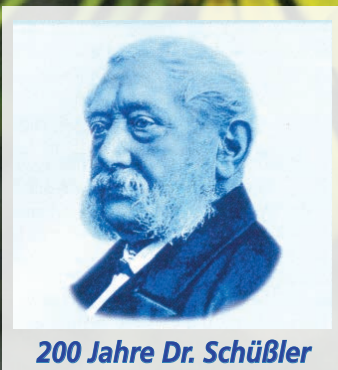
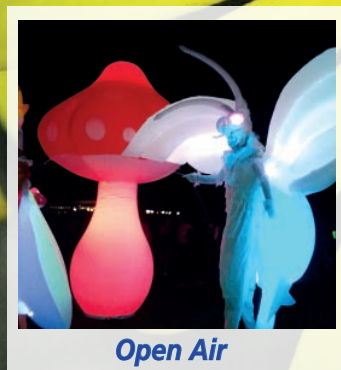


BZJ **Bad Zwischenahn** **Journal**

*Bad
Zwischenahn
blüht auf*



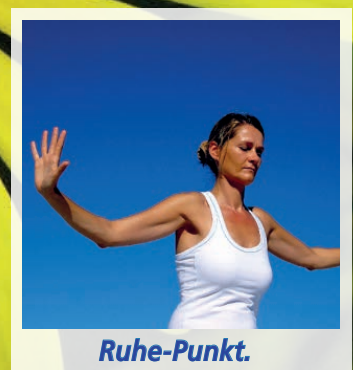
200 Jahre Dr. Schübler



Open Air



Seegrundstücke



Ruhe-Punkt.

Alles unter einem Dach:

JANNSEN  MOBILE

www.jannsen-automobile.de



Autohaus Busker
Kfz-Meisterbetrieb
info@autohaus-busker.de



Verkauf: Telefon 04403/6021902

Werkstatt: Telefon 04403/6021900

An den Kämpen 58 · 26160 Bad Zwischenahn

Das Sanitätshaus Bad Zwischenahn GmbH

Helge Hecker und sein Team vom Sanitätshaus Bad Zwischenahn GmbH können sagen „Wir haben das Beste aus der Corona Krise gemacht“. Es wurde fleißig in der Filiale an der Bahnhofstraße 10 und in der Filiale am Anemonenweg 3 erneuert, erweitert und verändert.

Das Sanitätshaus am Anemonenweg ist nun auch exklusiver Anbieter von verschiedenen E-Mobilen und E-Scootern. Das Team vom Sanitätshaus freut sich sehr, Ihnen verschiedene Modelle und Marken wie Vermeiren, Dietz und andere anbieten zu können. Für jeden Gebrauch und Geschmack ist für Sie sicher das Richtige im Sortiment vertreten. Einige der Modelle werden auch von der Krankenkasse bezuschusst oder sogar ganz übernommen.

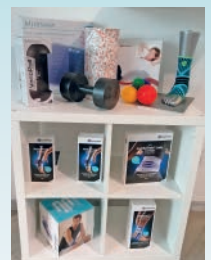
Erkundigen Sie sich gern und lassen Sie sich ausführlich beraten, um den richtigen E-Scooter oder das passende E-Mobil zu finden.

Aber nicht nur die alltagserleichternden Fortbewegungsmittel haben im Sanitätshaus einen neuen Platz gefunden, auch andere spezielle Artikel wurden neu in das Sortiment aufgenommen, wie zum Beispiel der Treppenlift der Firma Siemer, der am Anemonenweg zum Anschauen und Ausprobieren für Sie montiert wurde.

Allerdings nicht nur in den Filialen hat sich einiges zur Ausrichtung in die Zukunft getan. Im Mai vergangenen Jahres hat der Sohn des Inhabers, Christoph, erfolgreich seinen Gesellenbrief zum Orthopädietechniker erworben. Somit kann auch der Junior im Haus mit gutem Gewissen und Know-How seinen Kunden die optimale Prothese bauen. Die Werkstatt wird aber sicher nicht nur seine einzige Aufgabe im Unternehmen bleiben – auch für die Optimierung der Kundenzufriedenheit setzt er sich ein und bringt frischen Wind in den Verkauf und die Betreuung der Kunden. Zudem plant er aktiv an einer Kooperation mit den umliegenden Unternehmen im Anemonenweg, um die Kunden noch besser betreuen zu können.

Im Großen und Ganzen kann man sagen, dass die ruhige Phase passend für die Umstrukturierung war und kreativ genutzt wurde. Für die kommende Zeit freut sich allerdings das gesamte Team darauf, frisch motiviert und mit voller Energie durchzustarten. So können wir Sie auch in Zukunft individuell und fachgerecht versorgen, auch in schwierigen Zeiten.

Schauen Sie gern zu unseren Öffnungszeiten in einem unserer Sanitätshäuser zu einem persönlichen Gespräch vorbei:
Mo, Di, Do, Fr: 08:30 – 13:00 Uhr und 14:00 – 18:00 Uhr, Mi: 08:30 – 13:00 Uhr, Sa: (Bahnhofstraße) 10:00 – 13:00 Uhr



Anemonenweg 3
26160 Bad Zwischenahn
Tel. 04403/918228
Fax 04403/918240

 **Sanitätshaus**
Bad Zwischenahn GmbH

Bahnhofstraße 10
26160 Bad Zwischenahn
Tel. 04403/918288
Fax 04403/918211

E-Mail: info@sanitätshaus-badzwischenahn.de · www.sanitätshaus-badzwischenahn.de

Inhaltsverzeichnis

Reportagen / Specials

200 Jahre Dr. Schüßler 6 – 8
Open Air 26, 27
Seegrundstücke 29

Rubriken

Fotografie 10
Kolumne 10
Historisches Foto 11
Ruhe-Punkt. 15
Vor 20 Jahren 20
Gesine 21
Beauty-Tipp 24

Dit un Dat

Dit un Dat 16, 17, 34
Pinboard 30, 31

Leute

Geschäftsleben 4, 5

Service/ Info/Unterhltg.

Spruch 11
Buchseite 28
Rätsel 32
Veranstaltungen 33

Themenseiten

Gesundheit 12, 13
Garten 14
Die Seeroute 18, 19
Wellness 22 – 25
InGe Lange 35

Seite 3

Editorial, Impressum, Inhalt, Titel

Ein herzliches Moin,
liebe Leserinnen & Leser,

editorial

der Verzicht auf gewohnte Rituale lässt diese jetzt in besonderem Licht erscheinen. Dazu gehört auch das Bummeln durch die lokalen Geschäfte, der Restaurantbesuch im Ort oder der Besuch von Veranstaltungen. Mit steigenden Temperaturen und rückläufigen Corona-Fallzahlen werden wir vieles wieder machen können und sicherlich noch bewusster genießen als zuvor. Das macht diesen Frühling so besonders! Auch Bad Zwischenahn blüht auf und lockt mit tollen Veranstaltungen unter freiem Himmel. Welche das

genau sind, präsentieren wir auf unseren Open-Air-Seiten. Besonders hervorheben wollen wir die Gesundheitstage zum 200. Geburtstag des Bad Zwischenahner Mediziners Dr. Wilhelm Heinrich Schüßler, bekannt durch seine Therapie mit den Schüßler-Salzen.

Lesenswert sind natürlich ebenso die Neuigkeiten rund um das Bad Zwischenahner Geschäftsleben. Die Buchseite verspricht ein paar Neuentdeckungen. In unserer Rubrik Ruhepunkt finden Sie wieder Anregungen für mehr Gelassenheit im Leben. Und klar: auf unserer Platt-Snack-Siet verteilt uns Gesine ihre neueste Geschichte.

Diese Bad Zwischenahn Journal-Seiten wären nicht möglich ohne das große Vertrauen und die fortwährende Unterstützung unserer Anzeigenkunden. Schenken Sie deren Angeboten Ihre Aufmerksamkeit und unterstützen Sie die Händler vor Ort. Dann wird es für alle ein sehr schönes Frühjahr!

Eine spannende Lektüre wünschen

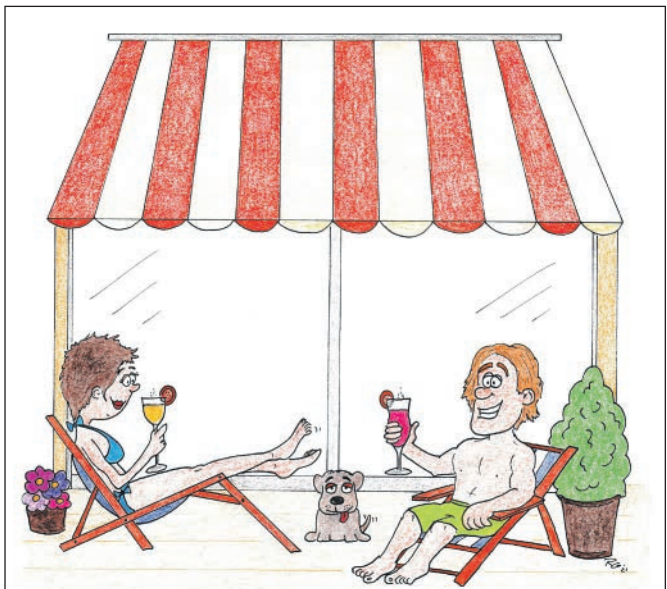
Torben
Brinkema
& Team

Titelbild



Der Frühling bringt frische Farben, eine laue Brise und die Inspiration eines Neuanfangs mit ans Zwischenahner Meer.

Foto: Bunting



MAAK DAT JO SCHÖÖN, DENN HEBBT JE DAT SCHÖÖN.
BI ACHTERNBOSCH GIFFT DAT DEN SCHÖNSTEN SUNNSCHUUL!

**Sonnenschutz
von Achternbosch**

Käthe-Kruse-Straße 45
Bad Zwischenahn
Telefon 04403 6025838
achternbosch-oldenburg.de



ACHTERNBOSCH
Markisen / Rollläden / Haustüren

Impressum

Herausgeber:

Bünting Media
Lange Str. 1, 26160 Bad Zwischenahn
Tel. 04403 910505
E-Mail mail@buenting-media.de
Internet www.buenting-media.de

Satz / Druckvorstufe

Ostfriesische Presse Druck GmbH

Redaktion:

Ilka Bünting (Ltg.)
Tel. 04403 910505
E-Mail redaktion@buenting-media.de
stellvertr. Red.: Torben Brinkema (TB)
E-Mail t.brinkema@buenting-media.de

Autoren u. freie redaktionelle

Mitarbeiter:
Britta Stalling (Ruhe-Punkt), Gesine (Platt), Joachim Mittelstaedt (Bücher), Torben Brinkema (TB), Ilka Bünting (IB) (eigene Pressemitteilungen von Vereinen, Verbänden, Institutionen: PM)

Anzeigen:

Ursula Rütt,
Tel. 04403 628333
E-Mail u.ruett@buenting-media.de

Ilka Bünting

Tel. 04403 910505
E-Mail mail@buenting-media.de

Vertrieb:

Eigenvertrieb
Auslagestellen in Geschäften, öffentlichen Einrichtungen, Banken, gastronomischen Betrieben u.v.m. im Ort sowie im gesamten Gemeindegebiet. Auslage u.a. bei allen Inserenten u.v.m., im Web u.a. über www.buenting-media.de

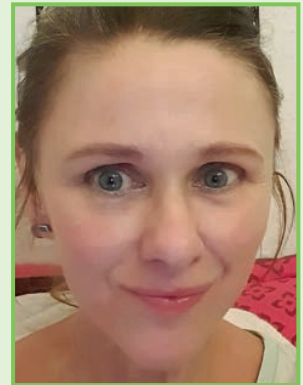
Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Alle Textbeiträge, Fotos und Inserate in dieser Ausgabe sind urheberrechtlich geschützt und dürfen nur mit ausdrücklicher, schriftlicher Genehmigung des Herausgebers anderweitig genutzt werden.



