

NADORSTER

NEWS AUS NADORST, DONNERSCHWEE, OHMSTEDÉ,
BÜRGERFELDE & ETZHORN

EINBLICK

NOVEMBER 2020

GUTSCHEINE

im Innenteil von:

Apotheke Fröhlich
Willers
Lichthaus Kuck
Schuhhaus Schürhoff

GRATIS ZUM
MITNEHMEN!

OYJO!

NEWS VON HIER

WWW.OYJO.COM

Besuchen Sie uns auf  oder auf www.nadorster-einblick.de



Starte

Jetzt.

Und trainiere bis
Ende des Jahres
KOSTENLOS.



FITNESS
-OLDENBURG-

*FÜR ALLE, DIE UNS NOCH NICHT KENNEN, WIEDEREINSTEIGER UND MITGLIEDER ANDERER
FITNESSCLUBS BEI ABSCHLUSS EINER 24-MONATS-MITGLIEDSCHAFT. GÜLTIG BIS ZUM 31.12.2020.

 
FELIX-WANKEL-STR. 1 | 26125 OLDENBURG
0441 - 97 28 610 | WWW.F1-FITNESS-OL.DE

AKTIONSPREISE IM NOVEMBER

WERA BIT-CHECK 30 Christmas 2020 Bit-Satz, 30-teilig

Robuster Bit-Check von Wera in weihnachtlicher Geschenkverpackung, ideal zum Verschenken.

~~statt
€ 19,50~~

€ 15,-



KNIPEX 70 02 160

160 mm Seitenschneider aus Vanadin-Elektrostahl

Der unentbehrliche Seitenschneider für vielseitigen Einsatz

~~statt
€ 23,30~~

€ 16,-



KNIPEX ALLIGATOR® Wasser- pumpenzange 250 mm

- Griffe mit Kunststoff-Hüllen
- Chrom-Vanadium-Elektrostahl

~~statt
€ 22,50~~

€ 16,-



LEDLENSER P3 LED Taschenlampe, in Bliester

- 25 Lumen und 60 m Leuchtweite
- spritzwassergeschützt
- inkl. 1 x Micro (AAA), 1,5 V

~~statt
€ 14,50~~

€ 10,-



LEDLENSER P6 LED Taschen- lampe, in Bliester

- bis zu 200 Lumen und 120 m Leuchtweite
- inkl. 2 x Mignon (AA) 1,5 V

~~statt
€ 45,50~~

€ 29,-



Nur noch solange Vorrat reicht!

WERA Adventskalender 2020

Profi-Werkzeug hinter 24 Türchen. In absolut bewährter WERA Qualität. Und obendrein 100 % ig kalorienfrei!

€ 49,-



STABILA Wasserwaage POCKET PRO MAGNETIC

- Messgenauigkeit +/- 1,0 mm/m
- 7 x 2 x 4 cm
- starkes Seltenerd-Magnetsystem

~~statt
€ 18,00~~

€ 15,-



STABILA LM Wasserwaage Typ 70, 100 cm

- Messgenauigkeit bei Normlage 0,029° = 0,5 mm/m
- Horizontal- und Vertikal-Libelle
- pulverbeschichtet

~~statt
€ 26,50~~

€ 19,-



Die genannten Preise sind gültig vom 01.11. bis zum 30.11.2020. Nur solange Vorrat reicht.

willers

Das Original!

LEITSATZ DER PROJEKTGRUPPE 1

„DIE NADORSTER STRASSE - VISIONEN UND PERSPEKTIVEN“



INNOVATION, VISION & PERSPEKTIVE:

STUDIERENDE DER JADEHOCHSCHULE OLDENBURG DENKEN DIE NADORSTER STRASSE NEU

Aus einem Kontakt zwischen „Die Nadorster e.V.“ der Jadehochschule Oldenburg wurde ein ganzes Projekt: Wie sähe die Nadorster Straße im Zuge der Sanierungsmaßnahmen aus der Sicht von Studierenden aus? Dieser Grundlage widmete sich im Sommersemester 2020 ein Projektseminar im Fachbereich Architektur. Ursprünglich war ein engerer Austausch mit „Die Nadorster e.V.“ vorgesehen, um eine möglichst große Vielfalt an Ideen und Anregungen mit einzubeziehen, doch die Pandemie verhinderte weitere Treffen und erforderte ein Umdenken bei den Beteiligten. Die Ergebnisse, die die Studieren-

den jetzt vorgelegt haben (und die bereits in einer Präsentation in der Kulturhalle am Pferdemarkt für erste Aufmerksamkeit sorgten) zeigen viel Visionäres und weitere Perspektiven auf, wie die Nadorster Straße der Zukunft aussehen könnte. In dieser Ausgabe stellen wir Ihnen drei Projektarbeiten vor. (Die Veröffentlichung erfolgt mit freundlicher Genehmigung der Studierenden, von den Exposés wurden Auszüge veröffentlicht. Für die vollständigen Pläne und Texte melden Sie sich unter info@nadorster-einblick.de)

(Text: repo, Bild: Kim Helena Friedrich, Ann-Kristin Krogmann)

✉ TEILEN SIE UNS IHRE MEINUNG MIT! LESERBRIEFE BITTE AN INFO@NADORSTER-EINBLICK.DE

GUTSCHEINE

GÜLTIG IM NOVEMBER 2020

Gültig im November 2020

Gutschein 10% Rabatt*

auf Damen-, Herren-
und Kinderschuhe

**nur gegen Vorlage des Gutscheins*



Schuhhaus
Schürhoff
Irk. B. Köhler
Donnerstr. 162
26123 Oldenburg
Tel. 0441/81439

P Parkplatz vor dem Haus!

GÜLTIG IM NOVEMBER 2020

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

Vom 1. bis 30.11.2020

Gutschein

über einen
Schlüsselanhänger „Engel“

Nur ein Gutschein pro Kunde, solange der Vorrat reicht!



**Apothek
Fröhlich**

Nadorster Str. 97 • 26123 Oldenburg
Telefon 0441-81342

Gutschein

über einen
Spannungsprüfer
gratis

Nur solange Vorrat reicht!



WILLERS
Das Original!

Nadorster Str. 6 | 26123 Oldenburg
Tel. 0441/3506360 | info@willers24.de
Mo-Fr: 7.30 - 18h | Sa: 9.30 - 13h

LEITSATZ DER PROJEKTGRUPPE 2

„STÄDTEBAU - STADT MIT FARBE“



Nadorst zeigt sich bisher grau und trist. Durch helle freundliche Farben schaffen wir Identität für die Räume. Der neue Anstrich soll den Erhalt der alten und ortsbildprägenden Gebäude des Stadtteils in den Fokus rücken. Die Farben markieren dabei Funktionen und dienen gleichzeitig der Orientierung. Das Quartier ist geprägt von einer funktionalen und städtebaulichen hohen Dichte auf einem Niveau. Hier optimieren wir den vorhandenen Platz, schaffen vertikale Räume und grüne Dachlandschaften. Das Bild der Nadorster Straße wird bestimmt durch zahlreiche historische Gebäude. Wir nutzen die bestehenden Gebäude in der zweiten Reihe und erweitern diese. Der neue Wohnturm im Süden des Quartiers wird preisgünstiges Wohnen bieten, Studentenwohnungen und 1-Zimmer-Wohnungen, um die wachsende Zahl an Single-Haushalten zu bedienen.

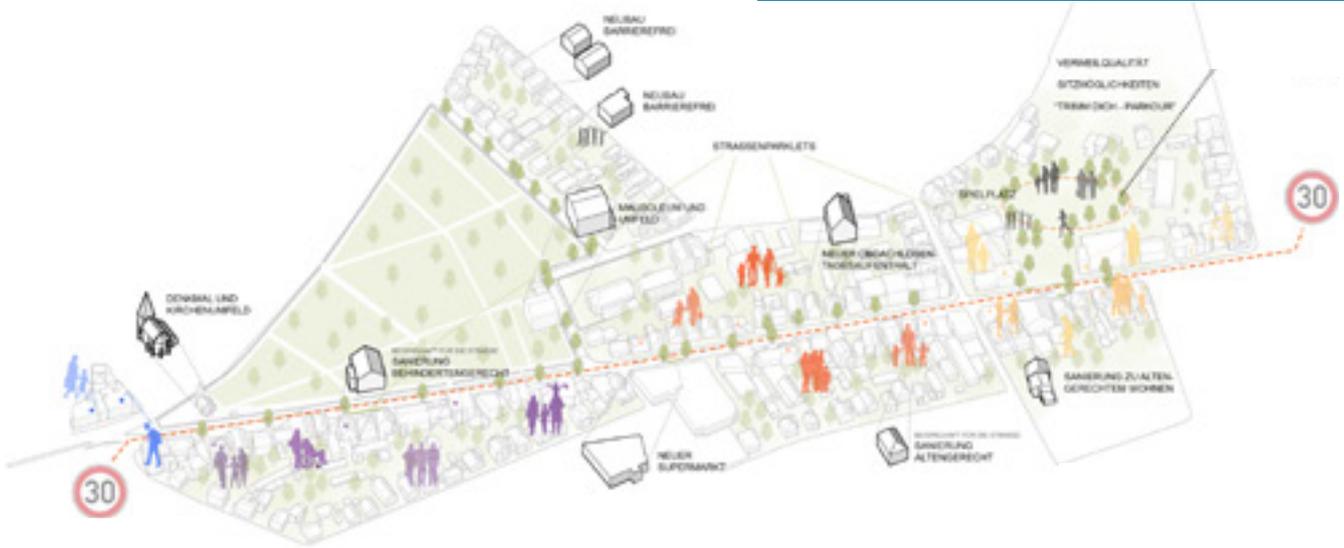
Unsere neuen urbanen Räume schaffen Gemeinschaftsgefühl: Sport, Urban Gardening, Co-Working-Spaces für Start-Ups sowie Kunst und Kultur. Ziel ist es, dass alle Oldenburger in der neuen Nadorster Straße ein Heimatgefühl verspüren, ihre Hobbys pflegen, Neues entdecken, Freunde treffen und sich inspirieren lassen. Die Straße soll mehr sein als bloßer Verkehrsweg. Das Auto soll nicht das Bild prägen. Stattdessen wird der öffentliche Nahverkehr ausgebaut und Anreize für Fußgänger und Radfahrer geschaffen. Die Grünfläche hinter Richter's Sportwelt hat viel Potential. Eine Idee ist, daraus ein erweitertes Forum für Sport und Kultur, mit Outdoor- und Indoor-Aktivitäten, einem Open-Air Kino und weitere Veranstaltungen zu machen.

Auch für das leibliche Wohl ist am Foodcourt gesorgt, der an die Geschichte Nadorsts anknüpft. So wird die neue Nadorster Straße ein modernes Quartier mit Identität und Tradition für ganz Oldenburg.

(Quelle: Jade Hochschule Oldenburg Jabben, Heckmann, Kawasaki, Text gekürzt)



✉ TEILEN SIE UNS IHRE MEINUNG ZUM THEMA „UNTERE NADORSTER STRASSE“ MIT.

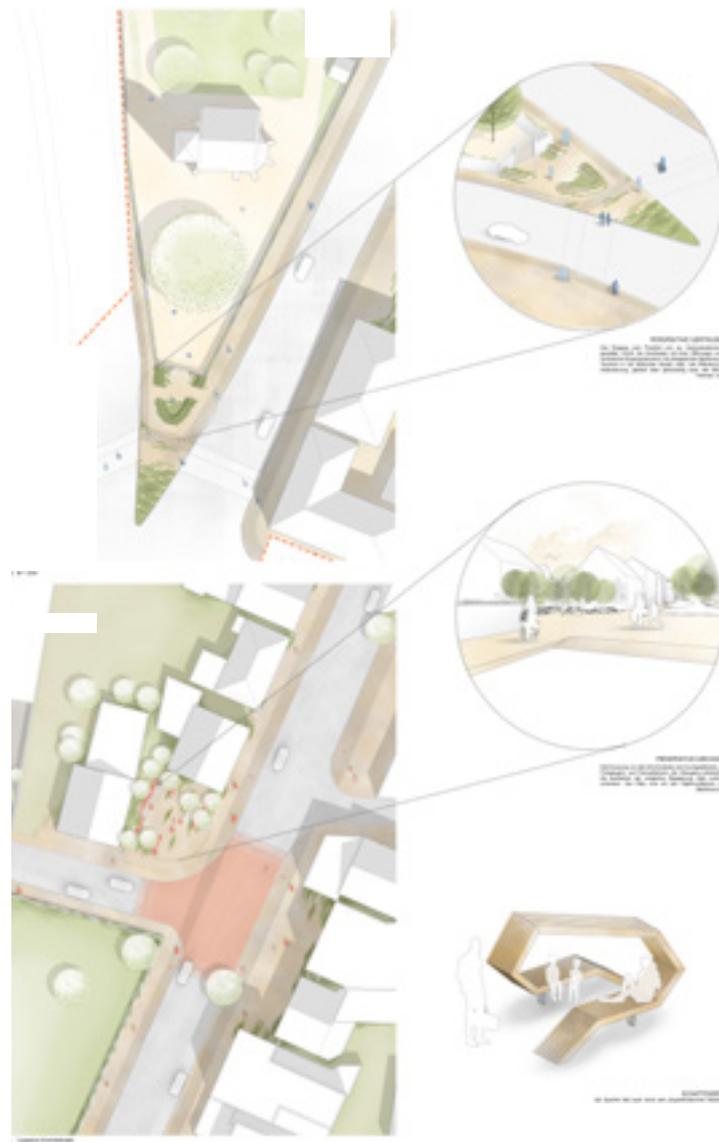


„Die Straßen werden ausgebaut und verbreitert, dafür werden die Rad- und Fußwege immer schmaler. Aber wem gehört die Stadt? Den Autos oder den Menschen? In der Nadorster Straße wurde die Lärmkennziffer 6 festgestellt – damit ist sie einer der lautesten Orte in der Stadt. Die Gebäude werden nicht saniert, weil die Raumzuschnitte problematisch für gewerbliche Nutzungen sind. Im Schnitt wohnen Menschen hier nicht länger als zwei Jahre, die meisten davon sind Studenten oder Singles. Unser Ansatz ist es daher, den Lärm zu reduzieren und die Straße den Menschen zugänglicher zu machen.“

Gemeinschaftskonzept:

- Leerstehende Gebäude und Wohnungen so umstrukturieren, dass eine kulturelle Durchmischung verschiedener Altersstufen stattfindet – verschiedene Wohnformen, Sanierung der Häuser oder Fassaden, Ergänzung fehlender Nutzungen (Supermarkt, Hausaufgabenbetreuung)
- Begrünung entlang des Straßenraums, Zonen, individuelles Stadtmobiliar (Parklets, besonders aufgewertete Bänke, Trimm-dich-Pfad und Tribüne auf dem Sportplatz)
- Die Parklets sind flexibel gestaltet
- Schaffen von neuen Plätzen, an denen sich Bewohner aller Altersschichten mit unterschiedlichem kulturellem Hintergrund treffen können
- Neudenken der Verkehrsregelung durch Temporeduzierung, Fahrbahnverengung, Reduzierung der Parkflächen, mehr Möglichkeiten für Fußgänger und Radfahrer, die Straße und die Plätze und auch den historischen Friedhof zu erkunden
- Beleuchtungskonzept an öffentlichen Orten und Plätzen, die sich über die gesamte Nadorster Straße verteilen

(Quelle: Jade Hochschule Oldenburg, Johanna Abeln, Talea Luitjens, Orhidea Mitkovska, Text gekürzt)





IGS FLÖTENTEICH BEWEGT SICH

AKTIONSTAG „JUGEND TRAINIERT - GEMEINSAM BEWEGEN“

Mit mehr als 1.200 Schülern hat die ISG Flötenteich Ende September am bundesweiten Aktionstag „Jugend trainiert – Gemeinsam bewegen“ teilgenommen. Als ausgeschriebene „fahrradfreundliche Schule“ war der Schwerpunkt Radfahren. Im 7. Jahrgang hatten zwei Klassen die Idee, die „Bike & Run“-Aktion als Sponsorenaktion durchzuführen. Als Tandem waren immer zwei Schüler mit einem Rad unterwegs. Das „eingefahrene“ Geld wird gespendet. Groß war die Vielfalt beim Aktionstag der Oberstufe: vom Teebeutelweitwurf, Wassertransportparade, Standwaagen-Wettbewerb bis zum Longboard-, Inliner- und Radfahren, Walken und Laufen um den Großen Bornhorster See. Die Schülerinnen und Schüler freuten sich über diese Aktion. Unterstützt wurde der Aktionstag durch den SV Eintracht in Etzhorn, DLRG, DRK, Verkehrswacht und den Verein „Bewegung im Stadtteil am Flötenteich“ (BIS e.V.).

