollten sich alle Freunde der Familie Borrmann, des Autohauses Bernhard Harmdierks, Kunden und Interessierte unbedingt den folgenden Termin vormerken:

16. Februar 2019

HONDA-FRÜHSTÜCK

Am 16. Februar 2019 findet im Rahmen des allseits beliebten Honda-Frühstücks die Premiere des CR-V Hybrid und die Übergabe der Urkunde: „30 Jahre Honda-Vertragspartner Harmdierks/Borrmann“ durch einen offiziellen Repräsentanten des japanischen Automobilherstellers statt. Die Familie Borrmann und das Team vom Autohaus Harmdierks möchte die Gelegenheit nutzen, um sich bei ihren Kunden zu bedanken und um gemeinsam ins neue Autojahr 2019 zu starten. Bei dem leckeren Frühstücksbuffet wird ganz sicher für jeden Geschmack etwas dabei sein. Gäste sind herzlich willkommen.



Kraftstoffverbrauch CR-V i-MMD Hybrid: innerorts: 5,1-5,0; außerorts: 5,7-5,4; kombiniert: 5,5-5,3. CO₂-Emission in g/km: 126-120. Weitere Informationen zum offiziellen Kraftstoffverbrauch und zur offiziellen spezifischen CO₂-Emission neuer Personenkraftwagen können dem „Leitfaden über den Kraftstoffverbrauch, die CO₂-Emissionen und den Stromverbrauch neuer Personenkraftwagen“ entnommen werden, der an allen Verkaufsstellen und bei DAT Deutsche Automobil Treuhand GmbH, Hellmuth-Hirth-Straße 1, 73760 Ostfildern, unentgeltlich erhältlich ist.

Harmdierks

Ekernstraße 6 · 26125 Oldenburg · Tel. 0441/3502770

Kreditvermittler der Honda Bank GmbH.

Ihre Begeisterung ist unsere Bestätigung!

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

 www.facebook.com/Harmdierks.de

**HARALD
TROST**

DIPL.-KAUFMANN
& STEUERBERATER

Nadorster Straße 134
26123 Oldenburg

Tel. 04 41-80 00 78 92

Fax 04 41-80 00 78 93

info@steuerberater-trost.de
www.steuerberater-trost.de

Mangoblaue
AGENTUR FÜR
MEDIENDESIGN & TEXT

**HUBRAUM
STATT
SPOILER!**

WWW.MANGOBLAU.DE 

NADORSTER EXP

**RECHTSTIPP
VON STEFANIE ZIMMERMANN**

Pkw-Stillegung wegen Abgasmanipulationen

Der Diesel-Abgaskandal zieht seine Kreise, wie das nachfolgende Urteil des OVG Nordrhein-Westfalen zeigt:

Die Betriebsstillegung eines Diesel-Pkw mit unzulässiger Abschaltvorrichtung ist rechtlich nicht zu beanstanden, wenn der Halter vorher der Aufforderung zur Mangelbeseitigung nicht nachgekommen ist. Ermächtigungsgrundlage ist die Vorschrift § 5 Abs. 1 FZV, die der Zulassungsbehörde ein Ermessen einräumt. Es liegt kein Ermessensfehler darin, dass von dem Fahrzeug keine unmittelbaren Gefahren für andere Verkehrsteilnehmer ausgehen. Die an das einzelne Fahrzeug zu stellenden normativen Anforderungen sind emissions- und nicht immissionsbezogen. Das auf Emissionsgrenzwerten basierende Regelungsregime zielt auf eine Minderung der durch den motorisierten Verkehr verursachten schädlichen Umwelteinwirkungen, ohne dass es darauf ankäme, ob das einzelne Fahrzeug isoliert betrachtet eine Gesundheitsgefahr darstellt (Beschluss des OVG Nordrhein-Westfalen vom 17.08.2018, Az.: 8 B 548/18).



(Quelle + Foto: Rechtsanwältin Stefanie Zimmermann,
Anwaltskanzlei Zimmermann, Nadorster Str. 125-127)

Anwaltskanzlei Zimmermann

Stephanie Zimmermann
Rechtsanwältin

Nadorster Straße 125-127
26123 Oldenburg
Tel.: 0441-8853575
info@ak-zimmermann.de



www.ak-zimmermann.de

*Guter Service,
auch in Ihrer Nähe!*

Nordwest
CITIPOST
Einfach Gut. Geschickt.