Neu: Bioresonanztherapie

Ganz neu in der Zwischenahner Praxis GesundZeit ist die Bicom Bio-Resonanztherapie.

Die Heilpraktikerin Haike Ines Scheel richtet ihren Fokus auf biochemische Wechselwirkungen im Organismus. Mit einer Laboranalyse ermittelt sie Zell- und Organfunktionen. Mangel oder Überschuss zeigen sich in vielerlei Symptomen. Dem Blutbild entsprechend werden individuell Mikronährstoffe ergänzt. Ganz aktuell bietet Haike Ines Scheel in ihrer ansprechenden Praxis in der Schulstraße die Bio-Resonanztherapie an: Mittels Elektroden werden körpereigene elektromagnetische Felder gemessen und störende Frequenzen durch entgegengesetzte Schwingungsmuster ersetzt.



Um Blockaden, Belastungsstörungen, Ängste oder Traumata aufzulösen, setzt die Heilpraktikerin Hypnose ein. Als weiteres wendet Haike Ines Scheel erfolgreich ganzheitliche Therapieformen der TCM an, wie Akupunktur, Akupressur, Laserakupunktur, Kinder- und Erwachsenen-Tuina oder organbezogene Feuerschröpfkopftherapie.

Die Heilpraktikerin kombiniert mit Fachwissen, viel Zeit und Herz verschiedene Therapieformen, um ein bestmögliches Ergebnis für ihre Patienten zu ermöglichen, besonders in diesen belastenden Pandemie-Zeiten.

www.gesundheitshaus-zwischenahn.de, Telefon 04403 9844489

Physiofit am Langenhof

Der staatlich examinierte Physiotherapeut Aaron-Lucca Joppien unterstützt seine Patienten mit gezielten Therapiemaßnahmen bei Erkrankungen und Beschwerden sowie der Nachsorge nach Operationen. In seiner neuen, modernen Physiotherapiepraxis am Langenhof 18 in unmittelbarer Nähe zum ZOB kann er ein breites physiotherapeutisches Behandlungsfeld bieten. Dazu zählen unter anderem Massagen, manuelle Lymphdrainage, Wärme-Kälte-Therapie, Personaltraining sowie Haus- und Heimbesuche. Egal welches Beschwerdebild vorliegt, Aaron-Lucca Joppien möchte die passende Therapie dafür bieten.

Auch Interessierte, die präventiv etwas für ihre Fitness tun möchten, sind bei Physiofit an der richtigen Adresse, denn für sie arbeitet der Physiotherapeut Analysen, Beratungen und Trainingsprogramme aus.

Besonders jetzt ist die Pflege der eigenen Gesundheit und des physischen Wohlbefindens von großer Bedeutung, was letztendlich auch der psychischen Gesundheit zuträglich ist. Unter fachlich kompetenter Anleitung kann hier jeder seinen eigenen Weg dafür stärken und (wieder) finden.

Auch während der Pandemie ist er werktags von 7 bis 18 Uhr für seine Patienten da.

www.physiofit.care

Foto: W. Wittig





Meyerjürgens

Die Spezialitätenfleischerei



Wir bieten Ihnen **Qualitätsfleisch** und Wurstwaren aus **hiesiger Schlachtung** und Herstellung sowie den Original Ammerländer Knochenschinken (im Bauernhaus geräuchert)




Mittagstisch zum Mitnehmen

Original Ammerländer Spiekerschinken, im Bauernhaus geräuchert!

www.meyerjuergens.de

Unsere Fleischspezialitäten sind auch im REWE-Markt erhältlich!

Bad Zwischenahn • Lange Straße 36 • Telefon 0 44 03 / 5 87 87



5 Jahre Praxis am Stadion

Aus einer Idee wurde Realität – und Sonja Nemeyer und Heidi Rieder haben fünf Jahre später allen Grund zu feiern: Seit ihrer Gründung am 1. April 2016 hat sich ihre Praxis am Stadion kontinuierlich vergrößert. Mittlerweile arbeiten dort 6 TherapeutInnen und eine Rezeptionskraft. Das Angebot umfasst Anwendungen rund um Krankengymnastik, KG ZNS Bobath, PNF und manuelle Therapie. Zudem hat die Praxis ihr Spektrum noch erweitert: Sie bietet u.a. Fachberatung zur Stressbewältigung und Burn-out Prophylaxe an, Hypnose-Coaching und EMDR, Stoßwellen- und Liebscher und Bracht Therapie. Im präventiven Bereich werden Gesundheitskurse wie Bodybalance Pilates, Faszien Yoga, autogenes Training, progressive Muskelentspannung und Rückenschule angeboten. Alle Kurse sind zertifiziert und werden bis zu 80 % von der Krankenkasse übernommen.

Gesundheit erhalten, bevor sich die Krankheit zeigt, unterstützen mit Rat und Tat, wo es notwendig ist – das ist die Maxime von Sonja Nemeyer und Heidi Rieder und ihrem Team.



Der Ahrenshof

Mehr als 25 Jahre Ahrenshof und rund 50 Jahre Hotellerie und Gastronomie – Hans-Georg und Susanne Brinkmeyer haben sich in einem halben Jahrhundert viel im Ort auf- und ausgebaut. Nun machten sie nach dem Verkauf des Seehotel Fährhaus vor einigen Jahren wieder einen radikalen Schnitt und verkauften auch ihr zweites großes Unternehmen, den Ahrenshof. Neuer Eigentümer des Ahrenshof ist der Zwischenahner Geschäftsmann Stefan Schmidt, der den Ahrenshof nicht nur als solchen, sondern auch die bisherige Nutzung aufrechterhält. Ein Pächter will weiterhin erstklassige regionale Küche bieten – und das möglichst schon ab April. Auch die urige Ahrenshof-Hütte im Alpenhüttenstil soll weiter als Eventlocation genutzt werden; nur für die Scheune sind andere Pläne angedacht.

Brinkmeyers freuen sich, dass das Anwesen an einen Zwischenahner verkauft werden konnte, der selber schon jahrelang Stammgast im Ahrenshof war.

Ganz in den „Un-Ruhestand“ wechseln die Brinkmeyers allerdings nicht, denn sie haben noch ein neueres Projekt – die Ferienappartements Welsum und betreiben weiterhin das gleichnamige Gestüt in Neuenkrüge. Ohne irgendwas ginge es wahrscheinlich auch nicht

Seit der ersten Ausgabe 1997 inseriert Hans-Georg Brinkmeyer im Bad Zwischenahn Journal. Das BZ Journal-Team bedankte sich ausdrücklich für diese Treue und die jahrzehntelange enge Zusammenarbeit.



**e-Bikes kauft man bei e-motion!
Fahrräder gibt's woanders.**

≡ e-motion ≡

e-Bike Welt & Dreirad-Zentrum

Eva-Lessing-Straße 8 · 26160 Bad Zwischenahn

Tel: 04403 - 60 27 190

Mo-Fr 09:30-18:30 Uhr · Sa 10:00-16:00 Uhr

www.emotion-technologies.de

www.dreirad-zentrum.de

200. Geburtstag von Dr. med. Wilhelm Heinrich Schüßler



Begründer der Biochemie

Bad Zwischenahn ist Geburtsort einer historischen Persönlichkeit, die eine weltweit bekannte und anerkannte Heilmethode entwickelte: Dr. Wilhelm Heinrich Schüßler.

Seine Entdeckung ist im wahrsten Sinne des Wortes in aller Munde: Die „Schüßler Salze“ sind längst nicht nur Heilpraktikern und Ärzten ein Begriff. Mit der Einnahme der rezeptfreien Tabletten können die unterschiedlichsten Beschwerden und Krankheiten behandelt werden.



Nicht viele wissen, dass Dr. Wilhelm Heinrich Schüßler aus dem Ammerland stammt. Vor seinem renovierten Geburtshaus in Bad Zwischenahn an der Peterstraße erinnert

seit mehreren Jahren eine große Büste an den berühmten Bürger, es gibt eine Schüßler-Ortsgruppe (Ansprechpartnerin Dr. Steinmetz, Tel.

01736882921) und eine kleine Straße wurde nach ihm benannt, aber ansonsten kam er in seinem Heimatort lange nicht groß zu Ehren.

In der Fachliteratur wird er oft zum gebürtigen Oldenburger gemacht; hier befand sich nämlich später seine Praxis. Doch bis dahin waren es nicht einfache Jahre für den jungen Schüßler: Eigentlich aus gutem Hause geriet die fünfköpfige Familie in arge Probleme und musste ins Oldenburger Armenviertel ziehen. Von dort aus war es für den Jugendlichen ein steiniger Weg, der seine Persönlichkeit sicherlich stark mitprägte, bis er als Seiteneinsteiger praktizierender Arzt werden konnte.

1852 studierte der Zwischenahner in Paris. Drei Jahre später promovierte er in Gießen zum Doktor der Medizin. Kein Abitur, keine Doktorarbeit sowie ein fehlendes viertes Studienjahr waren weitere Hürden, die zu nehmen waren. „Auch mit einem so menschlichen Durchschnittsexamen wurde Schüßler offenkundig ein guter und erfolgreicher Arzt“, wusste der mittlerweile verstorbene Heilpraktiker und einstige Ehrenvorsitzende des Biochemischen Gesundheitsvereins Oldenburg sowie ehemalige

Vizepräsident des Biochemischen Bundes Deutschland, Hans-Heinrich Jörgensen, in seiner mehrseitigen Abhandlung über die charismatische Persönlichkeit zu berichten.

Schüßler praktizierte in der Oldenburger Kurwickstraße 23/24, wo eine Gedenkta-

fel an sein Wirken erinnert. Über seine Tätigkeit als Arzt wurden zum Teil recht eigenwillige Döntjes überliefert.

Doch was genau sind „Schüßler Salze“ beziehungsweise bedeutet „Biochemie“?

Schon früh ließ sich der Zwischenahner von den großen Forschern seiner Zeit wie Hahnemann oder Virchow und Moleschott inspirieren. Seine Nachforschungen wurden von revolutionären Erkenntnissen geprägt wie der Homöopathie (durch Hahnemann), der Entdeckung der Zelle als kleinster Baustein des menschlichen Körpers (durch Prof. Virchow von der Berliner Charité) und die Bedeutung der anorganischen Stoffe für den Organismus (durch Jakob Moleschott). „Was geht in der Zelle vor?“ und „Was braucht sie für ihren Stoffwechsel?“ sind die Kernfragen der Biochemie, der Chemie des Lebens. Jörgensen schrieb: „Dieser Begriff ist heute an jeder medizinischen Fakultät zuhause...Schüßlers Biochemie ist keine Außenseitermedizin, sie ist längst integrierter Bestandteil der modernen Medizin mit ihrem Teilgebiet Biochemie.“

**200 Jahre Dr. Schüßler
20 Jahre Schüßler-Naturheilpraxis**

Gabriele Steinmetz · Heilpraktikerin

Gesundheitshaus Seerose

Seerosenweg 3, 26160 Bad Zwischenahn

Tel.: 0173-6882921 · www.hp-steinmetz.de

Schwerpunkt: Rücken- und Gelenktherapie

NEU: Schüßler-Beratungsangebot

Termine: montags & donnerstags ab 15:00



Sprichwörtlich in aller Munde – Schüßler-Salze sind ein großes Thema.