(Quelle und Foto: IGS Flötenteich)

BUCHTIPP FÜR DIE WEIHNACHTSZEIT

„ZUKUNFT?!“ - EINE ANTHOLOGIE DES LESEFORUM OLDENBURG E.V.

Das Leseforum Oldenburg e.V. hat ein besonderes Buch herausgebracht und dabei den schriftstellerischen Blick auf das Thema Zukunft gerichtet, der sich mit der Frage auseinandersetzt: Wie wird die Welt von morgen aussehen? Die Autorinnen und Autoren – aus Oldenburg und umzu – erzählen mal humorvoll, mal mit leiser Tragik. Die Zukunft strahlt hier in vielen Facetten. Am 1. Oktober fand die erfolgreiche Buchpremiere in der Kulturhalle am Pferdemarkt statt. Die Gäste hatten die Gelegenheit, 5 Autorinnen und Autoren der Anthologie zu lauschen. **Unser Tipp:** Ein ideales Weihnachtsgeschenk! In jeder Buchhandlung und online erhältlich · Leseforum Oldenburg e.V. (Hrsg.): „Zukunft?!“ Geschichten und Gedanken von Autorinnen und Autoren des Leseforum Oldenburg · Norderstedt 2020 · ISBN 978-3-75195-570-6, 12,-€. Mehr Infos auf www.leseforum-oldenburg.de

(Text: repo, Fotos: Leseforum Oldenburg e.V., Svenja Krause)



CHURCH CONCERT CANDLES IN ST. MARIEN · ST. CHRISTOPHERUS

CCC-GOTTESDIENST AM 29. NOVEMBER MIT „BLUE BOSSA“

Bereits 2019 hat die Pfarrei St. Marien unter dem Titel „Nordlicht“ besondere Gottesdienste, Konzerte und Feste veranstaltet. Diese Reihe wird auch 2020 in einer bunten Mischung verschiedener Aktionen in den Kirchen fortgesetzt. U.a. standen und stehen Benefizkonzerte, ökumenische Gottesdienste, Orgel & Wein, ein Gedenkgottesdienst für Verstorbene und etliche weitere Veranstaltungen. An fünf Sonntagen wird jeweils um 20:00 Uhr zu diesen besonderen Gottesdiensten in die St. Christophoruskirche im Brookweg 30 eingeladen. Zu jedem dieser besonderen Gottesdienste ist immer ein eigenes Ensemble oder ein Solist eingeladen worden. Der letzte CCC-Gottesdienst in diesem Jahr wird am Sonntag, den 29. November in der Kirche St. Christopherus um 20h von dem Trio „Blue Bossa“ musikalisch gestaltet. Für aktuelle Informationen beachten Sie bitte die Website www.st-marien-ol.de.

(Quelle: St. Marien Oldenburg, Fotos: Svenja Krause)

KENNEN SIE SCHON DIE OLDENBURGER STRASSENENGEL?

VEREIN HILFT BEDÜRFTIGEN UND OBDACHLOSEN IN OLDENBURG

Die Oldenburger Straßenengel sind die Wintersaison 2020/2021 gestartet. Der Verein, der Bedürftige und Obdachlose u.a. mit Lebensmitteln und Kleidung versorgt, bietet jetzt wieder eine warme Mahlzeit an. Der Verein hat aufgrund der Pandemie auch Einschränkungen in seiner Arbeit gehabt, versucht aber nach wie vor soweit es möglich ist und die Bestimmungen es erlauben, denen zu helfen, die gerade jetzt so dringend auf Hilfe angewiesen sind. Mit Beginn der kalten Jahreszeit sucht der Verein dringend Spenden in Form von Schlafsäcken, Isomatten, Decken (keine Bettdecken), gut erhaltene Kleidung wie Socken, Thermounterwäsche (nur neu), Rucksäcke, Zelte u.a. Die Spenden können gerne bei der PAO-Private Altenpflege Oldenburg in der Donnerschwer Str. 94 bei Frau Neumann abgegeben werden (Mo-Do 9-15 Uhr, Fr. 9-13 Uhr). www.facebook.com/oldenburger.strassenengel

(Text: nad, Fotos: Straßenengel Oldenburg, www.straessenengel-ol.de)



SCHULLANDHEIMSTIFTUNG RÖWEKAMP-HEILIGENGEISTTOR:
MITGLIEDERVERSAMMLUNG IM OKTOBER
UWE MOKROS ALS 1. VORSITZENDER
WIEDERGEWÄHLT

Am 5. Oktober hatte der alte Vorstand der Schullandheimstiftung Röwekamp-Heiligengeisttor für das Schullandheim Bissel zur ordentlichen Mitgliederversammlung in die Heiligengeisttor Schule eingeladen. Nach 2 Jahren Amtszeit wurde der Stiftungsvorstand neu gewählt. Als 1. Vorsitzender legte Uwe Mokros auf der Wahlveranstaltung Rechenschaft über den vergangenen Wahlberichtszeitraum ab. Er dankte dem scheidenden Schatzmeister Harald Behrens ganz ausdrücklich für die geleistete Arbeit, übergab ein Präsent und wünschte ihm für seinen weiteren persönlichen Weg alles Gute. Anschließend erfolgte die Wiederwahl von Uwe Mokros zum 1. Vorsitzenden und von Anke Nölscher zur Stellvertreterin.

Zum neuen Schatzmeister wurde Marc Falkenstein gewählt.

Als neues Vorstandsmitglied wurde Patrick Kramer begrüßt. Mit ihm werden wir ein bereicherndes Mitglied im Vorstand haben.

(Text und Foto: Schullandheimstiftung Röwekamp-Heiligengeisttor)



NEUIGKEITEN AUS UNSEREM

100.000 EURO FÜR OLDENBURGER VEREINE

SOFORTHILFEFONDS SPORT GEHT AN DEN START

Abgesagte Veranstaltungen, fehlende Eintrittsgelder, ausbleibende Mitgliedsbeiträge und Mehraufwendungen durch Hygienekonzepte: Die Corona-Krise hat bei vielen Sportvereinen Löcher in die Kassen gerissen. Um die Folgen für den organisierten Sport abzumildern, hat die Stadt Oldenburg einen „Soforthilfefonds Sport“ mit einem Finanzvolumen in Höhe von 100.000 Euro aufgelegt.

Vereine können ab sofort Anträge stellen. Um Zuwendungen aus dem Soforthilfefonds zu beantragen, stellt der Fachdienst Sport den Vereinen ein Formular auf der Homepage www.oldenburg.de zur Verfügung. Hier können Sie Mehraufwendungen und Einnahmeverluste eintragen. Dazu zählen u.a. Kosten ausgefallener Veranstaltungen (zum Beispiel Werbe- und Stornokosten, Meldegelder), Kosten für die Beschaffung von Technik zur Erstellung von Online-Angeboten, Mehraufwand für Hygienemaßnahmen, entgangene Kursgebühren oder Mitgliedsbeiträge, wenn Mitglieder sich aufgrund der persönlichen finanziellen Lage, die durch die Corona-Pandemie verursacht wurde, den Vereinsbeitrag nicht mehr leisten können.

Die maximale Förderung beträgt grundsätzlich 2.500 Euro pro Verein. In Ausnahmefällen kann diese Höchstgrenze angehoben werden.

Antragstellung bis zum 2. November 2020

Antragsberechtigt sind gemeinnützige Sportvereine, die ihren Sitz in Oldenburg haben und Mitglied im hiesigen Stadtsportbund sind.

Anträge können bis zum 2. November bei der Stadt Oldenburg, Fachdienst Sport, Peterstraße 1, 26121 Oldenburg, eingereicht werden. Auskünfte erteilt Christina Lenek unter Telefon 0441 235-3162 und per E-Mail an christina.lenek@stadt-oldenburg.de.

(Quelle: Stadt Oldenburg)

Denken Sie schon jetzt an Ihre Betriebsfeier, Ihr Weihnachtessen mit der Familie und unser Silvestermenü.







DA LUIGI
Cucina tipica

Nadorster Straße 112 • 26123 Oldenburg
Telefon 0441-883760 • info@ristorante-daluigi.de
www.ristorante-daluigi.de

Coronabedingt sind die Plätze begrenzt: Reservieren Sie frühzeitig für Ihre Feier. Wir freuen uns auf Sie!

NEUES MITGLIED BEI „DIE NADORSTER E.V.“

ERGOTHERAPIE BARBARA GRÜTTEFIEN: MEHR LEBENSQUALITÄT IM ALLTAG UND IN DER ARBEIT

e ergotherapie barbara grüttefien

Ergotherapie unterstützt und begleitet Menschen jeden Alters, die – aus unterschiedlichen Gründen – in ihrer Handlungsfähigkeit eingeschränkt sind. Ziel ist, sie bei der Durchführung für sie bedeutungsvoller Betätigungen in den Bereichen Selbstversorgung, Produktivität und Freizeit in ihrer persönlichen Umwelt zu stärken. Im Zentrum steht dabei der Mensch mit seinen individuellen Bedürfnissen und seiner ganz persönlichen Lebenssituation. Die Ergotherapie Barbara Grüttefien besteht seit 1998 und ist mittlerweile an 5 Standorten (Oldenburg, Varel, Sande, Wilhelmshaven und Jaderberg) vertreten. Es ist eine Fachpraxis u.a. für kognitives/neuropsychologisches Training, neurologisch orientierte Behandlungen, Lerntherapie bei Legasthenie und Dyskalkulie, Konzentrations- und Verhaltenstraining, Elternt raining, Training mit Jugendlichen, Jobcoaching, systemisch-lösungsorientierte-Aufstellungsarbeit oder Kinesiologie. Das Team kann auf viele Jahre Berufserfahrung zurückblicken, ebenso wie auf unterschiedliche Zusatzqualifikationen und Weiterbildungen. Privatpersonen, Vereine und Firmen nutzen die präventiven oder rehabilitativen Angebote in Einzel- und Gruppentherapien, im Kinder- als auch Erwachsenenbereich. Die verschiedenen Standorte ermöglichen einen guten regionalen Austausch; durch die enge Vernetzung mit Ärzten in Praxen und anderen Einrichtungen, Institutionen und Personen wird zusätzlich qualifiziertes Arbeiten ermöglicht – mit dem Ziel, den Klienten Handlungsfähigkeit im Alltag, gesellschaftliche Teilhabe und eine Verbesserung ihrer Lebensqualität zu ermöglichen. **Wir vom Nadorster Einblick sagen: Herzlich willkommen bei „Die Nadorster e.V.“ und auf eine gute Zusammenarbeit!**

Ergotherapie Barbara Grüttefien

Nadorster Straße 107 · 26123 Oldenburg
Tel.: 0441 96 02 146 · Fax: 0441 96 02 148
E-Mail: oldenburg@barbaragruettefien.de
www.barbaragruettefien.de

(Text: nad, Quelle: Ergotherapie Barbara Grüttefien)

NIKOLAUS, NIKOLAUS ...

Am 5. Dezember ist es wieder soweit, und der Nikolaus kommt nach Nadorst. Nähere Informationen über die Zeit und den Ort erfahrt ihr in der nächsten Ausgabe vom Nadorster Einblick. Haltet die Augen auf und seid dabei!

(Text: nad)



DIE KEHRSEITE DER HERBSTZEIT

AWB NIMMT AB 5. OKTOBER KOSTENLOS LAUB AN UND STELLT SAMMELKÖRBE AUF

Der Herbst steht vor der Tür, und die Blätter fallen. Dieses Schauspiel hat eine buchstäbliche Kehrseite – die Entsorgung ist eine Menge Arbeit. Der Abfallwirtschaftsbetrieb (AWB) bietet den Bürgerinnen und Bürgern zur Unterstützung daher wieder einen kostenlosen Service an: Ab dem 5. Oktober können OldenburgerInnen Laub bis zu einer Anlieferungsmenge von maximal zwei Kubikmetern unentgeltlich an den Wertstoffannahmestellen Neuenwege (Barkenweg 6) und Langenweg (Felix-Wankel-Straße 7) abgeben. Dieser Service gilt bis zum 30. Dezember. Die zeitlich begrenzte kostenlose Entsorgung an den Wertstoffannahmestellen betrifft ausschließlich Laub. Die Anlieferung größerer Mengen und anderer Gartenabfälle ist gebührenpflichtig. Darüber hinaus beginnt der AWB Mitte Oktober wieder damit, rund 1.000 Laubkörbe im Stadtgebiet aufzustellen. Das System der Laubkörbe wurde vor vielen Jahren eingeführt, um den AnwohnerInnen die Entsorgung des Laubs von Bäumen im öffentlichen Straßenraum zu erleichtern. Das Hinzustellen von Laubsäcken ist nicht gestattet. Das Entleeren und die Mitnahme von Säcken würde die Arbeit der Müllwerker erschweren und außerdem dazu führen, dass die Tourenplanung, alle Körbe mindestens einmal wöchentlich zu leeren, nicht eingehalten werden kann. Weitere Informationen zur Laubentsorgung und zu den Öffnungszeiten der Annahmestellen unter www.awb-oldenburg.de oder über die Abfall App OL. (Text: Stadt Oldenburg, Foto: freepik.de)

AUTOHAUS LIEPINSCH GMBH



Den Liebsten ...

LIEPINSCH
Die | Alle | Markenwerkstatt

Nadorster Str. 291, 26125 Oldenburg, Tel.: 0441 93 29 00

www.nissan-liepensch-oldenburg.de

Immobilien **OLB BANK**

Hausverkauf? Wir machen das!