UNSERE SERVICEPOINTS

Kiosk Stefanie Holst
Friesenstr. 64

NewLine Computer GmbH
Alexanderstr. 149 B

CITIPOST Nordwest
Wilhelmshav. Heerstr. 176

Sicherheitshaus Redelfs
Nadorster Str. 192

SKRIBO - Jürgens
Scheideweg 100

Weitere Servicepoints gesucht!
Melden Sie sich gerne bei uns!



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

HAPPY NEW YEAR!

Das gesamte Team
wünscht allen
ein frohes neues Jahr
und alles Gute
für 2019!

BEYER
Die ADTV-Tanzschule
www.ts-beyer.de

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



KNIGGE TIPP VON RALF BEYER

Frohes Neues ...

Weihnachten geht vorbei und das „frohe“ neue Jahr steht so plötzlich vor der Tür. In der Silvesternacht sind die Mobilnetze meistens gnadenlos überlastet und es gelingt uns einfach nicht die Wünsche für ein „frohes und gesundes“ oder für ein „glückliches“ neues Jahr an unsere Freunde und Lieben zu übermitteln. Ganz plötzlich stehen Sie dann im Januar oder manche sogar erst im Februar vor einem ... - und nun? Wie lange wünscht man eigentlich ein „gutes neues Jahr“? Im Prinzip die ersten beiden Wochen im Januar. Was spricht aber dagegen seinen Freunden, Bekannten oder geliebten Familienmitgliedern auch danach noch gute Wünsche zu übermitteln? Nichts! Wir dürfen unsere guten Wünsche jederzeit loswerden. Eine weitere Möglichkeit ist es natürlich auch, dass wir unsere „guten Wünsche“ für das bevorstehende Jahr schriftlich mit einer Karte oder einem Brief übermitteln.



In diesem Sinne: Happy new year!

(Quelle + Foto: Ralf Beyer, ADTV-Tanzlehrer & IHK gepr.
Trainer für Umgangsformen im Beruf, Text: leicht gekürzt)

PERTEN-TIPPS

GESUNDHEITSTIPP VON PETRA EVERLEI LEITUNG TRAININGSBEREICH IM INJOY OLDENBURG

Training braucht entspannte Muskeln

Kein Körper ist wirklich im völligen Gleichgewicht. Das Gehirn ist zwar ständig bemüht, die Bewegungen des Körpers energiesparend und elegant durch das tägliche Leben zu manövrieren, doch baut die Umgebung Hindernisse und die Psyche Hemmnisse auf. Das führt dann zu Schonhaltungen und Fehlbelastungen. Die Muskeln verkrampfen, die Gelenke werden ungleich belastet und allmählich entwickeln sich muskuläre Dysbalancen. Diese entstehen aber auch durch unnatürliche Körperhaltungen im Job und Alltag – wie etwa durch zu langes sitzen oder einseitige Bewegungen. Und auch Schonhaltungen nach Verletzungen, psychische Einflüsse wie Dauerstress und Depressionen führen zu einer anderen, unnatürlichen Körperhaltung.

Um die Dysbalancen zu erkennen, braucht es das geschulte Auge eines Experten oder qualifizierten Trainers. Der analysiert zunächst die Ursache und findet dann die richtigen Trainingslösungen. Denn häufig findet sich die Ursache der Dysbalance im benachbarten Gewebe bzw. Gelenk. So kann ein Schulterschmerz in mangelnder Beweglichkeit der Brustwirbelsäule liegen.

Gezielte Mobilisationsübungen - insbesondere der muskulären Gegenspieler - dynamisches Dehnen und vor allem das Flex-Training kann entscheidende Ergebnisse bewirken. Denn ein richtiges Training kann muskuläre Dysbalancen vorbeugen oder Schmerzen lindern, Verspannungen lösen und damit den Körper wieder in sein natürliches Gleichgewicht verhelfen.