Schüßler arbeitete zunächst 17 Jahre als homöopathischer Arzt bis ihn sein Forschergeist weiter antrieb. Er stieß bei eigenen Untersuchungen nach Spezifika für bestimmte Krankheiten auf verblüffende Erkenntnisse,

die unter anderem durch die Untersuchung der Asche Verstorbener bestätigt wurden: Ein Mangel an Mineralstoffen führt zu Erkrankungen, eine Zufuhr kann Beschwerden lindern beziehungsweise sich heilsam auswirken. Aufgrund dieser Tatsache entwickelte er eine Therapieform mit 12 Mineralstoffen, die solche Mängel ausgleichen können. Diese Stoffe, die Schüßler-Salze, werden in Verdünnung, Verreibung und Verschüttelung, der so genannten Potenzierung verabreicht. Die Zellepots werden dadurch aufgefüllt und der Körper animiert, selber wieder ausreichend Salze aus den ihnen gelieferten Nahrungsbestandteilen zu ziehen. Die Behandlung gesundheitlicher Störungen erfolgt sozusagen im Kern. Die 12 Mineralverbindungen von Calcium fluoratum bis Silicea sind die Grundlage der so genannten Biochemie nach Dr. Schüßler.

Bekannt ist z. B. die krampflösende und entspannende Wirkung „Heiße 7“, ein Cocktail aus 10 Tabletten Magnesium phos. D6 mit möglichst heißem Wasser. Die Schüßler-Salze können von Jung bis Alt für Therapie und Gesundheitspflege unbedenklich angewandt werden.

Biochemie und Homöopathie sind übrigens zwei ganz unterschiedliche Methoden.

Bei letzterer werden Ursubstanzen wie zum Beispiel Brechnuss, Eisen oder Tintenfisch-Extrakte potenziert. Die Verordnung erfolgt nach einem Ähnlichkeitsprinzip. Beispielsweise wird bei Nesselausschlag oder Verbrennungen ein auf Brennessel basierendes Mittel verabreicht. - Bei Schüßler steht der Mangel eines Mineralsalzes im Vordergrund.

Mit seinen Forschungen bereitete sich der eigentliche Homöopath selber Anerkennungsschwierigkeiten unter seinesgleichen. „Er hat sich kräftig zwischen zwei Stühle gesetzt“, schrieb Jörgensen. Aber mit seiner Lehre war er seiner Zeit voraus.

Charismatische Persönlichkeit

Über das Leben Schüßlers ist wenig bekannt, aber einige Begebenheiten haben sich über die Zeit gerettet: Als Arzt war der Zwischenahner für seine charismatische und eigenwillige Art bekannt. Im Anekdotenbüchlein „dat dat dat gift“ von Heinrich Diers wird er beispielsweise folgendermaßen beschrieben: „Er war ein breit und



Das Geburtshaus Dr. Schüßlers an der Peterstraße, das vor ein paar Jahren saniert wurde.

Die große Büste davor erinnert an den bekannten Zwischenahner.

Fotos: Bünting

BAD ZWISCHENAHNER BESTATTUNGEN
ROHDE & BORCHARDT GMBH

BESTATTUNGEN

GRABMALE  FLORISTIK

0 44 03 | 3 0 8 5

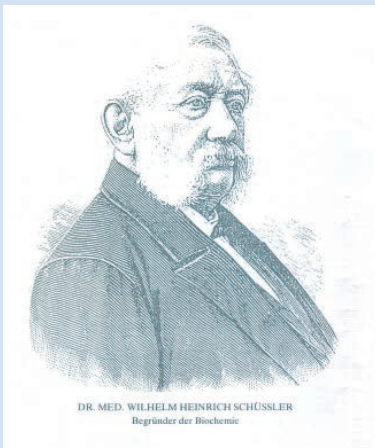
DIEKWEG 5 · BAD ZWISCHENAHN
www.rohde-borchardt.de

kräftig gebauter Mann mit vollen, frischen Wangen und leuchtenden Augen. Er trug auf seinem dichten, weißen Haar eine Tuchmütze. Er hatte etwas Urwüchsiges und bediente sich gern der plattdeutschen Sprache. Oft erklärte er Patienten seine Diagnosen und Verordnungen auf direkte, schnörkellose Art (sh. extra Kasten).

In seinem Artikel „Wer war dieser Schüßler eigentlich?“ schrieb Hans-Heinrich Jörgensen „...er war fraglos knorrig und dickschädelig. ... Er hat eine scharfe Zunge und eine spitze Feder geführt, symptomatisch für die Empfindsamkeit des früh verletzten Aufsteigers.“

Das Lebenswerk des Zwischenahners, der am 21. August 1821 geboren wurde, hat sich bis in das 21. Jahrhundert bewiesen.

Dr. med. Wilhelm Heinrich Schüßler starb im Jahre 1898. Begraben wurde er auf dem Oldenburger Gertrudenfriedhof. In seinem Testament verfügte er, aus seinem Geld eine Stiftung einzurichten, „deren Einkünfte bestimmt sein sollen zur Unterstützung würdiger und dürftiger Personen ohne Unterschied des Glaubens und der Confession...“



Seine Biochemie bringt über 120 Jahre nach seinem Tod Menschen Heilung, Beschwerdefreiheit oder bewahrt sie schon vorher vor einer Erkrankung. – Eine beeindruckende Zwischenahner Karriere. Im August soll in diesem Jahr sein 200. Geburtstag mit Vorträgen und einem Festakt gefeiert werden.

Quelle: Archiv BZ Journal

Spiel, Sport und Spaß für Jedermann!

Genießen Sie im Anschluß an das Spiel die regionalen Spezialitäten im gemütlichen Biergarten vom Gristeder Hof. Es gibt auch besondere Gruppenangebote.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Heller Landstraße 7 - 26215 Wiefelstede-Gristede
Telefon 0 44 03 - 816 767 - www.swingolf-ammerland.de



Schüßler-Döntjes

Smöken

Mal kummt'n Buur ut Ohmstä bi Dr. Schüßler. He hett de Gicht un will dr nu'n Middel gegen hebben.

Dr. Schüßler gifft em wat. Denn meent he, de Buur schull up jeden Fall dat Smöken laten. Dat weer bannig slimm för em. De Buur avers sütt, Dr. Schüßler sülvten smöökt'n lange Piep. Darum seggt he: „Avers Herr Doktor! Se smöökt doch ok! Warum is dat denn för Se nich so slimm?“ Do snaut Dr. Schüßler den Buur an: „Beste Mann! Wat geiht Se dat an, wen ik roken doo! Ik kann't ja verdrägen!“

Revolver

Mal keem'n Mann bi em, de jammer un klaag: „Och, Herr Doktor! Helpen Se mi doch! Dat geiht mi so slecht. Ik heff so'n Pien! Ik will ok allens doon, wat Se mi seggt! Ik will dat Supen laten; ik will dat Smöken laten; ja, un mit Frolü hef ik nix in'n Sinn. Wenn Se mi blot helpt, dat ik noch'n bäten läven kann!“

Dr. Schüßler höör sik dat an, man toleßt wurd't em to vää, un he sä: „Min gode Mann! Bi Nolte in'ne Langestraat – dat weer'n lesenwarengeschäft – is Utverkoop. Gahn Se hen, kopen Se sik'n Revolver un scheeten Se sik doot! – Wenn Se dr doch nix mehr van hebben willt, wat willt Se denn noch up de Welt!“

Quelle: „Dat dat dat gifft“, Anekdoten aus Stadt und Land Oldenburg von Heinrich Diers

Alte Vogtei

Bad Zwischenahn

Exklusives für
Haus & Garten



Ihr Spezialist für moderne Haus- & Gartenmöbel und Wohndekorationen

Lassen Sie sich in unserem neugestalteten Außenbereich von unserer großen Auswahl an **Gartenmöbeln** inspirieren - ob klassisch aus Teakholz oder modern in Edelstahl oder Keramik.

Eine **fachlich kompetente Beratung** ist für uns selbstverständlich.

Nehmen Sie Platz in Ihrem neuen **Strandkorb** – einem Lieblingsstück „Made in Germany“!

Sie haben die Möglichkeit, sich Ihren ganz persönlichen Strandkorb – in verschiedenen Größen, unterschiedlichen Geflecht-Farben, Hölzern und einer Vielzahl an Stoffen – anfertigen zu lassen.

Sie sind auf der Suche nach einem neuen **Esszimmertisch**? Auch dann sind Sie bei uns genau richtig: Wir stellen in unserer eigenen Werkstatt individuelle und handgearbeitete Esszimmertische aus Teak oder Eichenholz bis zu einer Länge von acht Metern her.



Alte Vogtei

Lange Straße 3a
Bad Zwischenahn

Öffnungszeiten & Infos unter:
www.natur-top-line.de

Neu: www.ntl-design.de



**Click and Meet - vereinbaren Sie mit uns Ihren ganz persönlichen Beratungstermin -
Telefonisch unter 04403- 91 66 150 oder per Mail info@natur-top-line.de**

*Wir freuen uns auf Ihren Besuch!
Persönlich in der Alten Vogtei oder in unserem online-Shop.*

*Ungefragt und ungefiltert
parteiisch und schmerzfrei*

Js' so!

Die Kolumne

Mein Sohn hatte vor einigen Jahren die Angewohnheit, seine kleine Schwester gelegentlich mit den Worten „Is' so Sarah!“ zurechtzuweisen, um verbal vorgegebene Ansagen zu unterstreichen. Manchmal ist das so, da muss man Ansagen einfach mal so hinnehmen, weil das eben so ist, weil die Mutti das vielleicht auch gerade mal so gesagt hat und das nicht immer groß erläutern muss. Das führt mitunter zu Unmut, übrigens auch beim großen Bruder, für den das ja auch mal galt. Auf klare Ansagen kann man sich dann aber relativ gut einstellen.

Einigen Erwachsenen fällt das schon schwerer. Aber auch hier gilt mitunter „Is' so.“ Da könnte man gleich mal eine Zusammenfassung der bisherigen Kolumnen einbringen:

- Man geht nicht über Privatgrundstücke, auch nicht um eine Abkürzung zu nehmen oder weil das gar nicht so privat aussieht.
- Man motzt hier nicht dauernd über freilaufende Kinder, nur weil manche meinen, hier die Ruhe mitgebucht zu haben.
- Man ruft nicht dauernd wegen Lapolien bei der Polizei an; die haben Wichtigeres als Nachbarschaftsgeizicke oder im Park fahrradfahrende Kinder zu tun.
- Man weist nicht andauernd die Mitbürger bei kleinsten „Fehlverhalten“ zurecht, das muss nicht sein. (Bitte auch nicht sofort die Polizei anrufen, das hatten wir schon, s.o.)
- Man versucht Risiken zur Virenübertragung zu vermeiden, um sich und andere zu schützen.

- Man muss nicht immer „eben schnell“ machen, weil jeder dauernd und überall hin und was machen muss. Warum? Weil das so ist.

Und der super Nebeneffekt dabei: da bleibt dann viel Zeit und Raum für andere, wichtigere Dinge als immer alles zu kritisieren und immer neu in Frage zu stellen.

Viel Zeit für neue frische Ideen und Inspirationen, die der Frühling auch hoffentlich für uns alle bereithält!