Der OLB-Immobilien dienst. Wir vermitteln Ihre Immobilie.
Mehr unter: olb.de

Ihre Ansprechpartner der OLB-Filiale Oldenburg:
Uwe Ruhe Tel. 0441 221-2813 & Ingo Sperlich Tel. 0441 221-2814
immo.oldenburg@olb.de

„MAILAND ODER MADRID - HAUPTSACHE ITALIEN!“ FREIZEITSTÄTTE OFENERDIEK SPIELT IM NEUEN PODCAST DOPPELPASS MIT DEM FANPROJEKT

Wer die neue Podcast-Folge der Freizeitstätte Ofenerdiek hört, fühlt sich direkt an Fußball-Talk aus dem Fernsehen erinnert. Berühmte Kicker-Weisheiten spielen dabei ebenso eine Rolle wie das legendäre Torwandschießen, sogar ein „Phrasenschwein“, in das bei der Verwendung von Plattitüden eingezahlt wird, ist nach 24 Minuten gefüllt. Für ihre „Surprise“-Ausgabe haben sich Markus Schütte und Christoph Deters das Fanprojekt Oldenburg ans Mikrofon geholt. Als Überraschungsgäste plaudern die beiden Stadion-Streetworker Greta Prätsch und Nils Wach unter anderem über die Arbeit mit jungen Fußballfans, Angebote des Fanprojekts, Schwalben und Blutgrätschen sowie über Lieblingsfangesänge. Zu finden ist der Podcast unter <https://bit.ly/3da99Bo> oder unter <https://bit.ly/3lJiJA>.

Das Fanprojekt ist ab jetzt mit eigener Website zu finden unter www.fanprojekt-oldenburg.de. P.S. Wer hat wohl die Website gemacht? Natürlich Mangoblau! (Quelle: Stadt Oldenburg)

DAS KANN NUR ZEICHNUNG! VON BEETHOVEN BIS PINTEREST

JUBILÄUMSAUSSTELLUNG IM HORST-JANSSEN-MUSEUM OLDENBURG
VOM 4. OKTOBER 2020 BIS 17. JANUAR 2021

Das Horst-Janssen-Museum Oldenburg zeigt vom 4. Oktober 2020 bis 17. Januar 2021 die Ausstellung „Das kann nur Zeichnung! Von Beethoven bis Pinterest“.

Die Ausstellung blickt anlässlich des 20. Jubiläums des Museums auf die Zeichnung als Kulturtechnik. Denn Zeichnungen werden in vielen Bereichen eingesetzt und dienen unterschiedlichsten Zwecken: als Architekturzeichnung, in Gerichtsprozessen oder als Karikatur der politischen Geschehnisse. „Die Zeichnung ist für die Menschheit eine wichtige Kulturtechnik. In unserer Ausstellung wollen wir zeigen, was Zeichnung alles kann, ohne dabei künstlerische Hierarchien aufzubauen. Und mehr noch, wir behaupten, dass es Phänomene gibt, die sich nur durch Zeichnungen vermitteln lassen“, sagt Dr. Jutta Moster-Hoos, Leiterin des Horst-Janssen-Museums und eine der Kuratorinnen der Ausstellung. In sieben Abteilungen auf zwei Etagen können Besucherinnen und Besucher Einblicke in die Welt der Zeichnung gewinnen. Die Ausstellung wird von einem umfassenden Rahmenprogramm mit Vorträgen und Workshops begleitet. Weitere Kuratorinnen sind Lemya Demirkapi, Rene Klattenberg, Sabine Siebel, Hedwig Vavra-Sibum. (Text: Horst Janssen Museum)

OYJO!

NEWS VON HIER

NACHRICHTEN AUS DER REGION

NADORSTER EINBLICK · HUGO JOURNAL
DER ALEXANDER · UNSER EDEWECHT · UNSER BRAKE
ZWISCHENAHLNER JOURNAL · DER KREYENBRÜCKER

GUTSCHEINE · VERLOSUNGEN · AKTIONEN
UND VIELES MEHR ...

JETZT ONLINE LESEN!

[WWW.OYJO.COM](http://www.oyjo.com)

BERATUNG UND BEGLEITUNG FÜR OPFER VON STRAFTATEN UND DEREN ANGEHÖRIGE

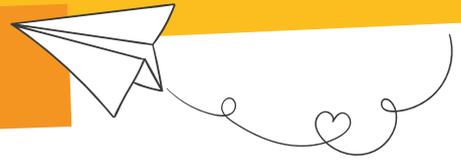


www.opferhilfe.niedersachsen.de
Onlineberatung möglich

Opferhilfebüro Oldenburg

26133 Oldenburg · Cloppenburger Str. 323 • ☎ 0441 / 969 712-10, -11, -12
poststelleoldenburg@opferhilfe.niedersachsen.de
Kontoverbindung: DE22 2505 0000 0101 4197 94

Kind & Kegel



die lobby für kinder

Deutscher Kinderschutzbund
Ortsverband Oldenburg e.V.

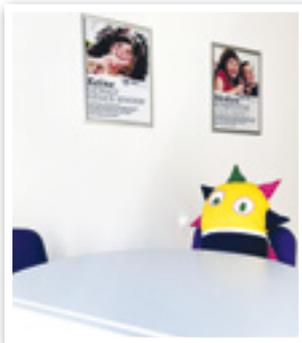
KINDERSCHUTZBUND OLDENBURG

FREIRAUM, HALT UND ENTFALTUNGSRAUM FÜR KINDER



Im Gruppenspielraum gibt es viel Raum für Spiel und Bewegung – kein Tisch steht im Weg, dafür ein riesiger Stoffhase, der eine Ecke des Raumes bis unter die Decke füllt. „Hasi“ (gestiftet von der Firma Lichtpunkt) lädt die Kinder zum Klettern und Erkunden, aber auch zum Innehalten und Kuscheln ein. Die Kinder bringen ihre Hausschuhe mit; jedes hat hier sein eigenes Fach. Sie sollen sich in diesem geschützten Raum und Ort wohlfühlen.

Mit dem zweiten Standort in der Donnerschweer Straße 171b hat der Kinderschutzbund Oldenburg sich räumlich erweitern können. Der Verein, der seit 1975 in Oldenburg existiert, war zuletzt 2006 in die Lindenstraße gezogen, wo er nach wie vor ansässig ist. Die Kleinkindbetreuung zwischen 1 und 3 Jahren „Kleine Elefanten“ findet man weiterhin hier. In der Donnerschweer Straße befinden sich ab jetzt die Verwaltung sowie die Beratungs- und Kursangebote.



Mit dem Umzug schafft der Kinderschutzbund neue Möglichkeiten, um weitere Kurse und Hilfen anzubieten und somit nach seinem Grundsatz und Ziel, die Kinderrechte und deren Einhaltung zu stärken, zu handeln. Kinder und ihre Eltern, die Beratung und Hilfe suchen, sollen die Möglichkeit haben, Probleme zu besprechen, Lasten loszuwerden und somit ein Stück leichter wieder nach Hause gehen zu können. Es gibt u.a. besondere Aktivitäten für Kinder wie z.B. das gemeinsame Malen im Atelier „Zwischenraum“. Gruppenangebote sind u.a. die T.u.Sch Gruppe (Unterstützung für Kinder aus Trennungs- und Scheidungsfamilien), der „Starke Eltern, starke Kinder“-Kurs, der sich dem Umgang mit häuslichen Situationen widmet, oder auch der „Starke Großeltern, starke Kinder“-Kurs, da Großeltern durch die Berufstätigkeit der Eltern immer stärker eingespannt werden. Alle Parteien, Eltern, Kinder und Großeltern, sollen merken, dass sie nicht alleine sind.

Termine für eine Beratung gibt es immer recht schnell und zeitnah. Um dies gewährleisten und allgemein die Beratungsangebote ermöglichen zu können, ist der Kinderschutzbund auf Spenden angewiesen. Die Beratungen und Kurse finden derzeit unter Corona-konformen Bedingungen statt, d.h. mit Abstands- und Hygienekonzept.



Monika Kreye, Geschäftsführung

In nächster Zeit ist die Einrichtung einer Krabbelgruppe geplant. Interessierte Eltern können sich bei Bedarf gerne melden. Auch allgemein sind Anregungen und Wünsche, welche die Familien in Nadorst und Donnerschweer an Bedarfen haben, jederzeit willkommen. Schreiben Sie dem Kinderschutzbund einen Leserbrief mit Ihren Wünschen.

Kinderschutzbund Oldenburg

Donnerschweer Str. 171b · 26123 Oldenburg · Tel.: 0441 - 8 45 90

Fax: 0441 - 36 14 66 31 · info@kinderschutzbund-oldenburg.de

www.kinderschutzbund-oldenburg.de

Bürozeiten: Di. und Do.: 9:00 – 12:00 Uhr

(Quelle: Kinderschutzbund Oldenburg e.V., Text: repo, Fotos: Svenja Krause)

Kinderschutzbund Oldenburg e.V.



Selt September mit zwei Standorten:

Donnerschweer Straße 171b · 26123 Oldenburg

Lindenstraße 39 · 26123 Oldenburg

Wir freuen uns, Sie in unseren neuen
Räumen begrüßen zu dürfen!



www.kinderschutzbund-oldenburg.de

info@kinderschutzbund-oldenburg.de · 0441 84590



BRIE-ECKEN MIT GEBRATENEN TRAUBEN

Zutaten:

150 g grüne und rote Trauben (kernlos), 40 g Butter, 100 g Macadamia Kerne, 100 g Pankomehl, 300 g Brie, 20 g Mehl zum Wenden, 2 Eier, 1,5 l Erdnussöl zum Ausbacken

Zubereitung: Trauben waschen und halbieren. In der Pfanne die Butter leicht bräunen. Trauben zugeben und in der Butter anbraten. Nüsse fein mahlen, mit Pankomehl mischen. Brie in Stücke bzw. Ecke schneiden. Zum Panieren die Käsestücke in Mehl wenden. Käse durch die verquirlten Eier ziehen und in Nuss Mix wälzen. Dann die Käseecken noch einmal durch die Eier und Nuss-Mix wenden. Öl in einem Topf auf 185°C erhitzen. Panierte Stücke im heißen Öl in etwa 1 Minute goldgelb ausbacken. Herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Alles zusammen mit etwas Salat und Feigensenf anrichten! Mit kulinarischen Grüßen, Ihre Frau Rohde

(Text und Foto: www.frau-rohde-kocht.de)

Wunsch

FÜR JEDE JAHRESZEIT DEN PASSENDE STOFF
STOFFHALLE IN NADORST BIETET GROSSE AUSWAHL

Für StoffliebhaberInnen, Nähbegeisterte und FreundInnen schöner Designs ist die Stoffhalle in der Nadorster Str. 228 die erste Adresse im Stadtnorden. Jetzt zu Beginn der kühlen Jahreszeit wird es wieder Zeit, ausgiebig auf 700 qm in dem riesigen Sortiment zu stöbern. Die neue Herbst- und Winterware ist eingetroffen und bietet alles, was es braucht, um warm und kuschelig durch die kalten Tage zu kommen. U.a. beliebt bei den KundInnen: Alpenfleece mit schicken Motiven sowohl für Erwachsene als auch für Kinder. Wer den passenden Stoff für Winter- und Outdoorbekleidung sucht, der ist mit Walkloden sehr gut beraten. In der Stoffhalle findet man davon viele tolle Farben und Motive – und das mit einem 100 %-igen Wollanteil. Oder wie wäre es mit einer selbstgenähten Steppjacke? Neu in der Stoffhalle eingetroffen: doppelseitiger Stepper – da kann der Winter kommen! Auch Strickstoff im Wool Look findet man hier in leuchtend schönen Herbst- und Winterfarben. Neben der Herbst- und Winterware wird man natürlich auch in allen anderen Fragen rund um Stoffe fündig. Ob weich-bequeme Baumwoll-Jersey, trendige Jeans- oder Cordstoffe oder kühlfließender Seide – hier findet wirklich jede/r etwas. Bei den Designs sind dem Ideenreichtum keine Grenzen gesetzt. Auch Bezugstoffe für Möbel, Polster, Dekostoffe für Haus und Garten oder Kunstleder gibt es in allerlei Varianten und passend für jeden Geldbeutel.



Stoffhalle · Nadorster Str. 228 · 26123 Oldenburg
www.stoffe-im-norden.de ·

(Text: repo, Foto: Stoffhalle)

TREND HAIR
FAMILY



NEUERÖFFNUNG DEINES NEUEN FRISEURS AM 02.11.20 | AB 9 UHR

SICHERE DIR BIS ZUM 14. NOVEMBER:
**DEIN PROFI-HAARSPRAY/
ODER HAARBAD IM WERT
VON 16€ GRATIS*!**

*Exklusiv von der Marke **ESTERMEERN**, erhältlich bei der Dienstleistung: Waschen/Schneiden/Föhnen. Nur solange der Vorrat reicht. Nicht mit anderen Rabatten oder Aktionen kombinierbar. Keine Barauszahlung möglich. Nur gültig bis zum 14.11.2020.



TREND HAIR FAMILY | SCHEIDEWEG 100 | 26127 OLDENBURG | TEL. 0175-736 20 77 | WWW.TREND-HAIR.NET



dir was

MASSIVHOLZMÖBEL AUF 5.000 QM

„VIELFALT UND QUALITÄT ZU UNSCHLAGBAR GÜNSTIGEN PREISEN“

In Rastede/Wahnbek, Klein Feldhus 52-54, können die Kunden auf zwei Etagen auf 5.000 qm Verkaufsfläche Qualitätsmöbel aus den Bereichen Wohn- und Schlafzimmer, Kinder- und Jugendzimmer, Esszimmereinrichtung, Leuchten sowie Dekoration und Accessoires wählen. Der Unterschied zum traditionellen Mitnahmegeschäft ist die Auswahl an ausgefallenen und individuellen Stücken und Unikaten sowie Massivholzmöbeln und Möbelstücken im Kolonialstil. Die Einkäufer von Trend Möbel sind in ganz Europa, vor allem in Asien und den Niederlanden unterwegs, um hochwertige Waren zu unschlagbar günstigen Preisen einzukaufen, die direkt an die Kunden weitergegeben werden. Der Einkauf von großen Partien aus Messeauflösungen, Havarieschäden und Konkursverfahren ermöglicht Qualität für jeden Geldbeutel, jede Generation und jeden Geschmack.



Die familiäre Atmosphäre, die von allen Mitarbeitern gelebt wird und sich auf die Kunden überträgt, macht den Besuch bei Trend Möbel zu einem entspannten Einkaufsbummel, bei dem auch die kompetente Beratung der ausgebildeten Verkäufer im Vordergrund steht. So können sich Bernd Koopmann und seine Mitarbeiter seit Jahren über eine große Stammkundschaft freuen. Zum Service gehört auch der kostenlose Anhängerverleih und die Anlieferung und professionelle Montage der Möbel vor Ort gegen einen geringen Aufpreis.

(Text und Foto: Trend Möbel)

AYKUT AKBAYIR BAUT SEIN ANGEBOT AUS

In der Nadorster Straße baut Aykut Akbayir sein Angebot weiter aus: „Nach der Postfiliale können wir jetzt auch den Service einer Lotto-Annahmestelle anbieten.“, erzählt der Chef der Telefon- und Urteilsbox aus der Nadorster Straße 70. Neben der Handy- und iPhone-Reparatur sind Herr Akbayir und sein Team auch kompetente Ansprechpartner rund um das Thema Smartphone- und Festnetztarife, es gibt also viel Gründe, mal vorbeizugehen! (Text: kat)

Stoffhalle

auf 700 m² Verkaufsfläche



Polsterstoffe

über 250 versch. Dessins und Farben

Öffnungszeiten von Mo. - Fr. 9:30 - 18:00 Uhr · Sa. 9:30 - 14:00 Uhr
Nadorster Straße 228 · 26123 Oldenburg · Tel. 04 41 - 3 84 40 16
Direkt an der Ausfahrt Nadort gegenüber dem TÜV-Nord.



TREND
MÖBEL

...unschlagbar
günstig!