(Quelle + Foto: Petra Eberlei, INJOY Oldenburg, Felix-Wankel-Str. 1, 26125 Oldenburg)



STEUERTIPP VON HARALD TROST

Umsatzsteuervorauszahlung Vorjahr

Bei Einnahmen-Überschuss-Rechnern sind Betriebsausgaben und Werbungskosten in dem Kalenderjahr abzusetzen, in dem sie geleistet worden sind. Regelmäßig wiederkehrende Ausgaben wie z.B. die Umsatzsteuervorauszahlung, die beim Steuerpflichtigen kurze Zeit, d.h. zehn Tage nach Beendigung des Kalenderjahres anfallen, sind als in dem Kalenderjahr abgefließen anzusehen, zu dem sie wirtschaftlich gehören. Ein Abzug als Betriebsausgaben ist dann für dieses Jahr möglich. Damit abweichend geleistete Zahlungen im Jahr ihrer wirtschaftlichen Zugehörigkeit abgezogen werden dürfen, müssen sie innerhalb des Zehn-Tages-Zeitraums fällig und geleistet worden sein.

(Quelle + Foto: Dipl.-Kfm. Harald Trost, Steuerberater in der Nadorster Str. 134)



OLDENBURGER INTEGRATIONSPREIS 2019

Bewerbungen noch bis zum 15. Februar 2019
Oldenburger Integrationspreis wird erneut ausgeschrieben

Die Stadt Oldenburg schreibt zum neunten Mal den Integrationspreis aus. Mit diesem Preis, der mit 6.000 Euro dotiert ist, sollen Projekte, Maßnahmen, Initiativen oder Personen ausgezeichnet werden, die sich in besonderer Weise für ein gleichberechtigtes und friedliches Miteinander in der Gesellschaft einsetzen und so um die Integration verdient machen. Im Jahr 2015 hat unter anderem die IGS Flötenreich in Kooperation mit der Zirkusschule Seifenblase und dem Institut „Integration durch Sport und Bildung“ den dritten Platz belegt. Bewerbungen müssen bis zum 15. Februar 2019 eingereicht werden. Das Bewerbungsformular und weitere Informationen gibt es auf www.oldenburg.de unter dem Suchbegriff „Integrationspreis“.

(Text: bri)

NADORSTER EINBLICK

WIEFELSTEDER STRASSE 19, 26127 OLDENBURG
INFO@NADORSTER-EINBLICK.DE, TEL.: 30410216



Der Kleine Nadorster wird gezeichnet von Mechthild Oetjen.

BÜRO · SCHULE · BUCH · SCHENKEN · SCHREIBEN · MALEN

SO VIEL! SO NAH!



SKRIBO Dirk Lehnert

Familia-Gelände · Scheideweg 100
Ecke Kreyenstr. · 26127 Oldenburg
Tel. 9330067

Lamberti

Apotheke

Fröhlich

KNÜLLERPREISE IM JANUAR

Gültig vom 1. bis 31. Januar 2019

Apothekerin Beate Fröhlich · Nadorster Str. 97 · 26123 Oldenburg · Tel. (0441) 8 1342

Lyranda®

15 Kta.



statt 9,95 €

jetzt

6,98 €

SIE SPAREN fast 30 %

Medi-7® Box

statt 13,98 €

jetzt

9,98 €

SIE SPAREN 28 %



Pinimenthol® Bad

190 ml

statt 9,98 €

jetzt

6,98 €

SIE SPAREN 30 %

100 ml = 3,67 €



Bepanthen® Wund- und Heilsalbe

100 g

statt 13,92 €

jetzt

8,98 €

SIE SPAREN 35 %



Vitamin-B-Komplex-ratiopharm®

120 Kap.

statt 30,98 €

jetzt

20,98 €

SIE SPAREN 32 %



ASPIRIN® COMPLEX Granulat

10 Btl.

statt 8,98 €

jetzt

5,98 €

SIE SPAREN 33 %



ASS+C-ratiopharm®

20 Bta.

statt 9,45 €

jetzt

5,98 €

SIE SPAREN 36 %



MUCOSOLVAN® Saft

100 ml

statt 8,97 €

jetzt

4,98 €

SIE SPAREN FAST 44 %

100 ml = 4,98 €



Übrigens: Wir messen auch Ihren Blutdruck!