Is' so.

by Ilka Marita

Fotografie



Im April startet hoffentlich wieder die Wassersportsaison auf dem Zwischenahner Meer.

Historisches Foto



Das Geburtshaus des prominenten Zwischenahner Mediziners Dr. Schüßler an der Peterstraße wie es sich bis zu seiner Sanierung vor einigen Jahren präsentierte. Im Vergleich ein Foto aus dem Jahr 2021.

Fotos: Bünting

Lokal einkaufen!

Nutzen Sie die Einkaufsvielfalt vor Ort - persönlich mit Termin oder online.

Genießen Sie Ihr Lieblingsessen aus einem Zwischenahner Restaurant Zuhause.

In diesem Magazin finden Sie auf jeder Seite in den Anzeigen tolle Möglichkeiten und Infos der Zwischenahner Geschäftswelt, lassen Sie sich inspirieren und nutzen Sie die bunte Vielfalt vor Ort.

EXTERNUM®

Fahrrad, Gesundheit & Lifestyle

Lust auf Radfahren?

Besuchen Sie uns in unserem FAHRRAD-PHYSIO-ZENTRUM

Mühlenstraße 20
26160 Bad Zwischenahn

Fon 0 44 03 / 939 44 22

info@externum.eu, www.externum.eu



Birgit Zager

info@buerofee-online.com
Ulmenweg 8
26160 Bad Zwischenahn
Mobil: 0176-879 121 80

Meine Dienstleistungen

- Allgemeine Bürotätigkeiten
- Datenerfassung und -pflege
- Vorbereitende Buchhaltung
- Erstellung von Angeboten, Rechnungen und Aufträgen
- Zahlungsüberwachung
- Mahnwesen
- Sehr gute Kenntnisse mit dem Office-Paket sind selbstverständlich



Facebook: Bürofee-Online · Instagram: @buerofeeonline

Ihr Partner für Versicherungen, Vorsorge und Vermögensplanung

LVM-Servicebüro
Jens zur Brügge
Husumer Straße 2
26160 Bad Zwischenahn
Telefon (04403) 39 48
info@zur-bruegge.lvm.de



Gesundheit in den Alltag bringen



Foto: djd/www.bkk24.de/mimagephotos - stock.adobe.com

(djd). Ein langes und gesundes Leben wünscht sich fast jeder. Ob der Einzelne das erreicht, hängt nicht nur mit Glück und Genen zusammen, sondern auch sehr viel mit dem eigenen Verhalten. Wie stark sich bestimmte Verhaltensweisen auf die Lebenserwartung auswirken, hat zum Beispiel eine Untersuchung der Universität Cambridge ergeben. In der sogenannten EPIC-Studie wurden über 20.000 ganz normale Menschen zwischen 45 und 79 Jahren über mehr als ein Jahrzehnt hinweg regelmäßig untersucht. Das beeindruckende Ergebnis: Wer vier einfache Gesundheitsregeln einhält, kann seine Lebenserwartung um bis zu 14 Jahre erhöhen:

1. **Mindestens fünf Portionen Obst und Gemüse am Tag verzehren**
2. **Auf ausreichend körperliche Aktivität und Bewegung achten – wenigstens eine halbe Stunde täglich**
3. **Nicht rauchen – ein ganz entscheidender Punkt**
4. **Alkohol nur in Maßen genießen – weniger als 1,3 Liter Wein oder 3,5 Liter Bier pro Woche**

So einfach diese Regeln auch sind – bei der konkreten Umsetzung hapert es häufig. Um möglichst viele Menschen dabei zu unterstützen, hat die BKK24 das Präventionsprogramm „Länger besser leben“ entwickelt, das ein gesünderes Leben ohne Stress und mit Spaß fördern soll. Wer mitmachen möchte, kann weitere Infos unter www.bkk24.de finden.

Ganz wichtig dabei: Es geht nicht um Verbote und Quälerei, sondern um Spaß und eine einfache Umsetzung im Alltag.



Praxis am Stadion

Physiotherapie und Prävention in den besten Händen

- Heilpraktiker für Physiotherapie
- Krankengymnastik
- Manuelle Therapie
- Klassische Massage
- Stoßwellentherapie (Schmerzreduktion, Cellulitis-Behandlung uvm.)
- Manuelle Lymphdrainage
- KG-ZNS nach Bobath
- Cranio-Sacrale Therapie
- Fußreflexzonen Massage
- Atlas-Therapie, Kinesio Taping
- Faszien-Therapie, CMD
- Wärme-Therapie / Fango
- Symphaticus-Therapie
- Klangschalen-Therapie

Neu bei uns!

- Hypnose-Coaching
- Schmerztherapie nach Liebscher & Bracht
- Fachberater für Stressbewältigung und Burnout-Prophylaxe

Gesundheitskurse

- Präventive Rückenschule, Autogenes Training
- Body-Balance-Pilates, Faszien-Yoga
- Progressive Muskelentspannung



Heidi Rieder



Sonja Nemeyer

Wir machen auch Hausbesuche!
www.praxis-am-stadion.de

Tel.: 04403-6027172
Eyhauser Allee 8, 26160 Bad Zwischenahn



Jahre im Dienste Ihrer Gesundheit

PRAXIS
FAUST

physiotherapie
rehasport
wellness

INH. ROSI STEINER
HEILPRAKTIKERIN
PHYSIO

Pilates und Rehasport

Anmeldung erbeten

Lymphdrainage / Massage + TRX

NEU: Jumping Fitness
+ Geschenkgutscheine

Seestraße 1
26160 Bad Zwischenahn/Rostrup

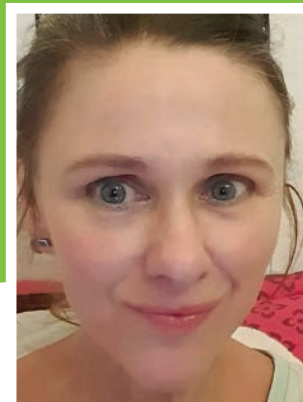
Telefon 0 44 03 / 91 60 46
Mobil: 0162 / 1 08 85 05
rosi-faust@web.de



Heilpraktikerin Haike Ines Scheel

Therapieangebote

Biochemie des Körpers - Stoffwechselanalyse (Labor), Bioresonanz, TCM Akupunktur, Akupressur, Tuina, Schröpfen, EMDR Hypnose, Ästhetik



Mit Energie durch die Pandemie – in 7 Schritten

Elemente im Einklang: Bringen Sie Körper, Geist und Seele auch während Corona in Einklang! Die Basics – gesunde Nahrung, ausgiebige Bewegung und erholsamer Schlaf ... Ab und zu aber braucht es einfach mehr, um wieder zu sich zu finden: Sind Sie bereit, dafür neue Wege zu gehen?

Neue Wege gehen: Wo stehen Sie? Wo wollen Sie hin? Wollen Sie Veränderung – beruflich, privat? Wollen Sie das Rauchen aufhören oder ein paar Pfunde verlieren? Dann stoppen Sie Ihr Hamsterrad – und erhalten Sie in der Praxis GesundZeit ein mehrstufiges Coaching zur Selbst-Reflexion und -Hilfe!

Energie effizient nutzen: Teilen Sie Ihre Ressourcen clever ein, und zwar für die wichtigen Dinge in Ihrem Leben! Starten Sie mit positiven Strukturen in den Tag, zum Beispiel Meditieren oder Laufen am Zwischenahner Meer. So beeinflussen Sie aktiv Körper und Geist. Stichwort: Regeneration!

Regeneration: Kein Café, kein Kino, kein Shopping – schlimm, oder? Oder: Ist das die optimale Zeit? Zeit – zu entschleunigen. Zeit zuhause – für ein leckeres Stückchen Kuchen und eine gute Tasse Kaffee. Zeit – für sich und die Liebsten. Und Zeit – für längst Versäumtes wie einen ganzheitlichen Check-Up.

Ganzheitlicher Check-Up – bei dem nicht nur einzelne Symptome, sondern Sie als Mensch in seiner Gesamtheit betrachtet werden. Dazu beginnen wir mit einer umfassenden Erst-Anamnese, gefolgt von einer Stoffwechselanalyse mittels Hormon-, Blut-, Stuhl- und Urin-Diagnostik.

Individuelle Behandlung: Nach der Auswertung des Check-Ups werden auf Sie angepasste Behandlungen besprochen, die je nach Beschwerde und Behandlungsgrad aus den Bereichen der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM), der Stoffwechsel- oder Trauma-Therapie stammen und kombiniert werden können.

Entspannung: Nach der Anspannung der vergangenen Monate können Sie hier so richtig die Seele baumeln lassen. Dafür biete ich Ihnen eine Bandbreite an Behandlungen der BICOM Bio-Resonanztherapie sowie der TCM – zum Beispiel Akupunktur, Akupressur, Schröpfen oder Tuina.

**Lassen Sie's sich gut gehen und schenken Sie auch Ihren Liebsten ein Paket Gesundheit!
Jetzt den 15 %-Frühjahrs-Rabatt sichern!**

Ihre Heilpraktikerin Haike Ines Scheel

Bad Zwischenahn
Schulstraße 21
26160 Bad Zwischenahn

Termine nach Vereinbarung
Tel.: 04403 98 444 89
Mobil: 01 76 704 71 895

info@gesundheitshaus-zwischenahn.de · www.gesundheitshaus-zwischenahn.de

Endlich geht's wieder nach draußen!

Geballte Blütenpower

PB. Lila, Weiß, Blau oder Rot: Mit ihren romantischen Blütenbällen in allen Farben erlebt die Hortensie ein grandioses Comeback und verwandelt jeden Balkon in ein schillernd prächtiges Paradies. Besonders die fröhlichen Blütenbälle der Hortensie 'Magical' führen in den nächsten Monaten ein beeindruckendes Farbenschauspiel auf: Die Blütenfarbe verändert sich auf ganz individuelle Weise, von Rosa und Blau nach Dunkelrot oder Tiefgrün. Diese Hortensie fühlt sich nicht nur in der Wohnung wohl, sondern ist auch ein

echter Beauty Star in Topf und Beet. Ebenso bringen andere Bauernhortensien in sämtlichen Formen und Farben wie 'Caipirinha' oder 'Curly Rose' geballte Blütenpower in jeden Garten und auf jeden Balkon. Mit der Unterstützung eines leistungsfähigen Hortensien-Düngers entfalten die Pflanzen gerade während der Blütenbildung von März bis August sattgrüne Blätter und üppige Blüten.

Wasser-Oase im Garten

Sanftes Plätschern und kühle Erfrischung: Mit Wasser im Garten ist die Entspannung garantiert. Das Element ist nicht nur die Grundlage allen Lebens, es blubbert, sprudelt und beglückt auch im eigenen Terrain. Der Klassiker des Wassergartens, der Gartenteich, bietet zahlreichen Pflanzen und Insekten einen Lebensraum. Damit auch



die Wasserqualität zu jeder Jahreszeit gleichbleibend einwandfrei ist, unterstützt die Dehner Aqua Teichpflegelinie mit naturnahen Wirkstoffen den ökologischen Kreislauf. Kleinere Gärten oder Balkons sind der ideale Platz für einen quirligen Mini-Teich: Eine aparte Zink-Wanne oder der rustikale Robinienkübel eröffnen schon früh die Badesaison für alle tierischen Gäste und eindrucksvolle Wasserpflanzen.