**BEST
PREIS
GARANTIE**

**Qualitätsmöbel
auf 5000 qm²**

**Wohn- und Schlafzimmer
Kinder- und Jugendzimmer
Esszimmer & Kommoden
Dekoration & Accessoires
Leuchten u.v.m.**

www.trendmoebel-online.de

Klein Feldhus 52-54 * 26180 Rastede-Wahnbek
Tel. 04402 - 985 99 70

Öffnungszeiten: Mo - Fr 9:30 - 19:00 Uhr, Sa 9:00 - 18:00 Uhr

JETZT NEU: LOTTO®

Unsere Leistungen:

Handyreparaturen vom Fachmann

Smartphone- & Festnetz-Tarife: alle Anbieter, eine Adresse!

Postfiliale und Reiseplanung



Ihr Ansprechpartner:
Aykut Akbayir



Nadorster Str. 70 | FON 59418723 | WWW.TELEFONBOX.COM | INFO@TELEFONBOX.COM WWW.REISEBOX-OL.DE | INFO@REISEBOX-OL.DE

Fünf gute Gründe...

... Ihre Wärmekonzepte und/oder Ihren Bodenzimmertraum 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 Bod- 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

Tierisch gut

WAHL ZUM „VOGEL DES JAHRES 2021“

Unterstützung für bedrohte Vogelwelt

Ab sofort kann jede/r unter www.vogeldesjahres.de seinen Lieblingsvogel nominieren. Die erste öffentliche Wahl zum 50. Jubiläum der Aktion „Vogel des Jahres“ verläuft in zwei Phasen. Bis zum 15. Dezember werden aus insgesamt 307 Vogelarten die Top-Ten-Kandidaten ermittelt. Hierbei stehen alle in Deutschland brütenden sowie die wichtigsten Gastvogelarten des Landes zur Auswahl. Die zehn meist nominierten Vogelarten gehen dann ab dem 18. Januar ins finale Rennen um den Titel. Am 19. März 2021 verkünden NABU und LBV den ersten öffentlich gewählten Vogel des Jahres. Leif Miller, NABU-Bundesgeschäftsführer: „Die Bürgerinnen und Bürger können erstmals die Wahl zum Vogel des Jahres selbst in die Hand nehmen. Wir rufen alle dazu auf, sich an dieser Wahl zu beteiligen, denn unsere bedrohte Vogelwelt braucht dringend mehr Aufmerksamkeit.“ Zudem gibt es ein Live-Ranking zur Wahl. Wer seinen Vogelkandidaten noch mehr unterstützen möchte, kann mithilfe der Aktionsplattform online oder offline Wahlkampf betreiben. Der „Vogel des Jahres“ wurde in Deutschland erstmals im Jahr 1971 und seitdem immer aus einem Gremium aus Fachleuten von NABU und LBV gekürt. Mehr Infos und zur Teilnahme an der Abstimmung: www.vogeldesjahres.de

(Text und Foto: NABU)

MEIN TIER 2020

Tierische Freunde beobachten – unter Einhaltung der Hygiene- und Abstandsregeln!

Am 7. + 8. November wird es wieder tierisch in den Weser-Ems-Hallen Oldenburg, denn die beliebte Heimtiermesse öffnet zum 26. Mal die Türen für alle Tierfreunde – und zwar unter ganz besonderen Bedingungen, die allesamt dem Wohl der Menschen und Tiere dienen! Es gibt eine Vorab-Online-Registrierung zu definierten Einlasszeiten, breitere Gängen in der Veranstaltung und eine vorgeschriebene Besucherbegrenzung. Das schafft Raum für eine entspannte Entdeckungsreise über die insgesamt 12.500m² Ausstellungsfläche. Kleine Verkaufsstände, liebevoll gestaltete Tierwelten und ein abgestimmtes Programm in den Ehrenringen bieten einen abwechslungsreiche Momente für die ganze Familie! In jeder Tierwelt leisten Vereine und Fachleute Aufklärungsarbeit und Experten geben fundierte Auskunft zur artgerechten Haltung von Heimtieren aller Art. Mehr Infos ab Anfang November unter www.weser-ems-hallen.de/tickets/meintier

Erwarten Sie eine „andere“ Mein Tier als gewohnt, die aber dennoch mit viel Engagement von allen Beteiligten auf die Beine gestellt wurde und wird. Bitte haben Sie Verständnis, dass es bei der Präsentation von lebenden Tieren mal zu Programmänderungen kommen kann und Tiere in diesem Jahr nur eingeschränkt/begrenzt angefasst werden dürfen. Limitiertes Kartenkontingent / Versetzte Einlasszeiten / Registrierung und Kartenkauf ausschließlich online. Der Kartenverkauf startet am 26. Oktober 2020.

(Text: Weser-Ems-Hallen)

volksbank-oldenburg.de/baufi



Beratungszeiten
montags bis freitags
bis 20:00 Uhr.

So sehen Sieger aus.

Morgen kann kommen.

Wir machen den Weg frei.

Baufinanzierungsberatung vom Testsieger!

Top-Service, Top-Konditionen und eine ausgezeichnete Beratung von Experten vor Ort. Lassen Sie sich persönlich beraten. Nach Vereinbarung montags bis freitags von 08:00 bis 20:00 Uhr. Wir freuen uns auf Sie!

Volksbank Oldenburg eG

WIR FEIERN Jubiläum!

EIN JAHRZEHNT LEIDENSCHAFT FÜR LEUCHTEN

LICHTHAUS KUCK FEIERT SEIN 10-JÄHRIGES BESTEHEN

In der Nadorster Straße 75 findet man viele Lichtblicke, wenn es um hochwertige Leuchten und eine entsprechend gute Beratung geht. Inhaberin Corinna Kuck und ihr Lichthaus können mittlerweile auf 10 erfolgreiche Jahre blicken.



Viel Erfahrung

Den älteren Oldenburgern ist der Name Kuck vor allem wegen des gleichnamigen Einrichtungshauses bekannt, das die Eltern von Corinna Kuck damals in der Ritterstraße betrieben haben. Sie selbst hat im elterlichen Betrieb mitgearbeitet und sich somit bereits viel Erfahrung im Kundenservice aneignen können, bevor sie sich mit einem eigenen Unternehmen selbständig gemacht hat. Dabei setzt die gelernte Einzelhandelskauffrau auf ihre Vorliebe für Leuchten, die sich schon früh entwickelt hat. Eine ebenso große Leidenschaft gehört der Kundenberatung und dem Kundenkontakt.

Die richtige Beleuchtung für die eigenen vier Wände

Ihre Beratung führt Corinna Kuck sowohl im Laden als auch direkt vor Ort in der Wohnung des Kunden durch. Im Vorfeld wählt sie einige Leuchten aus, die zum Kunden und dessen Wohnumfeld passen könnten, und begutachtet diese dann gemeinsam, um eine engere Auswahl zu treffen. Die Leuchten müssen schließlich zu den Räumlichkeiten passen und ihre Wirkung dort entsprechend entfalten – daher ist die Beratung nicht nur selbstverständlich, sondern auch ein wichtiger Bestandteil des Kundenservice. Dafür nimmt sich Corinna Kuck die nötige Zeit – denn die Zufriedenheit ihrer Kunden hat für sie oberste Priorität.



Leuchten auf 100 Quadratmetern

Im Geschäft in der Nadorster Straße finden unterschiedlichste Leuchten-Modelle ihren Platz. Hier gibt es für jeden Geschmack und jede räumliche Anforderung das richtige Modell in der passenden Preisklasse. Gemeinsam ist aber allen die qualitativ hochwertige Verarbeitung durch die Hersteller und eine entsprechende Qualität der

Leuchten. Das schätzen die Kunden am Lichthaus Kuck – und sind gerne bereit, dafür auch mal etwas mehr zu zahlen, was aber nicht immer zwingend der Fall sein muss.

Zufriedene Kunden

Wenn die Kunden eine Leuchte für sich gefunden haben, mit der sie absolut zufrieden sind, ist das für Cornelia Kuck und ihre Mitarbeiterin Andrea Leutermann die höchste Belohnung in ihrer Arbeit. Dafür und dass ihnen so viele Kunden in den Jahren die Treue gehalten haben, sind sie sehr dankbar und freuen sich auf weitere erfolgreiche Jahre.



(Text: repo, Fotos: Lichthaus Kuck, freepik.de)

**TAUCHERTREFF
DEKOSTOP**

WIR GRATULIEREN!

Tauchschnuppertour
Schnuppertauchkurse
ab 29,- €

info@tauchertreff24.de · www.tauchertreff24.de

ASIA SPEZIALITÄTEN

Wir gratulieren!

Öffnungszeiten:
Di. - Sa.: 11:00 - 15:00 Uhr
und 17:00 - 22:00 Uhr
So. und Feiertage: 12:00 - 22:00 Uhr
Mo.: Ruhetag (außer an Feiertagen)

Gute Qualität · Schnell · Gesund · Preiswert · Frische Zubereitung

Nadorster Straße 18 · www.mc-wok.com
Telefon 04 41-98 33 55 3

f i t

Werkzeuge | Schlüsseldienst | Baubeschläge | Eisenwaren

willers
Das Original!

**WIR
GRATULIEREN
GANZ HERZLICH!**

Nadorster Str. 6 | 26123 Oldenburg
Tel. 0441 / 88 30 66 | Fax 0441 / 8 71 24
www.willers24.de | P



DAS TEAM VOM NADORSTER
EINBLICK GRATULIERT DEN
JUBILAREN GANZ HERZLICH!



25 Jahre WIR FEIERN

KRETA

Griechische Spezialitäten

Wir gratulieren herzlich zum Jubiläum!

Nadorster Str. 53 · Tel. 882276 · www.kreta-oldenburg.de
Öffnungszeiten: Montag Ruhetag · Di - Sa: 17:00 - 23:00 Uhr,
Sonn- und Feiertage: 12:00 - 14:00 Uhr und 17:00 - 23:00 Uhr

Fröhliche
Jubiläumsgriße
aus Ihrer
Lamberti
Apotheke
Fröhlich

Nadorster Str. 97 · 26123 Oldenburg · Tel. (0441) 81342
Mo.-Fr.: von 8.00 bis 18.30 Uhr · Sa.: von 8.30 bis 13.00 Uhr

GESUNDSCHÖN

med ästhetik institut



Wir feiern 25 Jahre Gesund und schön!



Ich bin dankbar für Ihre Treue,
Ihre Loyalität, Ihr Vertrauen,
für **25 wundervolle Jahre!**

Als Zeichen der **Dankbarkeit**
erhalten Sie beim Kauf eines
Gutscheins einen Wert
von **25€** gratis dazu!
(gültig im November, ab 100€ Wert)

Zudem erhält jede/r
Kunde/in zur Behandlung
ein **kleines Präsent.**

Carmen Perthold
und Team



Nadorster Straße 77 ■ 26123 Oldenburg
Telefon 0441 8 79 64 ■ www.gesund-u-schoen.de

KOSMETIK TRIFFT AUF MEDIZIN - MIT EINEM PERFEKTEM ERGEBNIS 25 JAHRE GESUND UND SCHÖN

Alles fing auf 35 Quadratmetern in der Nadorster Straße an, als Carmen Perthold sich 1995 selbständig machte. 25 Jahre später befindet sich ihr Kosmetikinstitut Gesund und schön immer noch im Stadtteil – allerdings ist aus dem Eine-Frau-Unternehmen mittlerweile eine Firma mit 5 Mitarbeiterinnen geworden, und die Räumlichkeiten erstrecken sich über 250 Quadratmeter in einem ehemaligen Tanzsaal an der Nadorster Straße 77 – der ideale Rahmen für innovative und effektive Behandlungen im medizinisch apparativen Bereich. Neben Hautverjüngung und Regeneration ist ein Schwerpunkt das Permanent Make-up. Hier kann Carmen Perthold auf ihr Fachwissen und ihre Kompetenz als zertifizierte Trainerin setzen. Seit 2019 ist sie Regionaltrainerin des europaweiten Marktführers Long-Time-Liner®, was ästhetische Arbeit auf höchstem Niveau garantiert.



Leidenschaft für Schönheit

Kundinnen, die glücklich in den Spiegel sehen – dies ist für Carmen Perthold Ziel und Ansporn zugleich. So kann man sich vertrauensvoll in die Hände des erfahrenen und hervorragend ausgebildeten Teams begeben. In der Haut- und Schönheitspflege hat jede Mitarbeiterin ihr Spezialgebiet. Das Kosmetikinstitut bietet ein breites Spektrum an exklusiven Anwendungen, das in der Region einmalig ist – etwas, was die Stammkundschaft seit vielen Jahren schätzt.

Arbeit auf höchstem Niveau

Die hohen Standards und ein anspruchsvoller Hygieneplan gehören seit jeher zum Konzept: ein Grund, warum das Institut das Vertrauen seiner Klientel hat – auch in Corona-Zeiten. Carmen Perthold hat in den letzten Wochen dieses herausfordernden Jahres die Zukunft schon im Blick: Sie möchte ihren Kundinnen noch mehr Spezialisierungen in den apparativen Behandlungen anbieten, ebenso wie ihre eigene Kosmetiklinie CP Beauty Line noch intensiver auszubauen. Und natürlich, dass ihre Kundinnen ihr und damit auch dem lokalen Handel auch weiterhin so uneingeschränkt die Treue halten – und für diese möchte sich Carmen Perthold auch im Namen ihres Teams sehr herzlich bedanken!

(Text: repo, Quelle und Foto: Gesund und schön)

in Nadorst

JUBILÄUM!

LEIDENSCHAFT, FACHKENNTNIS UND ERFAHRUNG FÜR GUTES SEHEN

25 JAHRE SONNENSCHN AUGENOPTIK

Mit über 37 Jahren als Meister gehört Bernd Sonnenschein zu den erfahrenen Augenoptikern in Oldenburg. In seiner fast 50-jährigen beruflichen Laufbahn hat er in zahlreichen Betrieben Erfahrungen sammeln und sich in über 100 Fachseminaren weiterbilden können. Seit 1995 ist er mit seinem eigenen Unternehmen selbständig. Die Sonnenschein Augenoptik war von Beginn an in der Nadorster Straße ansässig. 2015 erfolgte der Umzug an den jetzigen Standort in der Nadorster Straße 142.



Was macht eine gute Brille aus?

Am Anfang einer guten Brille steht eine sorgfältige Beratung. Bernd Sonnenschein führt zunächst eine ausführliche Anamnese durch, bevor er den Kunden die Charakteristika, Vor- und Nachteile verschiedener Fassungen und Gläser erläutert, ebenso wie mögliche Faktoren, die die Sehkraft beeinträchtigen können. Der Grundgedanke ist, dass eine Brille mehr ist als eine reine Sehhilfe. Sie sollte genau zu ihrer Trägerin/ihrem Träger passen, was Form, Funktion oder auch Persönlichkeit betrifft.