Fotos: dehner.de



- DER GÄRTNER -

Gartengestaltung • Gartenpflege • Service

erledigt für Sie im Frühjahr:

- Gehölzschnitt
- Gartenpflege
- Rasenaussaat
- Vertikutierarbeiten



Fa. Uwe Drewlo

Huntstraße 8 • 26188 Jeddelloh II
Telefon 04486/6677 • Fax 04486/938898

Kaufen,
da wo es wächst.

Jörg Bartels

Pflanzenverkauf
Friedhofsgärtnerei

26160 Bad Zwischenahn - Diekweg 11a
Telefon 0 44 03 / 42 88



Bonsais

für den Hausgarten und in Schalen

Bei uns finden Sie viele winterharte Sorten:

Abies • Cedrus • Pinus • Wacholder • Taxus
Carpinus • Buxus • Rhododendron Schirmform
und japanischen Löffelilix (Crenata) in den
Größen von 40 cm - 350 cm.

Wilfried
Müller
Baumschulen

Richtmoorstraße 6a • 26160 Bad Zwischenahn
Tel. 0 44 03 / 38 22 • Fax 0 44 03 / 58 43 6
e-Mail: baumschule.w.mueller@ewetel.net

Ruhe-Punkt.

Gedanken, Tipps und Übungen für mehr Gelassenheit sowie mentale und körperliche Kraft von der gebürtigen Zwischenahnerin und Wahl-Südafrikanerin Britta Stalling. Anregungen für den Leser, den eigenen Ruhe-Punkt zu finden.

Die Autorin der Rubrik erlernt und lehrt seit vielen Jahren die Heil- und Entspannungslehre Zhineng Qigong.



Fünf Kraftpunkte

Nach den langen Wochen des Lock-Downs sehnen sich viele Menschen nach einem abwechslungsreicheren Leben mit einem größeren Bewegungsfreiraum. Mir geht es ähnlich. Während ich bis Anfang 2020 noch viel gereist bin, um mit Menschen weltweit die Gesundheitsmethode Qigong zu teilen, bin ich nun seit über einem Jahr in meiner Wahlheimat Kapstadt. Obwohl ich das Reisen, die interessanten Begegnungen und auch das Wiedersehen mit meiner Familie sehr vermisse, bin ich mir auch bewusst, dass ich für mein eigenes Glück selbst verantwortlich bin. Wie kann ich also mein Leben trotz der vielen Einschränkungen weiterhin voller Freude, sinnvoll und inspirierend gestalten und mein Wohlbefinden auf allen Ebenen fördern? Diese fünf Kraftpunkte haben sich in den letzten Monaten für mich herauskristallisiert:

1. Die Kraft der Intention

In unserer Qigong Praxis haben wir einen bedeutenden Grundsatz: „Wohin sich das Bewusstsein bewegt, dahin folgt auch die Lebenskraft“. Es ist also wichtig, darauf zu achten, wohin wir unsere Aufmerksamkeit lenken.

2. Die Kraft der Praxis

Eine tägliche Routine zu nähren – sei es eine Meditationspraxis, ein Spaziergang in der Natur, 5 Minuten Lächeln mit sich selbst, eine aufrechte Körperhaltung mit verschränkten Armen hinter dem Kopf, mit dem Gesicht nach oben schauend (für mindestens 2 Minuten!) etc. – verschafft Dir neue Lebenskraft, Gelassenheit und neue Perspektiven.

3. Die Kraft der Gemeinschaft

Trotz der Kontakteinschränkungen, die wir alle erleben, gibt es viele Möglichkeiten in Kontakt zu bleiben, sich auszutauschen und zu treffen. Ein gemeinsamer Spaziergang zu Zweit oder ein virtuelles Kaffeetrinken, eine Gesprächsrunde zu Themen, die Dich

interessieren und motivieren, eine Online-Qigong- oder -Yoga-Stunde mit Gleichgesinnten. Mach Dich auf die Suche nach dem Miteinander unter Beachtung der entsprechenden Vorsichtsmaßnahmen und genieße das Wissen, Du bist nicht allein.

4. Die Kraft der Kreativität

Nachdem klar wurde, dass ich meine bereits geplanten Projekte in 2020/21 nicht durchführen konnte, durfte ich kreativ werden. Wir alle haben eine kreative Quelle in uns. Kreativ sein bedeutet, seine Vorstellungskraft einzusetzen, um etwas zu erfinden und zu gestalten. So begann ich zu überlegen, wie ich das, was ich trainiere und teile, anstatt in Kursen oder Retreats, nun online vermitteln könnte. Dabei ist es wichtig, bereit zu sein, Neues zu lernen, sich Unterstützung zu holen, Ängste zu vertreiben und innerlich und äußerlich zu entrümpeln, sodass Platz für etwas Neues entsteht.

5. Die Kraft der Dankbarkeit

Als Qigong Lehrerin höre ich immer wieder von meinen eigenen Lehrern: „Was auch immer passiert, es ist okay.“ Oder: „Genieße das Leben, egal was passiert. Diese Art von Lebensfreude ist diejenige, nach der sich die Menschen wahrhaftig sehnen.“ Die letzten Monate waren ein echter Lehrmeister für mich, diese Fähigkeit weiter zu entwickeln und zu beherrschen. Ich begann meine täglichen Geschen-

ke und Segnungen bewusster wahrzunehmen und wertzuschätzen. Kleine Dinge wurden auf einmal ganz groß: Da wären z.B. die exzellenten Kochkünste meines Mannes sowie das äußerst schmackhafte Bio-Gemüse von unserem geliebten Wochenmarkt; die wunderbaren Online-Programme, die ich anbieten darf. Es gibt noch so viel mehr, für das ich jeden Tag dankbar bin!

Das Leben ist eine Reihe von Erfahrungen und eine Einladung, diese auch zu leben. Aus dieser Akzeptanz heraus, breitet sich innere Ruhe und Lebensfreude aus. Ganzheitliche Gesundheit und Wohlbefinden sind möglich!

*Kontakt: Britta Stalling,
info@bodyand-mindfactory.com,
Tel: 04403 59513*

Zusammenhalten ist immer noch die beste Zukunftsstrategie.

Morgen kann kommen.
Wir machen den Weg frei.

Gemeinsam schauen wir nach vorn und sagen: Morgen kann kommen. Wir machen den Weg frei.

Raiffeisenbank Oldenburg eG

DIT UN DAT UT‘N DÖRP - WAT IS DOR LOS?

Barrierefreie Brücken

Zwillingsbrücken im Kurpark erneuert: Mitte Januar wurden mit Hilfe eines Autokrans die beiden jeweils drei Tonnen schweren Stahlkonstruktionen für den Brückenunterbau in die Widerlager gesetzt. Der neue Brückenbelag besteht nicht mehr aus Holz, sondern einem recycelten Kunststoff. „Damit haben wir bereits gute Erfahrungen bei unseren Aussichtsplattformen am Wasser gemacht, weil sie rutschfester sind“, berichtet Bernd Hollwege vom Tiefbau- und Grünflächenamt. Um Barrierefreiheit herzustellen, hat die Brücke keine Rundung mehr und ist auch von Rollstuhlfahrern mühelos passierbar. Parallel wird schon an der Erneuerung des Hauptfähranlegers gearbeitet.



Per Autokran schwebten die beiden je drei Tonnen schweren Stahlkonstruktionen ein.

Foto: Gemeinde

Freie Schule sucht

Die Interessengemeinschaft Freie Schule ist auf der Suche nach einem passenden Standort. Um den Traum einer alternativen Schule für Bad Zwischenahn zu verwirklichen, setzen sich engagierte Idealisten seit rund einem Jahr tatkräftig ein (das BZJ berichtete mehrfach).

Die IG sucht nun ein Baugrundstück bzw. eine Immobilie für die Gründung einer Freien Alternativen Schule in Bad Zwischenahn und ist für Hinweise dankbar.

Vielleicht unterstützt ein Eigentümer auch die Idee von anderen Formen der Wissensvermittlung auf Basis der Lernfreude, unter Berücksichtigung individueller Begabungen, weniger Leistungsdruck mit erweiterten Lehrinhalten nach dem Motto: Lehren heißt, ein Feuer entfachen und nicht, einen leeren Eimer füllen.

Kontakt über BZJ Redaktion, E-Mail mail@buenting-media.de

Livie Feinkost

Mitten in Bad Zwischenahn. Liebhaber von feinen Gaumenfreuden kommen hier voll auf ihre Kosten:

- * 11 verschiedene kaltgepresste Bio-Öle von Oliven- bis Walnussöl * Weine in Bioqualität
- * Antipasti, orientalisches Gebäck & türkische Brote
- * Chili-Creme, Petersilien-Streichkäse, Curry-Sauce, eingelegte Artischocken, afrikanische Paprika
- * Obst & Gemüse * orientalisches Essen
- * Meeresfrüchte * frische Eier * coffee to go & orientalisches Gebäck * feine Präsentkörbe



Bahnhofstraße 10 26160 Bad Zwischenahn
Telefon 0176 - 72 27 34 16
Öffnungszeiten: Mo. - So. 10.00 - 18.00 Uhr

Angebote für Kinder und Jugendliche

Die Einrichtungen der Gemeindejugendpflege in Bad Zwischenahn, Rostrup und Petersfehn halten trotz des Lockdowns einige Angebote für Kinder und Jugendliche bereit. Das Team vom Jugendzentrum Stellwerk in der Pastor-Schulze-Str. 3 hat aktuell montags bis freitags von 14 bis 20 Uhr geöffnet und bietet



Ina Heidemann-Schulz, Leiterin des Kinder- und Familienzentrums bei der Grundschule in Rostrup, ist telefonisch erreichbar und kann nach vorheriger Absprache Termine anbieten.

Foto: Gemeinde

seinen Besuchern Zwei-Stunden-Blöcke für jeweils zehn Personen gleichzeitig an. Spielmöglichkeiten, Playstation, WLAN sowie Beratungs- und Unterstützungsangebote stehen zur Verfügung. Eine vorherige Anmeldung ist unter <https://bad-zwischenahn.feripro.de> möglich.

Das Kinder- und Familienzentrum Rostrup bei der Grundschule ist montags bis donnerstags von 11 bis 17 Uhr erreichbar unter der Telefonnummer 939684. Die Jugendräume in Petersfehn, Im Schulplacken 2, sind montags bis freitags von 15 bis 19 Uhr geöffnet. Das Team bietet dort aktuell Beratung und Unterstützung bei Hausaufgaben sowie beim E-Learning an. Eine gute technische Ausstattung und WLAN sind vorhanden. Unter Telefon 04486 8381 können sich Interessierte anmelden.

DIT UN DAT UT‘N DÖRP - WAT IS DOR LOS?

4.000 Euro an DLRG

Der Zwischenahner Schneidermeister Klaus Wolf beendete im Dezember seine Mund- und Nasenschutz-Aktion zu Gunsten der DLRG. Seit April vergangenen Jahres hatte er 850 Mund- und Nasenschutz-Masken hergestellt und gegen eine Spende abgegeben. So kamen insgesamt 4.000 Euro zusammen. Die Spende investiert die DLRG in zwölf neue Rettungswesten. Für einen Mundschutz benötigte der 82-jährige Schneidermeister rund 25 Minuten. Er bedankt sich bei allen Kunden, aber auch bei sämtlichen Tuch- und Gummibandspendern. „Die Aktion hat mich selbst sehr beeindruckt“, sagt der DLRG-Vorsitzende Klaus Klar und bedankt sich für den näherischen wie kaufmännischen Einsatz von Schneidermeister Klaus Wolf.

- ✓ Glasreinigung
- ✓ Büroreinigung
- ✓ Teppichreinigung
- ✓ Papierentsorgung
- ✓ Fassadenreinigung
- ✓ Parkettreinigung



☎ 0 8000 / 8 59 59 8



Thorsten Schwengels (li.) und Heiko Frohnwieser, Vorstände der Raiffeisenbank Oldenburg eG.

Foto: Raiffeisenbank Oldenburg eG

Gewinnsparen

Die Raiffeisenbank Oldenburg eG unterstützt jedes Jahr regionale Vereine mit einem finanziellen Zuschuss aus den Reinerträgen des VR-Gewinnsparens. Knapp 50 Vereine freuten sich 2020 über insgesamt 54.225,60 Euro. Es konnten sich u. a. folgende Vereine über Zuwendungen freuen: Hunte Valley Dancers Oldenburg, Tus Ofen, DLRG Bad Zwischenahn, SSV Gristede, TuS Ekmern, Glücksbringer am Meer, Ambulanter Hospizdienst Ammerland, Wirtschaftsforum Bad Zwischenahn und der Förderverein für Mühlen und Kultur - Zwischenahner Kirchmühle sowie die Touristik BZ für den Neuerwerb der durch Vandalismus zerstörten Lichterketten.

„Unsere regionalen Vereine unterstützen wir sehr gerne. Dabei beeindruckt es uns immer wieder, wie engagiert, hilfsbereit und tatkräftig sich Ehrenamtliche für andere einsetzen“, sagt Thorsten Schwengels, Vorstand der Raiffeisenbank Oldenburg. Jeder VR-Gewinnsparer trage mit seinem Los zu dieser finanziellen Unterstützung bei.

LUST AUF SCHÖNE SCHUHE



Gabor®

WALDLÄUFER

eCCO ara

und mehr ... rieber

SCHUHHAUS sieling

Peterstraße 13
26160 Bad Zwischenahn
Telefon 0 44 03 / 22 88

Tauschbibliothek

„Lesetiger“ nennt sich die markante Tauschbibliothek der Interessengemeinschaft Lange Straße und umzu (InGe Lange), die sich an der Abbiegung Ecke Mühlenstraße befindet. In einer alten Telefonzelle können Lesefreunde Bücher tauschen und sich immer wieder mit neuem Lesefutter versorgen. Das Motto der Bezeichnung „Tauschbibliothek“ entsprechend ist: Ein Buch rein, eins raus. Leider wird das von einigen wenigen immer wieder missverstanden: Es werden kartonweise Bücher hineingestellt und die kleine Telefonzelle regelrecht zugemüllt. Die Tauschbibliothek ist nicht mit einem Altpapiercontainer zu verwechseln. „Auch tut man der Allgemeinheit nichts Gutes, indem man dort alte PC-Handbücher, uralte Schulbücher, schon optisch stark belastete Kochbücher, Schlager-CDs, die keiner haben will oder Ähnliches hineinstellt“, heißt es seitens der Interessengemeinschaft, die beständig unzählige Bücher entsorgen muss. Damit das kostenlose Angebot weiter bestehen kann, wird wiederholt dazu aufgerufen, nur ein gutes, lesbares Buch hineinzustellen, um im Gegenzug eines wieder mitnehmen zu dürfen.



Gastronomie Hotellerie rund um's Meer



Eine kulinarische Tour rund um den See

Rund um das Zwischenahner Meer gibt es eine feine Gastronomie, die ihren Gästen die gesamte kulinarische Palette bieten kann: Spezialitäten aus nationaler, internationaler und vor allem Ammerländer Küche und natürlich gemütliche Kaffeetafeln beim Stopp auf dem Rundgang ums Zwischenahner Meer.

**So schmeckt
der Frühling.**

Big Vegan TS



Bei McDonald's in
Bad Zwischenahn,
Pastor-Schulze-Straße 4

Täglich ab 10 Uhr (samstags, sonn- und
feiertags ab 11 Uhr). © 2021 McDonald's



KÄMPER⁵

GASTLICHKEIT AUS
TRADITION

Hotel • Restaurant • Café

*...mal wieder richtig fein Essen gehen –
Kämpers freuen sich auf Sie!
Tipp: Geschenkgutscheine
für kulinarische Erlebnisse.*

Georgstraße 12 • 26160 Bad Zwischenahn
Tel.: 04403/926-0 • Fax: 63797 www.hotel-kaemper.de





HOF VON BOTHMER

Frühstück & Café
 Tagungsmöglichkeiten
 Familienfeiern & Hochzeiten

www.hof-von-bothmer.de
 info@hof-von-bothmer.de • Telefon 04403 9363-0



RESTAURANT ZORBAS

GRIECHISCHE & INTERNATIONALE SPEZIALITÄTEN

GRIECHISCHES FLAIR AM MEER

...MITTEN IN BAD ZWISCHENNAH

IN DER HORST 21A
 BAD ZWISCHENNAH
 TEL. 04403/5475
 info@zorbas-zwischenahn.de
 www.zorbas-zwischenahn.de

DER IMBISS Rostrup

Unser Anspruch: Qualität auf Dauer



Neben dem EDEKA-Markt
 Telefon 0 44 03 / 78 44




Restaurant Dänenkroog & Hotel Hof von Oldenburg

Ihr Restaurant für ein festliches Essen mit Freunden, einen schönen Abend zu zweit oder ein Fest mit der ganzen Familie.

Durchgehend geöffnet

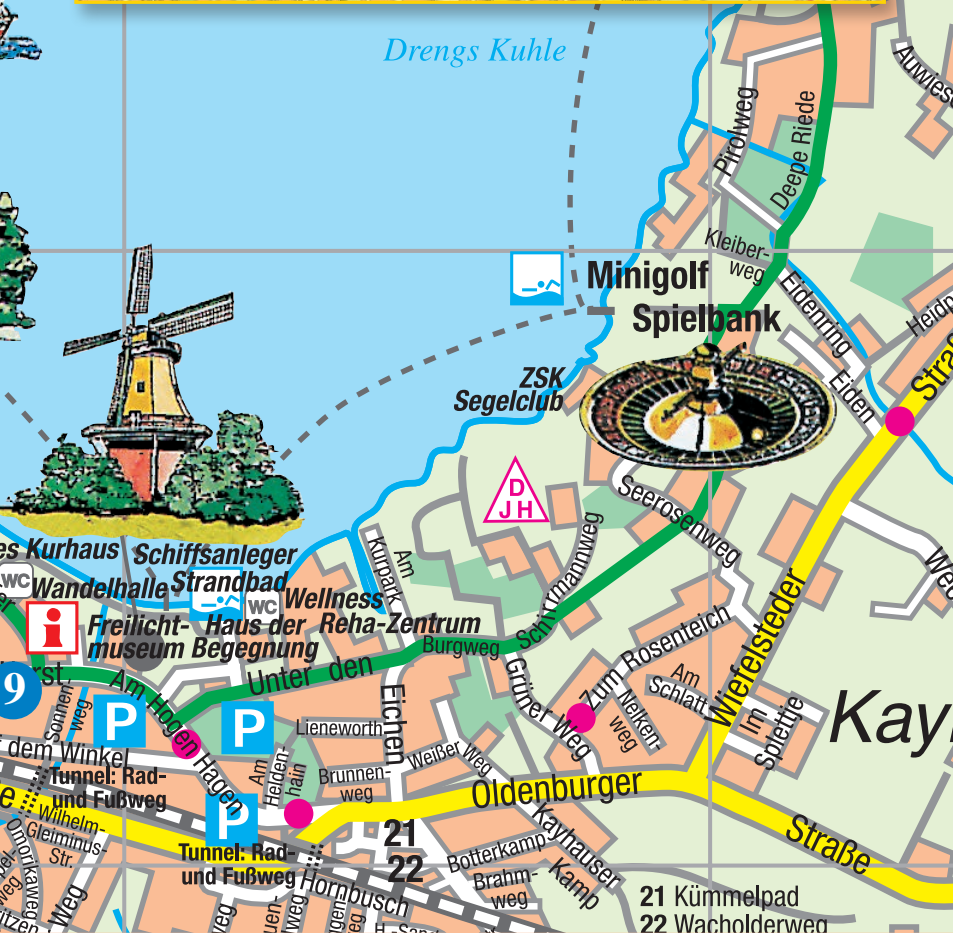
Am Brink 4 (Marktplatz), 26160 Bad Zwischenahn, Tel. 0 44 03 / 9 36 00
 kontakt@hof-von-oldenburg.de • www.hof-von-oldenburg.de



Strohhalme

Café • Bistro • Kneipe
 Premiere Sportsbar

Bahnhofstr. 5 • Tel. 04403/910101
 Geöffnet: Tägl. 10.00-2.00 h • Fr., Sa. bis 3.00 h



Bad Zwischenahn Journal vor 20 Jahren



Eine super Luftbildaufnahme vom Oldenburger Luftbildarchiv erzielte im Frühjahr 2001 das Titelbild des Bad Zwischenahn Journals. Inhaltlich wurde dann aber auch eine Schattenseite beleuchtet, die 20 Jahre später im Frühjahr 2021 leider schon wieder Realität werden könnte: „Das große Geschäftsterben“ war ein Thema. Über 20 leerstehende oder schließende Geschäfte der unterschiedlichsten Sparten wurden damals gezählt. Mögliche Ursachen: die überzogenen Mietpreise und mangelnde Kundenfrequenz.

Die Reiseseite entführte die LeserInnen nach Westkuba, es wurde der Beruf des Baumpflegers vorgestellt und noch einmal die Überalterung des Ortes in den Fokus genommen.

Seit 1997 berichtet das Bad Zwischenahn Journal über Leben, Leute & Lokales rund ums Meer und weit darüber hinaus. Zeit, auch mal einen Rückblick auf „alte Geschichten“ zu werfen. Was stand vor 20 Jahren im Bad Zwischenahn Journal?

„Transrapid auch durch Zwischenahner Gemeindegebiet?“ lautete die Überschrift zu einer Technologie aus dem Emsland, die die Chinesen letztendlich dankend übernommen haben.

Nicht fehlen durfte der Regattaplan mit der Übersicht der Wettkämpfe im Segelsport auf dem Zwischenahner Meer, Egon sien Döntjes sowie der neunte Beitrag über die Jugendarbeit in der Gemeinde.

2001 wurde der Ort zum „Kuhort“ mit lebendigen Kuhskulpturen – eine mega Attraktion. Außerdem berichtete das BZJ über die Arbeiten an der Landesgartenschau 2002, aus der später der Park der Gärten hervorgehen sollte.