Die optimale Lösung nennt Bernd Sonnenschein die Fünf-Sterne-Brille. Diese erfüllt die folgenden Kriterien:

- » Die richtigen Gläser (Qualität, Tragekomfort, Berücksichtigung u.a. von Gesundheit und Tagesform)
- » Exakte Zentrierung der Brillengläser (Anpassung an den Augen- und Höhenabstand und an die jeweilige Gesichtsform)
- » Größe passend zum Gesicht der Trägerin/des Trägers (für jedes Gesicht gibt es die passenden Brillen)
- » Anatomische Anpassung (sorgfältige und genaue Anpassung der Brille)
- » Die modische Brillenfassung (Auswahl aus einem großen Sortiment)

Für jede Anforderung die richtige Brille

Die Funktionen und Anforderungen an eine Brille sind vielfältig. Bei Sonnenschein Augenoptik können die Kunden aus einem breiten Leistungsspektrum wählen: Gleitsichtbrillen ermöglichen scharfes Sehen in allen Entfernungen, für Aktive gibt es für die jeweiligen Sportarten wie z.B. Laufen, Radfahren oder Schwimmen die passende Sportbrille, Arbeitsplatzbrillen oder Schutzbrillen für die Arbeit, Brillen für Kinder, Brillen zur Korrektur von seltenen Fehlsichtigkeiten wie Schielen und Winkelfehlsichtigkeit oder auch Hilfen für Menschen mit einer Sehbehinderung. Für all diese Anforderungen findet Bernd Sonnenschein die passende Brille. Auch den klassischen Sehtest für den Führerschein kann man hier durchführen lassen.

(Text: repo, Quelle und Foto: Sonnenschein Augenoptik)

Restaurant 
Medaillon
 wünscht alles Gute
 zum Jubiläum und
 weiterhin viel Erfolg!

Nadorster Str. 128 (Ecke Bogenstr.)
 26123 Oldenburg · Tel. 041-98 334 49

Herzlichen
 Glückwunsch!

**KERSTIN'S
 HAARSTUDIO**
 Nadorster Str. 179
 Tel. (0441) 86157



Herzlichen Glückwunsch!
 Ich wünsche Bernd Sonnenschein
 alles Gute zum Jubiläum!


 Massagekerzen-
 Behandlung
 Zirben-Massage

 Vitality
 Kristin Wegh

Nadorster Str. 142 · Tel. 999 088 20
 praxis@physiotherapie-nadorst.de
 www.physiotherapie-nadorst.de

JUBILÄUMS-ANGEBOTE, DIE SIE STRAHLEN LASSEN!

Auf jede Fassung 25€ · Sonderpreise für Gläser*

- » 1. Brille: 25€ auf die Fassung, 25€ auf jedes Glas*
- » 2. Brille: 25€ auf die Fassung, nur ein Glas bezahlen*
- » 3. Brille: 25€ auf die Fassung, nur ein Glas bezahlen*

*Ab 250€ Kaufwert pro Brille. Gültig vom 25.11.20 - 25.02.21.
 Verglasung eigener Fassung möglich.

SONNENSCHN AUGENOPTIK

Nadorster Str. 142 · 26123 OL · 0441 - 88 55 90



Wir wünschen zum
JUBILÄUM
 nur das Beste!

 Zahnarztpraxis
 Wernicke



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

Wir gratulieren Bernd
 Sonnenschein herzlich
 zum Jubiläum !



OHNE TERMINABSPRACHE

HERRENFRISEUR
WILHELM ABELN
 FRISEURMEISTER

NADORSTER STR. 177
 26123 OLDENBURG
 TELEFON 0441 / 8 26 13

ÖFFNUNGSZEITEN:
 DI - FR 8.00 - 18.00 UHR
 SA 7.30 - 13.00 UHR

Gutscheine und Vorabbuchungen sind nach telefonischer Vereinbarung möglich!



Nicole Rohlfs

Leben in Bewegung – Körper in Balance

Angebote:

- » Hypnose
- » Autogenes Training
- » Progressive Muskelentspannung
- » Reiki
- » Entspannt abnehmen
- » Leichtes Lernen
- » Babymassage (Kurs)
- » Energetische Gesichtsmassage
- » Fußreflexzonenmassage
- » Kinesiologie
- » Beratung

Nicole Rohlfs

Bürgerstraße 38 • 26123 Oldenburg
E-Mail: info@kinesiologie-rohlf.de
Telefon: 0441 59442170 • Handy: 0176 41264126
www.kinesiologie-rohlf.de

NADORSTER

ENERGIE TANKEN IN EINER OASE

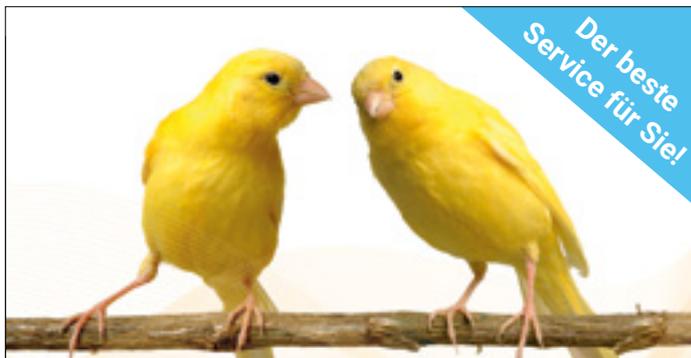
KRISTIN KATTELMANN LÄDT IN IHREM KOSMETIKSTUDIO ZU EINER AUSZEIT VOM ALLTAG EIN

Die Steigerung von Wohlbefinden und Vitalität – das ist ein Wunsch, den viele Menschen in unserem hektischen Alltag haben. Einfach mal die Zeit kurz anhalten und Körper, Geist und Seele ins Gleichgewicht bringen: Kristin Kattelmann bietet in ihrem Kosmetikstudio Wellness- und Kosmetikbehandlungen an, die genau diesen Effekt erzielen.

Kristin Kattelmann hat in ihrer langjährigen Berufspraxis verschiedene Weiterbildungen in Wellness, Kosmetik, Massagen, Stressmanagement und Entspannung absolviert. Für ihre Kundinnen und Kunden erstellt sie nach einer professionellen Beratung individuelle Pflegekonzepte, die auf die Anforderungen und Bedürfnisse jeder/s Einzelnen eingehen.

SICH ETWAS GUTES IN DER KALTEN JAHRESZEIT TUN

Gerade wenn die Tage kürzer, das Wetter grauer, nasser und kälter wird, sollte man Körper und Geist zwischendurch besonders verwöhnen. Mit einer Wohlfühlbehandlung bei Kristin Kattelmann kann man sich eine Auszeit von der Hektik des Alltags gönnen, sei es mit einer Entspannungsmassage oder mit einer exklusiven Gesichtsbildung, die die Haut mit Feuchtigkeit versorgt (was gerade in der Zeit, in der man sich viel in heizungsbelüfteten Räumen aufhält, besonders wichtig ist). Die Zeit ist auch optimal für eine Diamantmicrodermabrasion: Bei dieser Behandlung sorgen feine Diamantpartikel für ein intensives Gesichtspeeling. Die Haut wird somit aufnahmefähiger für hochwertige Wirkstoffe gemacht – die ideale Grundlage für eine Anti Age Behandlung.



Der beste Service für Sie!

Wir sind zu unseren üblichen Öffnungszeiten zu erreichen!

Mo - Fr: 9:00 - 13:00 Uhr
Mo, Di, Do, Fr: 14:30 - 18:00 Uhr
Sa: 9:30 - 18:00 Uhr

Unser Hol- & Bringservice:

Informieren Sie sich unter 0441 50 20 50

Besuchen Sie unseren Online-Shop:

www.hoergeraete-hahm24.com

KOMMEN SIE JETZT ZUM KOSTENLOSEN HÖRTEST!

Hörgeräte
Hahm



Ihr Meisterbetrieb für gutes Hören...

5x in Oldenburg!

Filiale Nadorst

Nadorster Str. 306 · Oldenburg
Tel.: 0441 / 340 44 09

Der Hörspezialist in Ihrer Nähe · www.hoergeraete-hahm.com ·

SPEZIALISTEN

DER RUHE UND ENTSPANNUNG

RUHE, GUTEN SCHLAF UND AUSGEWOGENHEIT FÖRDERN

In einem von Stress bestimmten Alltag ist ein guter Schlaf besonders wichtig. Wer unter Schlafstörungen leidet oder generell Probleme beim Einschlafen oder zur Ruhe Kommen hat, sollte bei Kristin Kattelmann eine Tranquillity™ Pro Sleep Massage buchen. Bei dieser professionellen Körperpflege werden sowohl der Geruchs-, Tast- und Hörsinn angesprochen. Das Ergebnis: tiefe Entspannung, Ausgewogenheit und ein ausgeruhter Geist. Diese Behandlung ist ideal bei Schlaflosigkeit, unruhigem Schlaf oder Jetlag.



EINE AUSZEIT ZU WEIHNACHTEN VERSCHENKEN

Wer auch seinen Liebsten etwas Gutes tun möchte, kann im Kosmetikstudio von Kristin Kattelmann Gutscheine für Kosmetik- und Wellnessbehandlungen oder auch exklusive Beautyprodukte erwerben. Im Dezember hat das Kosmetikstudio eigens dafür zusätzlich an folgenden Samstagen geöffnet:

12. Dezember (10:00 – 13:00 Uhr)

19. Dezember (10:00 – 13:00 Uhr)

24. Dezember (10:00 – 13:00 Uhr)

Zu den üblichen Geschäftszeiten erfolgen Terminbuchung, Gutschein- und Produktkauf nur nach vorheriger Vereinbarung unter Tel. 36 13 72 92 oder www.kristinkattelmann.de/kontakt

KRISTIN KATTELMANN

Donnerschweer Str. 204 · 26123 Oldenburg

Tel.: 0441 - 36 13 72 92 · E-Mail: www.kristinkattelmann.de
relax@kristinkattelmann.de

(Text: repo, Quelle: comfort zone, Foto: Kristin Kattelmann)



Zusätzlicher
Gutschein-Verkauf:
12. + 19.12 von 10 - 13 Uhr
und 24.12 von 10 - 13 Uhr

ENTSPANNUNG GESUNDHEIT SCHÖNHEIT VITALITÄT

Verschenke
doch einfach
einmal
eine Auszeit
zum Fest
der Liebe.



Mit diesem
GUTSCHEIN
liegt zum
Fest der Feste
das Beste
unterm Baum.

Donnerschweer Straße 204 · 26123 Oldenburg

fon. 0441.36 13 72 92

www.kristinkattelmann.de



Nataraja Yoga

Alles, was das Yoga  begehrt.

JETZT NEU: Ayurveda-Gesundheitsberaterin

Individuelles Yoga mit persönlicher Ausrichtung
im Ayuryoga, Spiraldynamik (Medicalyoga),
Aerialyoga und Krankenkassen-Kurse



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

Infrarottheizungs-Center

DIE Heizung mit Wohlfühlwärme!

Tafel, Spiegel oder Fußbodenheizung
Terrassenstrahler!

Besuchen Sie unsere Ausstellung!

26123 Oldenburg
Donnerschwer Str. 165
Tel. 0441 – 93 65 70 10
www.infrarottheizungs-center.de



BÜRO · SCHULE · BUCH · SCHENKEN · SCHREIBEN · MALEN

SO VIEL! SO NAH!

SKRIBO Dirk Lehnert

Famila-Gelände · Scheideweg 100
Ecke Kreyenstr. · 26127 Oldenburg
Tel. 0441 9330067 · info@skribo-lehnert.de

Online auf: www.skribo-lehnert.de

OLDENBURGER SOLARSTROM-CHECK

Oldenburger Haushalte können bei der Stadt Oldenburg eine geförderte Solarberatung beantragen. Die Beratung hat einen Gesamtwert in Höhe von 125 Euro, der Eigenanteil beträgt 50 Euro. Fahrzeughalterinnen und Fahrzeughalter eines Elektroautos zahlen für die Beratung grundsätzlich keinen Eigenanteil. Hier übernimmt die Stadt zugunsten einer klimagerechten E-Mobilität die vollen Beratungskosten.

Der von der Stadt Oldenburg angebotene Solarstrom-Check informiert in einer etwa 45-minütigen Beratung Hauseigentümerinnen und Hauseigentümer darüber, wie sie mit einer Photovoltaikanlage selbst Strom produzieren können. Ein unabhängiger Solarexperte beantwortet dabei außerdem Fragen zu Investitionskosten, Wirtschaftlichkeit und Fördermitteln. Dabei werden zudem Fragen zu Speichermöglichkeiten auch unter Einbeziehung von E-Mobilität beantwortet.

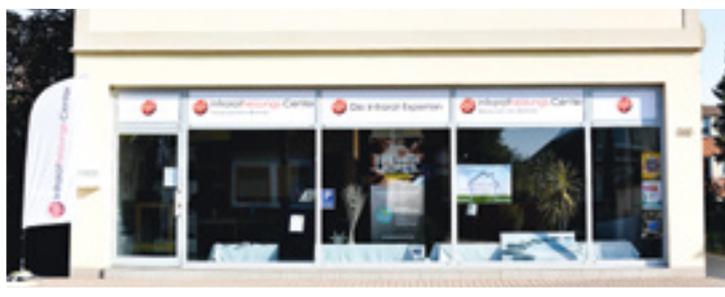
Rückfragen an:

Tarek Abu-Ghazaleh, Telefon: 235-2847, energie@stadt-oldenburg.de

(Text: Stadt Oldenburg)

SO SCHÖN KANN HEIZEN SEIN - MIT INFRAROTHEIZUNGEN ENERGIE UND KOSTEN SPAREN

Infrarotheizungen sind die energiesparende Alternative zu herkömmlichen Heizungen. Das Infrarottheizungs-Center (Donnerschwer Str. 165) berät hierzu gern – auch bei Ihnen zu Hause.



(Quelle: Infrarottheizungs-Center, Text: repo, Foto: Infrarottheizungs-Center)

Mit Herzblut im Herzen Ofenerdieks

Ihr Volker Schürmann

Jetzt
persönlich
beraten
lassen!

- ✓ Tolle Angebote rund um Energie und Telekommunikation
- ✓ Persönlicher Service mit viel Herz und Know-how

Also, schauen Sie doch mal rein. Ich freue mich auf Sie!



VOLKER SCHÜRMAN
Telekommunikation & Energie

Weißmoorstraße 295, 26125
Oldenburg, Tel. 0441 9848882

Mo.–Fr.: 9.30–12.30 Uhr | 14.30–18.00 Uhr | Sa.: 10.00–13.00 Uhr

Partner
von **EWE**

GUT SICHTBAR IN OLDENBURG

Einigen ist es bestimmt schon aufgefallen: Volker Schürmann „hängt“ in Oldenburgs Norden, z.B. auf Plakatwänden bei real oder Famila im Scheideweg. „Das ist eine besondere Werbeaktion der EWE hier für die Partner vor Ort“, freut sich der Ofenerdieker Experte und rechnet damit, bald den ein oder anderen Kunden im Geschäft in der Weißmoorstraße direkt zu treffen. Beraten lassen kann man sich dort u.A. zu den Themen Glasfaser und Festnetz (Stichwort Homeoffice!), Strom- und Gastarifen wie dem EWE-Zuhause-Kombiangebot oder rund um Smartphone-Tarife mit Angeboten, Vertragsverlängerung oder -optimierungen.

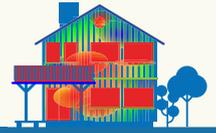


(Text und Foto: kat)



ENERGETISCHE HAUSSANIERUNG -

Förderprogramme der Stadt Oldenburg nutzen



Probleme erkennen, Schwachstellen aufdecken und Verbesserungspotenziale aufzeigen: Der Energie- und Heizungs-Check des Fachdienstes Umweltmanagement der Stadt Oldenburg macht es möglich – unabhängig und vor allem kostengünstig. Der Energie-Check dauert rund anderthalb Stunden.