Besondere Beachtung bekam auch der folgend abgedruckte Artikel über die Ergebnisse des Marketing-Spezialisten Christian Klotz, der den Ort näher unter die Lupe nahm:

**„Ein Ort, der Gäste haben will, muss lächeln“
Friedhof sei freundlicher als grausiger Marktplatz**

Publikum mit. Viele lobende Worte fand er für Bad Zwischenahn, aber auch eine Reihe von Kritikpunkten und Veränderungsvorschlägen. Hier eine Auswahl:

- Die Ortsbeschilderung müsse kundenorientierter werden. „Sie führen ja die Kunden am Ort vorbei und raus aus der City“ - große Hinweisschilder sollten auf die Innenstadt aufmerksam machen.
- Das Schild „Kurort, bitte Ruhe“ sei out, es vergraulte ja jeden Besucher, der jünger als 50 Jahre ist. Das Wort „Kur“ sei veraltet, es suggeriere dem Besucher alte, kranke Menschen und Langweiligkeit. Lebendigkeit, Spaß, Freude und Leute in den Straßen und vor den Schaufenstern seien angesagt. Das Schild müsse sofort entfernt werden.
- „Der Marktplatz ist ja eine Abschreckung für ganz Deutschland: mausgrau und grauslich, selbst der Friedhof mit seinen geschmückten und Gräbern ist freundlicher. Was sollen nur die Kanonenkugeln und die Pöller mit den Ketten?“ Der Marktplatz ein Treffpunkt der Bürger, müsse unbedingt mit verschiedenen Märkten, Kleinkunst oder mit Autos, die ja auch in der Farbe gehen, belebt werden.
- Freundlichkeit, Aufgeschlossenheit dem Gast gegenüber sei das Wichtigste für einen Kurort: „Ein Ort, der Gäste haben will, muss lächeln.“
- Keine Konzerthalle, kein Theater, kein Kongresszentrum nur eine „herrlich alte Wandelhalle und ein altes Wellenbad“ stellte der Experte fest.
- „Kein funktionierendes Parkleitsystem - die Beschriftung zu klein und kaum mit Brille lesbar.“ - Ärgerlich sind die teuren Parkuhren.“
- „Die Bahnhofstraße - eine Fußgängerzone ohne Fußgänger - es wird keine der Voraussetzungen für eine Fußgängerzone erfüllt - die Straße sollte sofort wieder geöffnet werden.“
- „Die Passage ist zu dunkel, zu alt - mehr Licht mehr Blumen mehr Musik“
- „Die Bahnhofshalle, ziemlich schrecklich - keine Information, dunkle, leere, geschlossene Räume - warum nicht Ausstellungen, zum Beispiel Bilder von Schülern?“
- „Der Tunnel hat keine Beschilderung, wirkt langweilig, zu dunkel - mehr Licht, Vitrinen aufstellen!“
- „Der Langenhof: Klein-Amerika, tolle Märkte; beleben nicht den Ortskern, bieten wenig Arbeitsplätze.“
- Die Ortschaften um den See würden nicht vermarktet.
- „Es müssen mehr Tagesbesucher kommen - Tagesbesucher bringen 50% des Umsatzes.“
- Der interessante und aufschlussreiche Vortrag von Christian Klotz und der anschließende informative Videofilm ließen die drei Stunden wie im Flug vergehen. Schade war nur, dass so wenig Ratsmitglieder Interesse an einem so wichtigen Thema zeigten.

WOHNEN MIT HOHEM ERHOLUNGSWERT - BAD ZWISCHENAHN

Die Firma Friedrichs Immobilien ist seit 1946 in Bad Zwischenahn tätig und damit das älteste Immobilien-Unternehmen im Kurort. Kaufinteressenten und Haus- und Grundstückseigentümer vertrauen unserer Kompetenz und Erfahrung gleichmaßen. Denn wir kennen den Immobilienmarkt rund um das Zwischenahner Meer und verfügen stets über ein sehr umfangreiches Angebot. Fachkundige, objektive Beratung und Betreuung stehen im Vordergrund. Unsere Verkaufsexperten sind äußerst informativ und übersichtlich. Gemeinsam mit sieben Mitarbeitern werden Sie optimal durch unsere Geschäftsführer Luder Kempmann und Hartmut Kahlen betreut.

LVME Versicherungen
„Riester-Rente“ nicht warten, jetzt starten
Wer jetzt startet, hat später mehr Rente.
www.riester-rente.de
Wir beraten und betreuen Sie gern:
Versicherungsbüro Hans-Georg Kreye
Versicherungsfachmann BWV
Bahnhofstraße 32
26160 Rastede
fon 04402 - 4066
fax 04402 - 4266
anzwkaan & praxisgericht
SERVICE
0171-5776870

immobilien Partner
rund um's Zwischenahner Meer
Friedrichs Immobilien
älteste Immobilienfirma im Kurort
In der Horns 2 • 26160 Bad Zwischenahn • Tel.: 0 44 03 93 28-0 • Fax: 0 44 03 93 39-39
www.immobiliens-friedrichs.de

G Töv maal even! esine vertellt

Sture Tiet!

Wat is dat för eene sture Tiet, in de wie nu läävt. Dor hett nümms mit räkend, dat us dat noch mal so gahn deer. Jeder Minsch op disse Welt mööt nu trüch stecken. Dat is dat eenzigste wat een beruhigen deit. Annere Lüe geiht dat ok nich beter at us.

Aver man ward jo kreativ. Annerlest hebbt miene Kolleginnen un ik us mal een Spoß dorvan maakt, wat alles so passieren kann, wenn man mal een Bookstaben bi't schrieven verdreihet. Dor hett man denn mit'n mal den urinierten Keerl na de Scheidung, oder den fruchtbaren Mörder. Dor giff dat bestimmt noch mehr Bispile. Kannst mal över nahdenken. Denn hest du wat to doon un Spoß makt dat ok noch!

Dat Leven is nun bi fast alle glik. Na de Arbeit gahn oder Homeoffice, Inkööpen un denn woller na Huus. Ik frei mi, dat ik wenigstens noch Inkööpen gahn kann. Dat mööt ok ja flink gahn, aver dor kann man sik denn doch de een oder annere Freid mitnehmen. För den Een is dat Schokolade un för den annern is dat een Spirituose. Im Moment stah ik jo op Gin. Ik hebb irgendwo leest, irgendwann giff alln's een Gin. Dat stimmt. Tomindest süht man denn nich allns mehr so swart.

Bi annere is dat Homeschooling een besünnere Herausforderung. Miene Fründin hett den Jüngsten in Huus un meent, Physik un Chemie weer nich jüst ehre Kernkompetenz. Leider ok nich bi ehren Jung. Se glööv nu, wenn se mal vör dat jüngste Gericht steiht, mööt se sik bestimmt för dit Defizit veantwurten. Ik glööv dat



nich, aver wenn, denn is dat ja Gott sei dank noch lang hen.

Nu is dat Theater mit de Hotline losgahn un all Lüe, de över 80 sünd, schüllt dor nu anropen un sik een Termin to'n Impfen geven laten. Us Oma is all ganz wuschig. Se sitt stundenlang an't Telefon, geiht blot's op lesten Drücker na'n Klo

*Dorüm hebb ik mi nu
vornahmen positiv to denken un
blots noch dat Goode to sehn.*

und anners maakt se nix, uter sik doröver opregen, dat se bi de Hotline nich dörkummt. Ik weet, dat is nich so einfach, aver alle Lüe, de sik impfen laten wüllt, de weerd ok impft. Natürlich nich alle an'n eersten Dag, aver eben doch alle. Mien Dochter seggt, se find dat good, dat Oma mal marken deit, wi dat is, wenn man an den ersten Verkoopsdag van Robbie

Williams Korten versöcht, över eene Hotline an Konzertkarten to kamen. Se weet nämlich genau, wi Oma sik föhlen deit, denn se hett dat all faken beleevt.

Un denn noch dat Weer. Regen, Schnee, wat hebbt wi nich all alln's hat. Dat kann blot's noch beter weer. Een öller Fro sär annerlest to mi, dat weer at in'n Krieg. Blot vandagen sitt wi warm, hebbt Fernseh, Radio un Telefon, wat to Eeten, sitt nich in'n Dunkeln un brückt kiene Angst to hebben. Se meen, dat geev noch vääll Schlimmeret un se harr dat all beleevt. Ik hebb dor lang över nahdacht. Ik hebb den Krieg nich beleevt, aver miene Öllern un Grootöllern. Se hebbt dor faken van vertellt, aver bestimmt nich alles. Ik much nich weeten, wat eenige Minschn alln's dörmokt hebbt. Dorüm hebb ik mi nu vornahmen positiv to denken un blots noch dat Goode to sehn. De goode Schokolade, den gooden Gin.

Ik glööv, ik schriev nu nich wieter un kööp mi eers mal bi mien Edekamann een gooden Buddel Gin. Dorvan hett he een riesige Utwahl un ik hebb se noch nich alle döör.

Na, denn Prost un bit tokamen mall!

Ja Gesine



Erfüllen Sie sich mit uns Ihren Immobilienwunsch!

Vielfältige Angebote finden Sie auf unserer aktuellen Homepage!






Exklusiv-Partner der:  Volksbank Oldenburg eG

Georgstraße 2 A • Bad Zwischenahn • Tel: 04403-93390
Lange Straße 91 • Oldenburg • Tel: 0441-9721350
www.immobiliens-friedrichs.de

Meditieren für den Waldschutz



NEUERÖFFNUNG

Physiofit
BAD ZWISCHENNAHN

- Krankengymnastik
- Klassische Massage
- Manuelle Lymphdrainage (MLD)
 - Wärme- und Kältetherapie
 - Wellnessmassage
 - Personal-Training
- Haus- und Heimbesuche

Am Langenhof 14 • 26160 Bad Zwischenahn
Tel. 0 44 03 / 91 05 20 • info@physiofit.care

*Gemeinsam setzen sich die Kooperationspartner dafür ein ein Bewusstsein für Natur und Naturschutz zu schaffen
Foto: djd/www.wwf.de/Thomas Stephan*

Mit einer App den Wald ins Wohnzimmer holen und genießen

(djd). Der Wald ist Sehnsuchtsort vieler Menschen. Er hilft, dem Alltagsstress zu entfliehen und hat zudem eine gesundheitsfördernde Wirkung. Bereits ein gemütlicher Spaziergang reicht aus, um die Natur vor Ort mit allen Sinnen zu genießen. Wenn das nicht gelingt, weil etwa das Wetter nicht mitspielt, kann sich nun jeder dank eines neuen Angebots den Wald direkt ins heimische Wohnzimmer holen – und dabei meditieren.

Waldmeditation im Wohnzimmer

Gemeinsam haben die Naturschutzorganisation WWF und die Meditations-App 7Mind eine Waldmeditation entwickelt. Nutzer der App können sich die Wald-Entspannung ab sofort direkt auf ihr Handy laden und beim Meditieren im Wohnzimmer oder an einem anderen Lieblingsort die Natur jederzeit bewusst erfahren. Die angeleitete Meditation wird begleitet von Klängaufnahmen aus dem Schwarzwald, einer Projektregion des WWF. Sie dauert zehn Minuten

Meditieren für den Waldschutz

Spendenaktion unterstützen

(djd). Wer für den Naturschutz Gutes tun möchte, sollte sich den März 2021 vormerken: Passend zum Internationalen Tag des Waldes am 21. März gibt es in diesem Monat eine Spendenaktion. Nehmen im März mindestens 20.000 Personen an der Waldmeditation teil, spendet 7Mind 7.000 Euro an den WWF.

und ist damit bestens geeignet, um auch an besonders stressigen Tagen Ruhe und Entspannung zu finden. Die Meditations-App kann bei Google Play oder im App Store heruntergeladen werden.

Nähere Information finden Interessierte unter www.wwf.de/waldmeditation. Während der Kooperation bis Ende März 2021 steht die Waldmeditation Nutzern kostenfrei zur Verfügung.