Ein unabhängiger Energieexperte nimmt dabei das Gebäude vom Keller bis zum Dach genau unter die Lupe und schaut sich insbesondere Gebäudehülle und Heizung an. Wo kann gespart werden? Wie lässt sich die Energieeffizienz steigern? Und wie sehen Fördermöglichkeiten bei eventuellen Sanierungen aus? Der Experte gibt dem Eigentümer zu allen Themen wertvolle Hinweise.

Am Ende erhält der Eigentümer ein aufschlussreiches Protokoll über die Beratung. Nur 75 Euro sind selbst zu bezahlen; die zweite Hälfte der Gesamtkosten gibt es per Zuschuss durch die Stadt. Der Energie-Check lässt sich übrigens auch erweitern durch eine Thermographie, einen Feuchtigkeits- und einen Strom-Check.

Ein ergänzendes Förderangebot ist der Heizungs-Check. Zu Beginn der Heizperiode empfiehlt sich eine eingehende Überprüfung der Heizungsanlage. Dabei geht es nicht nur um Beratung zu einem möglichen Austausch des ganzen Systems, sondern auch und gerade um die perfekte Einstellung.

Nicht selten sind Heizungsanlagen noch auf die Werkseinstellungen justiert – und damit bei weitem nicht auf die tatsächlichen Anforderungen. Rund 70 Prozent aller Heizungen arbeiten ineffektiv.

Der unabhängige Experte nimmt vor Ort die Anlage in Augenschein und berät die Eigentümer umfassend. Und auch bei diesem Check können Teilnehmer sparen: Statt der eigentlichen 150 Euro müssen die Eigentümer nur 40 Euro selbst bezahlen. Bei späteren Sanierungsmaßnahmen stehen Fördermittel der Stadt Oldenburg über das Altbau-sanierungsprogramm zur Verfügung.

Alle Informationen zu den Checks gibt es beim Fachdienst Umweltmanagement der Stadt Oldenburg telefonisch unter 0441 23 53 893 oder per E-Mail energie@stadt-oldenburg.de oder auf www.oldenburg.de/energie.

(Text: Stadt Oldenburg)



- Reparaturverglasungen
- Bleiverglasungen
- Spiegel nach Maß • Ganzglastüren
- Wärmeschutzglas • Glasdächer
- Umrüstung alter Fenster

Glasermeister Niels Wichmann

Elsflether Str. 176 · 26125 Oldenburg
Tel. 0441/882774 · Fax 96025 12

www.glas-wichmann.de

53°8'N 8°13'O

WWW.OLDENBURG.DE

Oldenburger Energie-Check

Förderprogramm Gebäudeenergieberatung vor Ort



Foto: Stadt Oldenburg



Umweltmanagement
STADT OLDENBURG ¹⁰

ENERGIEBERATUNG BEQUEM VON ZUHAUS

Nutzen Sie die Gelegenheit, Ihre Energiefragen kostenlos online oder per Telefon zu klären.

Beratung unter 0800 – 809 802 400 oder
www.verbraucherzentrale-energieberatung.de

verbraucherzentrale



Energieberatung

verbraucherzentrale

Niedersachsen

Gefördert durch das BMWi.



Ihr Spezialist für Einblas- dämmung

An den Kolonaten 43 · 26160 Petersfehn
Tel. 0 44 86 / 9 17 11-0 Fax 0 44 86 / 9 17 11-29
info@aek-energiespar.de · www.aek-energiespar.de



INTERESSANTES AUS:

ETZHORN + OHMSTEDE



v.l.: Gustav Backhuß-Büsing (Bürgerverein Etzhorn),
Marktleiter Manfred Brunken (Oldenburger Wohngarten)



2.050 KROKUSSE WERDEN ETZHORN ERBLÜHEN LASSEN SPENDE VOM OLDENBURGER WOHNGARTEN

Der Bürgerverein Etzhorn wird in seinem Stadtteil Ende Oktober Krokus-Zwiebeln pflanzen, damit Etzhorn im Frühjahr bunt erblüht. Bei einer Lieferanfrage beim Oldenburger Wohngarten am Stubbenweg war Firmenchef Michael Löschau von der Idee so angetan, dass er spontan 2.050 Zwiebeln spendete.

Davon erhält die Grundschule Etzhorn 200 Zwiebeln, die rund um das Schulgebäude auch eine Pflanzaktion durchführen wird. Die Wahl der Zwiebeln fiel auf Krokusse, weil diese zeitig im Frühjahr blühen, nach dem Winter einen schönen Farbkontrast herstellen, eine erste Bienennahrung darstellen und nicht so tief in die Erde gesetzt werden müssen. (Text: Bürgerverein Etzhorn, Foto: Bürgerverein Etzhorn, freepik)



ALTES BEWAHREN - NEUES SCHAFFEN DIE ALTE BRENNEREI HILBERS

Erstmalig wurde der Hof Hilbers in einem Dokument des Klosters Blankenburg vor über 500 Jahren erwähnt. Seitdem wird er von der Familie – mittlerweile in der 17. Generation – bewirtschaftet.

Vor 160 Jahren wurde zunächst eine kleine Brennerei gebaut, das heutige Gebäude der Alten Brennerei entstand im Jahre 1885. Der im Jahr 1927 bis unmittelbar vor das Brennereigebäude gelegte Bahnanschluss diente dem Transport der Rohstoffe und des Rohalkohols. Von 1885 bis 1960 wurde neben dem Alkohol auch Hefe hergestellt. Nachdem das Branntweinmonopol für gewerbliche Brennereien gefallen war, wurde im Jahr 2004 die Produktion von Alkohol eingestellt und das Brennereigebäude 2006 zu einem Haus für Künstler umgebaut. An jedem ersten Sonntag im Monat sind die meisten Ateliers von 15 – 18 Uhr für Besucher geöffnet.

(Quelle: www.altebrennereihilbers.de, Fotos: repo)

BV ETZHORN UNTERSTÜTZT BEI DER APFELERNTÉ

Unsere „Apfelpresser“ Manfred Klöpfer und Heiner Pahl genießen über die Stadtteilgrenzen Etzorns hinaus einen guten Ruf. Unter dem Motto „Es soll kein Apfel vergammeln“ wird Obst gesammelt und leckerer Saft hergestellt. So jetzt auch bei der Oberschule Ofenerdiek. Auf dem Gelände stehen ca. 30 Apfelbäume. Unser Mitglied Wolfgang Oeser hat als Nachbar seit vielen Jahren die Obstwiese betreut. Im September erntete das Team mit Unterstützung einer OBS-Schulklasse 450 kg Äpfel, von denen 300 kg in der mobilen Mosterei von Pedro dos Santos verarbeitet wurden. Weitere 150 kg erntete ein Kindergarten, der diese für die Kinder lagert.

In Etzhorn werden jährlich mehrere Hundert Liter Apfelsaft hergestellt. Durch den Bürgerverein Etzhorn wurde eine neue leistungsfähigere Apfelpresse angeschafft, so können in einem Pressvorgang ca. 50 kg Äpfel gemostet werden, was rund 30 Liter Roh-Apfelsaft ergibt. Gern gibt das Team die Erfahrungen an andere Initiativen weiter, um so das Nachhaltigkeitsmotto „Kein Apfel kommt um“ in Oldenburg zu verbreiten.

(Text: Bürgerverein Etzhorn e.V.)

SPENDE AN TIERHEIM OLDENBURG

Nach der Spende an die Oldenburger Tafel von 1.500 Euro beschloss der Vorstand des Bürgervereins, das Tierheim Oldenburg mit 500 Euro zu unterstützen. Bei der Scheckübergabe bekamen wir vom Tierheimleiter Dominic Köppen bei einem Rundgang über das gepflegte und großzügig angelegte Domizil an der Nordmoslesfeher Straße einen beeindruckenden Einblick. Beim Tierheim mit elf Beschäftigten, davon drei Auszubildende, sind in diesem Jahr durch die Corona-Pandemie die Einnahmen besorgniserregend mit ca. 100.000 € weggebrochen.

Dabei lobte Dominic Köppen die Oldenburger, die nach einem NWZ-Artikel nicht lange zögerten und dem Heim, in dem u.a. 30 Hunde und 180 Katzen untergebracht sind, mit Spenden halfen. Immerhin entstehen dem Tierheim täglich Kosten von annähernd € 900. Spenden an das Tierheim auf das Konto DE 35 2802 0050 2181 9404 01 sind immer willkommen. Man kann aber auch die in den Supermärkten aufgestellten Körbe für Futterspenden gerne auffüllen.

(Text: Bürgerverein Etzhorn e.V.)

TERMINE NOVEMBER 2020

Montag, 2. November, und Donnerstag, 5. November, 9:30 Uhr:
Frühstücksrunde Bäcker Bruno, Butjadinger Straße, Anmeldung: Telefon 84729.

Sonntag, 8. November, Martinsgansessen 12:00 Uhr
Gesellschaftshaus Meyer, Nadorster Straße.

Mittwoch, 11. November, 19:00 Uhr
Stammtisch Restaurant Kali Ora, Etzhorner Weg. Anmeldung: Telefon 39354.

Mehr Infos auf www.bürgerverein-etzhorn.de.

(Text: Bürgerverein Etzhorn e.V.)



**Bürgerverein
Etzhorn e.V.**

UNTERSTÜTZUNG FÜR DIE SCHWÄCHSTEN

St. Pauliatrie Oldenburg ruft Sammelaktion ins Leben

Der Oldenburger Fanclub des FC St. Pauli, die St. Pauliatrie Oldenburg hat nach langen Überlegungen einen Ersatz für ihr Benefizturnier gefunden. Das hatte in den vergangenen 3 Jahren immer im Juni oder Juli auf dem Gelände des FC Ohmstede stattgefunden. In diesem Jahr musste es leider Corona-bedingt abgesagt werden.

Als Ersatz haben die Mitglieder des Fanclubs nun eine Sammelaktion über die Plattform Betterplace.me ins Leben gerufen. Es wird Geld gesammelt, das dann sowohl der Oldenburger Tafel als auch dem Oldenburger Straßenengel e.V. zugute kommt. Der Fanclub steht mit beiden Organisationen in engem Kontakt und wird das Geld in Absprache zielgerichtet an die Tafel bzw. an die Straßenengel weiterleiten. Dabei erfragt die St. Pauliatrie Oldenburg, was gerade ganz besonders dringend benötigt wird, und besorgt die gewünschten Gegenstände bzw. Lebensmittel. Das können z.B. Schlafsäcke und Isomatten sein, die von den Straßenengeln an wohnungslose Menschen in unserer Stadt verteilt werden. Das können aber auch Lebensmittel oder Hygieneartikel etc. sein.

Wer die Mitglieder des Fanclubs in ihrem Anliegen und auch die Tafel und die Straßenengel in ihrer Arbeit unterstützen möchte, kann dies unter <https://bit.ly/31rq7q7> tun. Die Aktion läuft zunächst bis zum 31.12.2020.

(Text: St. Pauliatrie Oldenburg)

Etzhorner Krug
Hotel & Restaurant mit Flair

- ★ *Mittagstisch und durchgehend warme Küche*
Mo. bis Sa. von 12:00 bis 21:00 Uhr
Sonn- und feiertags von 12:00 bis 14:30 Uhr
- ★ *Vorbestellung für den Martinsgang möglich*
- ★ *Wir bieten Grünkohllessen für Gruppen*
- ★ *Denken Sie jetzt schon an Weihnachten und buhen Sie für Ihre Feier!*

Etzhorner Krug
Butjadinger Str. 341 · 26125 Oldenburg
Tel. 0441 36 16 700 · post@etzhornerkrug.de

INTERESSANTES AUS: BÜRGERFELDE /ZIEGELHOF



FAMILIEN IN BEWEGUNG BRINGEN

3F-Projekt jetzt in Bürgerfelde

Nach einer 2 ½-jährigen Pilotphase in Hannover startet das 3F-Projekt auf Initiative des Stadtsportbund Oldenburg e.V. und des Bürgerfelder Turnerbund 1892 e.V. jetzt auch in Oldenburg. Das Ziel des Präventionsprojekts 3F – Fit for Family – ist Bewegung als ein Grundbedürfnis von Kindern zu fördern. Diese ist wichtig für ihre Gesundheit und die gesamte Persönlichkeitsentwicklung. Eltern und Bezugspersonen haben hierbei eine Vorbildfunktion. Daher soll die ganze Familie Freude an der gemeinsamen Bewegung haben und langfristig einen bewegungsaktiveren Alltag leben.

Das Projekt wurde 2017 gemeinsam von der Niedersächsischen Kinderturnstiftung und der Kaufmännischen Krankenkasse KKH ins Leben gerufen. Auf Initiative des Stadtsportbund Oldenburg e.V. und des Bürgerfelder Turnerbund 1892 e.V. startete das Projekt im Sommer 2020 in den Oldenburger Stadtteilen Bürgerfelde/Dietrichsfeld. Ziel ist es, die gewonnenen Erkenntnisse aus den bisherigen Pilotgebieten weiteren Kommunen zukommen zu lassen. Dabei können auch neue Wege eines Netzwerks für die Bewegungsförderung in Familien erprobt werden. So wird die Projektarbeit an diesem dritten Standort u.a. von einer vielseitigen Steuerungsgruppe unterstützt. Auch in Oldenburg ist freier Gestaltungsspielraum gegeben und die Zusammenarbeit mit verschiedenen kinder- und familiennahen Einrichtungen sowie Privatpersonen erwünscht.

Bei Interesse an einer Zusammenarbeit im Bewegungsnetzwerk oder für weitere Informationen steht Koordinatorin Daniela Kamenzky unter Tel. 0171 760 75 55 oder per E-Mail an Daniela.Kamenzky@3f-fitforfamily.de zur Verfügung.

(Quelle: www.3f-fitforfamily.de, Foto: freepik)



Der BTB stellt vor: Das Bewegungsstudio - Das B2

Seit Mai 2013 hat der Bürgerfelder Turnerbund (BTB) Oldenburg ein vereinseigenes Fitnessstudio mit dem Namen B2 Bewegungsstudio. Dort können Vereinsmitglieder an den Geräten an sieben Tagen in der Woche trainieren. Über ein Startpaket wird jede/r interessierte Sportler/in zunächst durchgecheckt und aufgenommen. Jeder bekommt einen individuell geschriebenen Trainingsplan und kann diesen auf einer Trainingsfläche von ca. 280 qm selbständig trainieren. Dort hat man eine Auswahl zwischen funktionellen und am Seilzug geführten Geräten sowie einem Cardio- und Hantelbereich. Wichtig ist für den BTB dabei die Gesundheit der Trainierenden, daher achtet unser Trainerteam auf die richtige Ausführung der Übungen.

Auch die physikalische Physiotherapie-Praxis des BTB Oldenburg profitiert von dem Bewegungsstudio. Unter Begleitung eines Therapeuten können auch Patienten mit bestimmten Rezepten und Verordnungen das Studio nutzen. Der Verein hat ein Hygienekonzept erarbeitet, und so wurde das Studio trotz der widrigen Umstände durch Covid-19 mit einem sicheren Trainingskonzept gestartet. Das Studio steht Ihnen nun täglich zur Verfügung, die Öffnungszeiten sind auf der Homepage des Vereins www.btb-oldenburg.de einzusehen und werden regelmäßig noch erweitert. Geeignet ist unser Studio für jedermann ab 14 Jahren. Möchten Sie Ihre Fitness verbessern oder aufrechterhalten, einen neuen Belastungsreiz setzen oder alltagsbezogene Übungen zur Vorbeugung machen? Wir werden gemeinsam den richtigen Weg für Sie finden.

Sind Sie neugierig geworden? Dann informieren Sie sich gerne unter 0441 8099329 oder vereinbaren Sie einen Schnuppertermin im B2.

(Text: Nantke Bonsack, 2. Lehrjahr Sport- und Fitnesskauffrau, Foto: BTB)



FILMVORFÜHRUNG: FREISTAAT MITTELPUNKT

Dokumentarfilm von Kai Ehlers, D 2019, 79 Min.
Samstag, 21. November, 15:00 Uhr, in Anwesenheit von Regisseur Kai Ehlers

Ernst Otto Karl Grassmé aus Schleswig-Holstein war ein Opfer der nationalsozialistischen Rassenideologie. Als schizophren diagnostiziert, wurde er interniert und zwangssterilisiert. Nach seiner Entlassung 1939, ein Jahr vor Beginn des NS-Euthanasieprogramms, flüchtete er in den Wald. Dort überlebte er, und dort lebte er auch nach 1945. Eine Entschuldigung hat Grassmé nie und eine Entschädigung erst kurz vor seinem Tod erhalten. Durch Briefe hielt er Kontakt mit der Außenwelt und teilte seine Gedanken mit. Kai Ehlers stellt in seinem außergewöhnlichen Dokumentarfilm diese Gedanken ins Zentrum und verbindet sie mit einer geographischen Annäherung an den Ort, an dem Grassmé lebte. Weitere Infos unter www.freistaat-mittelpunkt.de. Infos & Vorverkauf unter www.casablanca-kino.de (Text und Foto: Casablanca Kino Oldenburg)



HÖRSPIEL - TIPP: „DAS VERSCHLOSSENE KLASSENZIMMER“ HÖRSPIEL - PROJEKT DER FREIZEITSTÄTTE BÜRGERFELDE

Herbst-/Winterzeit: Dazu passt eine schöne Tasse Tee, ein gutes Buch – oder auch ein Hörbuch/Hörspiel. Schauspieler und Regisseur Eike Weinreich hat zusammen mit seinem Kollegen Martin Kammer mit jungen Menschen aus der Freizeitstätte Bürgerfelde innerhalb von fünf Wochen ein Hörspiel initiiert – und zwar eines, das weitgehend ohne persönliche Kontakte auskommen musste. Das Hörspiel trägt den Titel „Das verschlossene Klassenzimmer“. Damit wird nicht nur Erich Kästners Schul-Roman „Das fliegende Klassenzimmer“ aufgegriffen, sondern auch die ungewohnte Isolation, in der sich Schülerinnen und Schüler während der Corona-Beschränkungen befanden. Das junge Hörspiel-Ensemble hat daraus ein Szenario entwickelt, in dem eine Klasse eine Nacht alleine in der Schule verbringen muss. Das Hörspiel gibt es direkt unter <https://bit.ly/35fEY8e> (Quelle: Stadt Oldenburg, Foto: repo)

**BESUCH UNS DOCH MAL!
LAGERVERKAUF OLDENBURG
DO – FR 11 – 18 UHR UND SA 10 – 14 UHR**

 **La Molienda Kaffeerösterei GbR**
Würzburgerstr. 2 | 26121 Oldenburg
Tel: 0176 23275815 | web: www.lamolienda.de

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

INTERESSANTES AUS:

DONNERSCHWEE



ST. BONIFATIUS KIRCHE WIRD MITTE NOVEMBER ENTWIDMET

Denkmal-Status noch ungeklärt

Bereits seit Anfang 2016 wurde in der katholischen Kirchengemeinde über die Zukunft des Kirchenortes St. Bonifatius diskutiert. Nach dem derzeitigen Stand der Überlegungen soll die Kirche St. Bonifatius am Sonntag, 15. November 2020 im Rahmen eines letzten Gottesdienstes mit Weihbischof Wilfried Theising entwidmet werden. Da die katholische Kirchengemeinde verstärkt den Fokus auf St. Christophorus im neuen Stadtteil Fliegerhorst legt und der Sanierungsbedarf bei St. Bonifatius zudem noch am höchsten ist, soll dieser Standort aufgegeben werden. Dieses sei grundsätzlich schon seit längerem beschlossen, so dass es im September im Kirchenausschuss nur noch formell einer erneuten Zustimmung bedurfte. In St. Christophorus sind die Weichen bereits ganz in Richtung Erweiterung gestellt: Neben dem Neubau des Gemeindehauses (Christophorus-Haus) wird hier zusätzlich zur bestehenden KiTa St. Christophorus die neue KiTa Hl. Alexander in Janns Moor gebaut. Was die Frage einer möglichen Ausweisung der St. Bonifatius-Kirche als Denkmal betrifft, konnte diese bisher noch nicht beantwortet werden. Die Entscheidung steht noch aus.

(Text: repo, Foto: just)

IHR DRAHT ZUM „NADORSTER EINBLICK“

REDAKTIONS- & ANZEIGENSCHLUSS
AUSGABE DEZEMBER: 13. NOVEMBER 2020
HAUSHALTSVERTEILUNG: 28. NOVEMBER 2020

KATJA MICKELAT | Kundenbetreuung | katja.mickelat@mangoblau.de | Handy: 0179 905 69 23
GEORG KRONE | Kundenbetreuung | georg.krone@mangoblau.de | Handy: 0179 101 50 36
VERENA KRUTOW | Kundenbetreuung | verena.krutow@mangoblau.de | Handy: 0174 807 36 77
RENÉE REPOTENTE | Redaktion | renee.repotente@mangoblau.de | Tel: 0441 304 102 13



MEHRERE FILIALEN IM STADTNORDEN WERDEN GESCHLOSSEN

OLB SCHLIESST FILIALE AN DER DONNERSCHWEEER STRASSE

Bereits zum 12. November wird die die SB-Filiale der OLB im Stadtteilzentrum an der Donnerschweer Straße 210 schließen. Grund ist u.a. die Möglichkeit, auch an anderen Orten wie in Supermärkten, Discountern und Baumärkten oder an Tankstellen Geld abzuheben. Der Standort in Donnerschwee war bereits seit März 2020 auf Grund der Coronapandemie für den Publikumsverkehr geschlossen und im Juni 2020 zur SB-Filiale umgestaltet worden. (Text: nad, Foto: just)

SOVD GIBT TIPPS ZUR ZUORDNUNG VON ERZIEHUNGSZEITEN

Auch Väter können von der Mütterrente profitieren

Immer mehr Eltern nehmen sich für die Erziehung von Kindern in den ersten Lebensjahren gemeinsam Zeit. Doch die Erziehungszeiten bei der Rente werden automatisch der Mutter angerechnet. Dabei kann die Zuordnung zum Vater sinnvoll sein. Der Sozialverband Deutschland (SoVD) in Oldenburg erklärt, wie die Mütterrente für Väter funktioniert. „Grundsätzlich ist dies noch immer ein Sonderfall“, stellt Thomas Barke aus dem SoVD-Beratungszentrum Oldenburg klar. „Haben beide Eltern ein Kind gemeinsam erzogen, werden die Erziehungszeiten normalerweise der Mutter zugeordnet.“ Durch eine Erklärung beider Elternteile gegenüber der Deutschen Rentenversicherung könne der Anspruch aber auf den Vater übertragen werden. Wer wissen möchte, ob die Zuordnung zum Vater im Einzelfall möglich ist und sich insgesamt wirtschaftlich lohnt, kann sich an den SoVD in Oldenburg wenden. Die Beraterinnen und Berater prüfen die Unterlagen der Ratsuchenden und beantworten generell alle Fragen. Beratungs-Termine unter 0441 – 26 887 oder per E-Mail unter info.oldenburg@sovd-nds.de. (Quelle: Sozialverband Deutschland)



WESER-EMS-HALLEN SICHERN 340 ARBEITSPLÄTZE

ifo Studie analysiert Umwegrentabilität

Die Weser-Ems-Hallen, zu denen die Kleine und Große EWE ARENA, die Messehalle, die Kongresshalle sowie die Festsäle gehören, verfügen in Summe über mehr als 15.000 m² überdachte Fläche, auf der im Schnitt üblicherweise rund 300 Events pro Jahr stattfinden. Bernhard Ellberg, Vorsitzender der Gesellschafterversammlung ließ durchblicken: „Besucher und Aussteller der Weser-Ems-Hallen induzieren pro Jahr rund 35 Mio.€ Umsatz, etwa 26 Mio.€ davon allein in der Region Oldenburg. Der damit angestoßene Kaufkraftzufluss beträgt 39 Mio.€. Für Oldenburg und umzu werden damit etwa 340 Arbeitsplätze gesichert.“ Auch Hallengeschäftsführer Hans Dieter Meier zeigt sich erfreut über diese Effekte: „Insbesondere das Hotel- und Gastronomiegewerbe profitiert, so darf man sich über einen Umwegrentabilitätseffekt von 4 Mio.€ freuen. Umsatz, der vor oder nach dem Besuch der Weser-Ems-Hallen in Oldenburg und Umgebung getätigt wird.“ Zugleich weist Meier aber auch auf die negativen Auswirkungen aufgrund der Corona-Pandemie hin: „Wir haben 2019 mit einem Rekord-Umsatz von rd. 5,6 Mio.€ abgeschlossen. Erfreulicherweise können wir dank der Studie festhalten, dass jeder Euro, der in den Weser-Ems-Hallen umgesetzt wird, fast 5€ Umsatz in Oldenburg und der Region induziert. Leider gilt die Formel 1:5 positiv wie negativ. Als Veranstaltungszentrum sind wir unmittelbar von der Corona-Pandemie getroffen. Das heißt, in Oldenburg und der Region gehen bis zum Ende des Jahres aufgrund der aktuellen Lage gesamtwirtschaftlich bis zu 14 Mio.€ verloren.“

Die Weser-Ems Halle Oldenburg GmbH & Co. KG ist als Tochtergesellschaft der Stadt Oldenburg Betreiberin und Eigentümerin der Weser-Ems-Hallen. www.weser-ems-hallen.de (Quelle: Weser Ems Hallen)



THEMA: SPIELHALLEN IN DONNERSCHWEE

Mittlerweile 6. Spielothek an Donnerschweer Straße eröffnet

Der Bürgerverein Donnerschwee hat sich im Zuge der vermehrten Ansammlung von Spielotheken mit einem Brief sowohl an den Oldenburger Oberbürgermeister als auch die Ratsfraktionen und die niedersächsische Landesregierung gewandt. Darin bringt der Verein zum Ausdruck, dass sowohl er als auch die BürgerInnen der steigenden Anzahl der Spielhallen an der Donnerschweer Straße kritisch und mit Besorgnis gegenüberstehen – ein Umstand, den auch andere Bürgervereine in den jeweiligen Stadtteilen kritisieren. Insbesondere junge Familien seien entsetzt über die sechste Spielhalle, die gegenüber der Grundschule Donnerschwee eröffnet wurde. Da bekannt sei, dass die Stadt Oldenburg die Ansiedlung weiterer Spielhallen in der Innenstadt mit einer Veränderungssperre verhindern will, werde gebeten, diese auf die anderen Stadtteile zu erweitern. Auch fragen die Familien nach regelmäßigen Kontrollen, ob die Jugendschutz eingehalten wird, und wie die Spielhallen die laut Paragraf 1 des NGLüSpG (Niedersächsisches Glücksspielgesetz) geforderte Suchtprävention sicherstellen könnten. OB Krogmann reagierte umgehend, ebenso wie MdB Dennis Rohde und Stephan Albani, der Vertreter des Bürgerverein Donnerschwee zum Gespräch einlud. Die Stadt arbeite bereits an einem Konzept. Nach den Bestimmungen des NGLüSpG liege jedoch kein Kriterium für eine Untersagung der Ansiedlung vor, da u.a. der Mindestabstand von 100 Metern eingehalten werde. Der Bürgerverein Donnerschwee setzt sich dafür ein, den Mindestabstand auf 500 Meter zu erweitern. **Diskutieren Sie mit:** Wie beurteilen Sie die Situation? Schreiben Sie uns Ihre Meinung an info@nadorster-einblick.de.

(Text: repo, Quelle: Bürgerverein Donnerschwee, Foto: just)



AYURVEDA - GESUNDHEITSTIPP VON ANDREA CHAPUS

DIE ELEMENTE: ÄTHER (RAUM) UND LUFT

Nach der ayurvedischen Theorie besteht alles im Universum, jedes Lebewesen und jeder Gegenstand zu unterschiedlichen Anteilen aus den fünf Elementen: Äther oder Raum, Luft, Feuer, Wasser und Erde. Diese vermischen sich in einer so unendlichen Vielfalt miteinander, dass jeder Mensch eine einzigartige Konstitution hat. Auf dieser Erkenntnis fußt die Lehre von den fünf Elementen, die eine Basis der ayurvedischen Philosophie ist und die das Arbeitsinstrument der ayurvedischen Medizin und der ayurvedischen Küche ist.

Äther oder Raum wird als das erste der fünf Elemente angesehen. Es ist eine undifferenzierte Form und somit das subtilste Element. Dem Äther werden besondere Eigenschaften zugeschrieben. „Äther“ ist leicht, weil es nicht die Schwere von Wasser oder Erde enthält; er ist kalt, weil er nicht die Wärme des Feuers enthält. Er ist unverzichtbar, weich, durchdringend und allgegenwärtig. Im menschlichen Körper ist Äther vor allem mit den Ohren (Gehör), dem Mund (Stimme) und dem Nervensystem verbunden. Der Geist besteht überwiegend aus Äther. „Luft“ entwickelt sich aus Äther und wird daher als das zweite der fünf Elemente angesehen.

So repräsentiert Luft das Prinzip der Bewegung. In menschlichen Körper ist es die Energie, die Blut, Atem, Gedanken und Nervenimpulse fließen lässt. Luft ist auch eng mit dem Tastsinn verbunden und wird daher im menschlichen Körper mit der Haut und den Händen assoziiert. Der Spätherbst und das Frühjahr ist der Vata-Zeit (Äther/Luft) zugeordnet.

Möchten Sie wissen, welche Elemente in Ihnen vorherrschen? Dann können Sie sich bei Andrea Chapus beraten lassen. Sie ist Ayurveda Beraterin, Ayurveda Köchin, Hauswirtschaftsmeisterin und Yogalehrerin. Mehr Information unter: www.nataraja-yoga.de

(Text: Andrea Chapus, Foto: unsplash)

Hobby &

VORSTELLUNG AM DO. 19. NOVEMBER
UM 20.00 UHR IM CASABLANCA-KINO:

DIE WELLENBRECHERINNEN - IM RUDERBOOT ÜBER DEN ATLANTIK

Dokumentarfilm von Guido Weihermüller, D 2020

Zu Gast sind die Protagonistinnen Steffi und Timna

Meike, Cätschi, Steffi und Timna stehen vor der Herausforderung ihres Lebens: der Talisker Whisky Atlantic Challenge. Die vier Frauen wollen als erstes deutsches Team am härtesten Ruderrennen der Welt teilnehmen und den Atlantik im Ruderboot überqueren. Auf ihrem 5.000 Kilometer langen Weg von La Gomera bis zur Karibikinsel Antigua warten extreme Bedingungen: meterhohe Wellen, sengende Hitze und unbarmherzige Stürme. Und sie erkennen, dass sie nur gemeinsam als Team ans Ziel kommen können. Doch ihr eigentlicher Kampf beginnt schon lange vorher ...
Infos & Vorverkauf unter www.casablanca-kino.de

(Text: Cine k)

SAG ES MIT WORTEN

DAS LEBEN - GESCHENKT!

Pssst! Ein literarisches Kleinod, toll zum Verschenken an die Liebsten, gibt es jetzt im Buchhandel: „Leben - Ein kleiner Herzenskompass“ ist eine Sammlung schöner Zitate über Liebe, Glück und den Sinn des Lebens. Entstanden ist ein anmutiges Werk mit hochwertiger Ausstattung: Fester Einband, edles Papier, fünf-farbiger Druck mit Goldprägung - das gibt es sonst kaum noch. Ausgesuchte Fotografien emotionaler Momente flankieren die vielen herzlich warmen Worte. Aus aller Welt wurden sie zusammengetragen. Sie passen für alle Lebenslagen. „Selbst in den dunklen Momenten leuchtet immer ein Licht“, beginnt etwa Dan Shambicco seinen Part. Der Autor hat selbst viel mitgemacht und weiß, wie wichtig Zuversicht und Unterstützung sind. Das ist die große Leistung dieses kleinen Schmuckstücks: Es mag beitragen, den richtigen Weg zu finden oder ihn beizubehalten. Ein Anstupser, sozusagen. Für alle, die anderen etwas Licht spenden, eine kleine Freude bereiten oder einfach nur liebevoll „Danke“ sagen wollen. 80 Seiten Wellness für die Seele.



Titelangaben:

Riverfield Verlag

Leben. Ein kleiner Herzenskompass.

ISBN 978-3-9523612-0-7 · 80 Seiten

14,00 EUR · ET: 29. Oktober 2020

(Text und Foto: Riverfeld Verlag)

Freizeit

CHRISTIN LUTZE: SO WEIT DAS AUGES SEHEN KANN. MALEREI

Noch bis zum 29.11.2020 im Palais Rastede

Öffnungszeiten: Mi.-Fr. 14:00-17:00 Uhr, So. 11:00-17:00 Uhr

Das Projekt wird gefördert von der Gemeinde Rastede und dem Landkreis Ammerland.

Die Berliner Künstlerin Christin Lutze ist in Rastede keine Unbekannte. Nun ist sie mit ihren Gemälden und einigen ausgewählten grafischen Arbeiten zu Gast im Palais Rastede.



Die Künstlerin entwirft in ihren Bildern eine eigene Infrastruktur von Räumen und Straßenzügen, die zwischen Wirklichkeit und Fantasie liegt und rationale, surreale und emotionale Elemente enthält. Wir tauchen ein in perspektivische Unmöglichkeiten und verzerrte Ebenen, und neugierig folgen wir Wegen, deformierten Geländern, Zäunen, Bogengängen und Treppen. Die Bilder sind menschenleer und verzichten auf Details.

(Text und Bild: Kunst- und Kulturkreis Rastede e. V.)

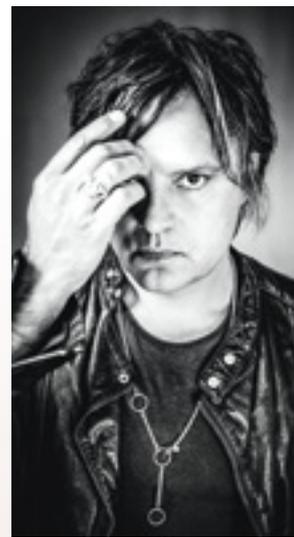
KELLER - „UNTER DEMSELBEN MOND“

Viele kennen Peter Keller bereits als festes Bandmitglied von Peter Maffay, mit dem er seit 15 Jahren als Produzent, Musical Director und Gitarrist unterwegs ist. Mit seiner EP „Unter demselben Mond“ im Gepäck geht der ECHO-Preisträger ab Mai 2020 auf Deutschland – Tournee.

Kellers Songs entstehen in den eigenen Hamburger „Chefrook Studios“ – die Ideen liefert in bester Songwriter-Manier das Leben. Jetzt geht er mit seiner Musik die Wege, die er schon lange spürt. Seine Seele brennt. Er möchte die Intimität der Clubs füh-

len, mit seinem Publikum in direkten Kontakt treten und zwischen seinen Liedern die ein oder andere Anekdote loswerden. Ganz nach dem Motto: Nun gehen wir endlich zusammen, stehen gemeinsam „unter demselben Mond“.

Am 18.11.2020 tritt Keller mit dem neuen Programm „Unter demselben Mond“ in Charlys Musikkneipe in Oldenburg auf. Karten für diese Veranstaltung gibt es an allen bekannten Vorverkaufsstellen, sowie im Internet auf www.mitunskannmanreden.de.



(Quelle: MITUNSKANNMAN.REDEN. GmbH & Co. KG)

Weihnachtsfeier im Lopshof

Heideweg 20
27801 Dötlingen

Telefon 04433 96 99 882
Mobil 0173 234 87 48

info@restaurant-lopshof.de
www.restaurant-lopshof.de

**RESERVIEREN SIE JETZT IHRE
EINZIGARTIGE WEIHNACHTSFEIER
MIT KULINARISCHEN HIGHLIGHTS!**

Selbstverständlich coronakonform | Gruppen bis 30 Pers.

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 OL, Tel. 30410210. Verantwortlich für Redaktion: Axel Berger (V.i.S.d.P.), Satz: Mangoblaue GmbH, Redaktionelle Mitarbeiter: Axel Berger (axl), Die Nadorster (nad), Renée Repotente (repo), Georg Krone (krone), Marlies Mittwollen (mmi), Julia Stier (just). Druck: Brune Mettcker, Auflage: 15.000 / Vertrieb: Beta Media / Verbreitungsgebiet: Stadtteil Nadorst, Donnerschwee, Etzhorn (Oldb.), Bildnachweis: Titelbild: freepik, eigene Bilder/www.freepik.com. 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 Januar 2020. Anzeigenvorlagen unterliegen dem Urheberrecht. Abdruck und Weiterverbreitung sämtlicher Inhalte nur nach Genehmigung. Alle © 2020 liegen bei der Mangoblaue GmbH.

WIR (DIE NADORSTER-REDAKTION) SUCHEN EIN CHARMANTES

KLEINES HÄUSCHEN IN NADORST / OFENERDIEK

- WOHNFLÄCHE AB CA. 85 QM.
- MIND. 600 QM GRUNDSTÜCK
- VON PRIVAT (OHNE MAKLER)
- WOHNRECHT N.A. MÖGLICH

MARLIES MITTWOLEN UND AXEL BERGER
WIEFELSTEDER STR. 19 - ALEXANDERSFELD
0441-0441 304 102 10 - INFO@MANGOBLAU.DE



RECHTS-TIPP

VON STEPHANIE ZIMMERMANN



Rechtliches zum E-Scooter

Auch in Oldenburg sind viele E-Scooter (Elektronikkleinstfahrzeuge) unterwegs. Wo dürfen Elektro-Scooter fahren? Erlaubt sind sie auf Radwegen, Radfahrstreifen und in Fahrradstraßen. Nur wenn diese fehlen, darf auf die Fahrbahn ausgewichen werden. Bei Einbahnstraßen gilt das Zusatzzeichen „Radfahrer frei“ auch für Elektrokleinstfahrzeuge. Die Nutzung von Elektrokleinstfahrzeugen auf anderen Verkehrsflächen kann durch das Zusatzzeichen „Elektrokleinstfahrzeuge frei“ (§ 10 Absatz 3 EKFV) erlaubt werden. Führerschein, Mindestalter und Helmpflicht? Der Fahrer benötigt weder eine Mofa-Prüfbescheinigung noch einen Führerschein. Das Mindestalter liegt bei 14 Jahren. Eine Helmpflicht besteht nicht, ist aber empfehlenswert. Alkohol-Promillegrenze? Für Elektro-Scooter-Fahrer gelten dieselben Alkoholgrenzwerte wie für Autofahrer: 0,5 bis 1,09 Promille ohne alkoholbedingte Auffälligkeit Ordnungswidrigkeit, in aller Regel 500€, 1 Monat Fahrverbot und 2 Punkte; ab 1,1 Promille liegt eine Straftat vor; ab 0,3 Promille Straftat, wenn alkoholbedingte Ausfallerscheinungen vorliegen; für Fahrer unter 21 Jahren und Führerscheinneulinge in der Probezeit gelten 0,0 Promille.

(Rechtstipp präsentiert von Rechtsanwältin Stephanie Zimmermann, Anwaltskanzlei Zimmermann, Nadorster Str. 125-127)

Schadensregulierung
mit Ihrer Versicherung

GLASEREI FRÖLJE

DETLEF FRÖLJE
GLASERMEISTER

Deelweg 19b
26121 Oldenburg

Tel. 0441-38038433

Fax 0441-38038434

info@glaserei-froelje.de

www.glaserei-froelje.de

NOTDIENST - TELEFON:
0175 - 68 12 764

24-STD. NOTDIENST

KNIGGE-TIPP VON RALF BEYER

Social Distancing

Wortschöpfungen sind einfach unermüdlich. So bringt auch die „Corona-Zeit“ eine Menge neuer Worte auf den Markt. Ganz weit vorne sind hier Wortschöpfungen die den Begriff „Distanz/Distancing“ enthalten, z.B. in den Tanzschulen besonders einprägsam „Dis-Tanz“. Hiermit ist ganz einfach gemeint, dass die Tanzpaare den Abstand zueinander einhalten sollten. Etwas irreführend ist hingegen der Begriff „social distancing“. Sozial bedeutet doch viel eher „Gemeinschaft“, „gemeinsames Miteinander“, „gemeinnützig“ oder gar „hilfsbereit“. Jeder von uns hat in dieser ungewöhnlichen Zeit erfahren, wie wichtig die sozialen Kontakte für jeden Einzelnen von uns sind. Von daher kann hier sicherlich nicht die soziale Distanz im engsten Sinne der Bedeutung gemeint sein. Es geht wohl viel eher um die körperliche Distanz, also um die physical distance (wenn es zwingend eine englische Wortschöpfung sein muss). Vielleicht sollten die kreativen Köpfe bei der Wortschöpfung nicht nur der Kreativität freien Lauf lassen, sondern auch darüber nachdenken, was sie von ihren Mitmenschen verlangen. Und ganz sicher möchte keiner eine soziale Distanz. In diesem Sinne wünsche ich allen „Wortfindungsanalyse-expertenteams“ viel Spaß bei den nächsten Wortschöpfungen. Ich wünsche Ihnen Gesundheit und Zuversicht. Sie erreichen mich unter knigge@mangoblau.de.

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



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

★ DIE GESCHENKIDEE
ZUM FEST
Dieses Jahr
Tanzgutscheine
verschenken

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

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

Anwaltskanzlei Zimmermann

Stephanie Zimmermann
Rechtsanwältin



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



www.ak-zimmermann.de



Auch in der zweiten Lebenshälfte jung bleiben

Wussten Sie eigentlich, dass das Altern zu 75 Prozent am Lebensstil und nur 25 Prozent an den Genen liegt? Ein wichtiger Punkt ist, dass man sich ausreichend bewegt und gezielt trainiert. Aber warum ist das so entscheidend, um jung und gesund zu bleiben?

Unser Feind: Altersbedingter Muskelabbau

Sarkopenie – der medizinische Fachbegriff für Muskelabbau – ist für die Muskulatur das, was Osteoporose für die Knochen bedeutet. Damit sind einige gesundheitliche Risiken verbunden: insbesondere Diabetes Typ 2 und Herz-Kreislauf-Probleme werden häufiger.

Die Lösung: Qualifiziert betreutes Training

Kraft- und Ausdauertraining gilt als der perfekte Schutz vor diesen und anderen Zivilisationskrankheiten. Wer schon vor dem 50. Lebensjahr regelmäßig trainiert, ist im Vorteil gegenüber Gleichaltrigen, die jahrelang Muskeln und Herz vernachlässigt haben.



Ab dem 30. Lebensjahr wird es Zeit

Denn dann beginnt schon langsam und unbemerkt der Abbauprozess. Das Muskel-Fett-Verhältnis ändert sich zu Ihren Ungunsten, der Wasseranteil im Körper sinkt, und die Fettdepots nehmen zu. Jetzt ist der perfekte Zeitpunkt, die Muskelzellen durch Training zu „reizen“. Das ist die Voraussetzung, damit diese sich erneuern und Sie Ihre Leistungsfähigkeit zunächst wieder steigern und dann erhalten.

Die gute Nachricht zum Schluss: Muskelzellen können sich bis ins hohe Alter immer wieder erneuern, damit ist es auch für die Menschen in der zweiten Lebenshälfte „nie zu spät, anzufangen“!

(Quelle + Foto: Petra Eberlei, Leitung Trainingsbereich im F1 - FITNESS OLDENBURG)



Aufwendungen für eine Erstausbildung

Kosten einer Erstausbildung z.B. für ein Erststudium sind nicht als Werbungskosten abziehbar. Eine Ausnahme bilden lediglich Fälle, in denen das Studium im Rahmen eines Dienstverhältnisses stattfindet. Ein Abzug der Kosten der Erstausbildung kommt lediglich als Sonderausgabe, begrenzt auf 6.000€ pro Jahr, in Betracht. Da ein Sonderausgabenabzug aber nicht zu einem vortragsfähigen Verlust führt, wirken sich die Aufwendungen bei fehlenden oder geringen Einkünften häufig im Ergebnis nicht steuermindernd aus.

(Von Dipl.-Kfm. Harald Trost; Steuerberater in der Nadorster Str. 134)

#WERBUNG #RANGELN



MANGOBLAU GMBH · WIEFELSTEDER STR. 19 · 26127 OLDENBURG
TEL 0441 304 102 10 · WWW.MANGOBLAU.DE

REWE DEIN MARKT

In Nadorst / Hochheider Weg
mit besonders kundenfreundlichen
Öffnungszeiten:

Mo. – Sa.
7.00 – 24.00 Uhr
durchgehend geöffnet



Westermann und Nordbrock GmbH & Co. Supermarkt KG
Hochheider Weg 3-7 · 26123 Oldenburg
Tel: 04 41 / 8 44 20 · Fax: 04 41 / 8 44 60 · rewe-markt@ewetel.net

Bepanthen® Wund- und Heilsalbe

100 g

statt 15,20 €

jetzt

9,98 €



SIE SPAREN 34 %

VIGANTOL® 1000 i.E. Vitamin D3 Tab.

200 Tab.

statt 16,07 €

jetzt

9,98 €



SIE SPAREN 38 %

Blutdruckmessgerät aponorm

Oberarmgerät

statt 32,98 €

jetzt

24,98 €



SIE SPAREN 24 %

Thomapyrin® TENSION DUO 400 mg / 100 mg

12 Fta.

statt 6,80 €

jetzt

3,98 €



SIE SPAREN 41 %

neo-angin® Halstabletten

mit und ohne Zucker, 20 Stck. oder 24 Stck.

statt 9,45 €

jetzt

5,98 €



SIE SPAREN 36 %

Eucerin® Anti-Pigment Dual Serum

30 ml

statt 36,98 €

jetzt

25,98 €



SIE SPAREN FAST 30 %

Grippostad® C

24 Kap.

statt 13,64 €

jetzt

7,98 €



SIE SPAREN 41 %

orthomol immun

30 Beutel Granulat

statt 57,98 €

jetzt

39,98 €



SIE SPAREN 31 %

Rabenhorst® „Heißer Rabe“

700 ml

statt 3,60 €

jetzt

2,48 €



SIE SPAREN 31 %

Sidroga® Husten- und Bronchialtee

statt 2,98 €

jetzt

1,98 €



SIE SPAREN 34 %