Natur braucht Achtsamkeit

Mit der Meditation wollen die beiden Partner auf die Bedeutung der Wälder als wesentliche Lebensgrundlage aufmerksam machen. „Wälder beheimaten rund 80 Prozent aller an Land lebenden Arten, sind Rohstofflieferant und bestimmen unverzichtbar den Wasserkreislauf sowie das Weltklima“, erklärt Silke



Der Stimme der Natur lauschen: Die Meditation wird begleitet von Klängaufnahmen aus dem Schwarzwald. Foto: [djd/www.wwf.de/Ralph Frank](http://djd/www.wwf.de/Ralph%20Frank)

Hahn, Projektleiterin beim WWF Deutschland. Ein Besuch im Wald helfe, ein Bewusstsein für die Natur zu erlangen. „Damit sie erhalten bleibt, ist die Natur gleichzeitig

darauf angewiesen, dass Menschen achtsam mit ihr umgehen“, so Hahn. Achtsamkeit und Naturschutz seien eng miteinander verbunden.

Wellness | Beauty | Anti-Aging

Individuelle Hightech Kosmetik mit sichtbaren Ergebnissen in perfektem Ambiente



Aufgrund der hohen Anfragen reservieren Sie bitte telefonisch oder online Ihren persönlichen Termin schnellstmöglich!

MEDICAL Ästhetik Spezialbereiche:

- **REVIDERM Mikrodermabrasion**
Die perfekte Peeling-Pflege der Extraklasse
- **HIFU-Ultraschall Lifting**
Perfektes Lifting ohne OP
- **ONETEC / RPM Medical**
Kosmetische Hautprobleme in Sekunden lösen
Couperose, Fibrome, Spinnenmal, Blutschwämmchen
- **Permanent Make up**
Kosmetisch: Lippe, Lider, Braue Härchenzeichnung
Medizinisch: Brustwarze, Narben, Haarausfall

KATALINKNIEPER
KOSMETIK- & SCHULUNGSZENTRUM

Termin telefonisch: **04403-6021348**

Eva-Lessing-Str. 2a | 26160 Bad Zwischenahn | www.katalinknieper.de

Der Beauty-Tipp von Katalin Knieper

Kosmetikerin und Inhaberin
des gleichnamigen
ästhetisch und
medizinischen
Kosmetikinstituts



UV-Schutz vor Frühlingssonne



Sobald die ersten Sonnenstrahlen im Frühling durch die Wolkendecke dringen, zieht es uns nach draußen. Doch an einen Sonnenschutz denken dann viele nicht. Aber auch jetzt müssen wir unsere Haut vor Sonnenstrahlen schützen. Im Frühling ist die Haut durch die langen Wintermonate sonnenentwöhnt. Das bedeutet, dass die hauteigenen Sonnenschutzmechanismen nicht greifen. So muss beispielsweise die Lichtschiele, die UV-bedingte Verdickung des stratum corneum (oberste Hautschicht), erst neu aufgebaut werden. Ferner hat unsere Haut nach den meist dunklen Wintermonaten nur eine geringe Pigmentierung. Das Melanin, das als Lichtschutzfaktor für die Zellen fungiert, muss erst produziert werden.

Die Haut ist im Frühling also besonders lichtempfindlich. Es ist daher ratsam, sie erst langsam auf die Sonnenbelastung vorzubereiten. Daher sollten auch bereits früh im Jahr Sonnenschutzregeln beachtet werden: Bei längerem Aufenthalt im Freien sowie beim Joggen, Radfahren oder Wandern sollte immer ein dem Hautphototyp entsprechender Sonnenschutz aufgetragen werden. Der Hautphototyp sagt aus, welchen Eigenschutz die Haut mitbringt. So haben besonders Menschen mit sehr heller Haut einen Eigenschutz von höchstens zehn Minuten, sonnenempfindliche ca. 20 Minuten und normal bräunende rund 30 Minuten. Die Eigenschutzzeit multipliziert mit dem eingesetzten Lichtschutzfaktor ergibt die Zeit, in der man sich dem Sonnenlicht aussetzen kann, ohne einen Sonnenbrand zu riskieren. Dies gilt jedoch nur dann, wenn der UV-Index in einem normalen Niveau liegt. Ist dieser erhöht, steigt auch die Sonnenbrandgefahr.



Zentrum für ganzheitliche Balance UG

Energiebalance für Körper, Geist und Seele

- * individuell abgestimmte Balance-Konzepte
 - * Vitalisierungs-Check mit dem IQWell
 - * Energetische Harmonisierung des Wirbelsäulensystems
 - * Meditationen * Coaching / Mentoring
- Geschenkgutscheine bitte tel. bestellen

Neue Anschrift: Diekweg 64 26160 Bad Zwischenahn
Telefon 0171 4515 690 www.lindenthal-hoppe.de

Moderne Nerven Chirurgie – Minimal invasive OPs

Die Fachärzte von HPC Oldenburg haben sehr viel Erfahrung in der peripheren Nerven Chirurgie. Im Laufe ihrer langjährigen Tätigkeit haben sie spezielle minimal invasive Operationstechniken entwickelt, die die Grundlagen für modernste Behandlungsmethoden bilden.

Das Ziel der peripheren Nerven Chirurgie ist es, durch Druckentlastung die Schmerzen zu lindern oder zu beseitigen, und die Funktion wieder herzustellen. Bei Nervenverletzungen werden die Nerven durch mikrochirurgische Nähte oder Transplantation wieder hergestellt. Schmerzhaftes Neurome können so verlagert werden, dass sie im besten Fall keine Symptome mehr verursachen, oder dass die Beschwerden deutlich gelindert werden.

Wir sind für Sie da bei:

- Karpaltunnelsyndrom
- Kubitaltunnelsyndrom
- Morton Neuralgie/Tarsalgie
- Supinatorlogensyndrom
- Tarsaltunnelsyndrom
- Pronator-teres-Syndrom
- Wartenberg-Syndrom
- Loge de Guyon-Syndrom
- Kiloh-Nevin-Syndrom
- Peroneuslähmung am Unterschenkel

www.hpc-oldenburg.de



Dr. med. Michael Wrobel

HPCOLDENBURG
HAND- UND PLASTISCHE CHIRURGIE

DR. MIKE RÜTTERMANN | DR. ANDREAS SETTJE
DR. THOMAS WERMTER | DR. MICHAEL WROBEL

Handchirurgie | Plastische Chirurgie | Ästhetische Chirurgie

Kaiserliche Post • Poststraße 1 • 26122 Oldenburg
Telefon: 0441 4086855 • info@hpc-oldenburg.de
www.hpc-oldenburg.de

INFRAROTKABINEN VON SANATHERM

Jetzt ganz entspannt Ihr Immunsystem stärken



Vorteile von Infrarotkabinen

- ✓ stärkt Herz & Kreislauf
- ✓ wohltuend für Gelenke & Venen
- ✓ entspannend bei Rückenproblemen
- ✓ nie mehr kalte Füße

Wir beraten sie gerne
telefonisch unter:
04403 81680

Täglich von zu Hause aus – z. B. mit unserem Modell Sylt
Panorama. Weitere Modelle finden Sie unter www.sanatherm.de

Sanatherm Wellness-Geräte GmbH
Tel.: 04403 81680 • Mail: mail@sanatherm.de • www.sanatherm.de

SANATHERM[®]
Bad Zwischenahn

Ihr Spezialist für Infrarotkabinen

Open Air am Meer 2021

Große Aktionen
früh angekündigt
im BZ-Journal

Vereine, Verbände und Institutionen haben während des Lockdowns geplant und organisiert, um 2021 den Ort mit attraktiven Veranstaltungen zu bereichern.

Auf folgende Ereignisse dürfen sich Zwischenahner und Gäste – vorbehaltlich der aktuellen Corona-Verordnungen – schon jetzt freuen:

· April ·

17. April

Saisonstart im Park der Gärten
Auftritt gelebter Gartenkultur und zahlreichen Veranstaltungen über das ganze Jahr
www.park-der-gaerten.de

· Mai ·

1. und 2. Mai

PflanzenWELTEN
Pflanzenmarkt und Gartenflohmarkt
Park der Gärten



29./30. Mai

Bricks am Meer



Lego-Ausstellung
Wandelhalle

· Juni ·

4. bis 6. Juni

Musik im Park
mit Shanty-Festival am 6. Juni
Verschiedene Künstler und Musik-Genres vor der Kulisse des Zwischenahner Meeres Kurpark

· Juli ·

4. Juli

ZwischenArt
Kunstmeile hinterm Alten Kurhaus
Verein der Kunstfreunde BZ

8. und 9. Juli

Jahreskonzert Orchester Bad Zwischenahn
Blasorchester mit etwa 35 Musikerinnen und Musikern
Blasmusik, Jazz, Swing, Pop, Film, Musical und Sinfonien
Wandelhalle

17. Juli

Lichternacht im Kurpark



Lichtspektakel am See

21. – 23. und 28. – 30. Juli

Spielewelten
OLB-Spielewelten für Kinder
Park der Gärten

· August ·

bis 12. September

Illumination im Park
inspirierendes Gartenlicht-Design und spannendes Eventlicht verzaubern den Park der Gärten

Samstag, 7. August
Quer durchs Meer



Großes Freiwasser-Schwimmevent
DLRG

11. bis 15. August

Bad Zwischenahner Woche
Party und Programm im ganzen Ort
Bad Zwischenahner Woche e.V.

18. bis 21. August

Dr. Schüßler Gesundheitstage
Zahlreiche kostenfreie Vorträge zum 200. Geburtstag von Dr. Schüßler
www.doktor-schuessler.de

· September ·

bis 12. September
Lichtzauber im Park



inspirierendes Gartenlicht-Design, spannendes Eventlicht und originelle Kunstinstallationen verzaubern den Park der Gärten
Foto: Smit

· Oktober ·

2. bis 4. Oktober
virtueller Herbstlauf
TuS Ofen

3. und 4. Oktober
Herbstmarkt
Produkte aus dem Pflanzen-, Obst- und Gemüseanbau sowie weiteren regionalen Erzeugnissen
Park der Gärten

30. und 31. Oktober
Gesundheits- und Seniorenmesse
Fachmesse mit zahlreichen Ausstellern
Sozialverband VdK
Wandelhalle

· November ·

26. bis 28. November
Ammerländer Skattage
Skatclub Weiße Taube e. V.
Wandelhalle

· Dezember ·

27. November bis 6. Januar 2022
Bad Zwischenahner Lichterwochen
Mehr als 130 funkelnde Weihnachtsbäume im gesamten Ortszentrum und Kurpark
Mit Markt im Advent

Zu Gast im Park 2021

19. Mai | Götz Alsmann & Band
„Götz Alsmann singt Lieder der Liebe“

20. Mai | Arnd Zeigler
„Dahin, wo es weht. Zeiglers wunderbare Welt des Fußballs - LIVE“

21. Mai | The Magnets
„90s Rewind“
A Cappella-Popsound mit Balladen und Rocksongs, Jazz-Arrangements und neu interpretierten Klassikern von Elvis bis Deep Purple

27. Mai | Wladimir Kaminer
„Rotkäppchen raucht auf dem Balkon“

28. Mai | Peter Heppner
„Sommer-Show 2021“

7. Juni | Die Feisten
„Sommerspezialprogramm“
SongComedyDuo mit Auszeichnung

25. Juni | Gartenparty
Zwei Tanzflächen, coole Musik, chillige Sitzgelegenheiten, Cocktails, Kaffee & Drinks

30. Juni und 1. Juli | Rudelsingen
„Das 5. Zwischenahner Rudelsingen“
Lieder zum Mitsingen mit David Rauterberg, Sänger/Gitarrist und Pianist Philip Ritter

25. Juli | The Dublin Legends
Stimmung wie im Irish Pub:
Mischung aus alten Folk-Klassikern und neuen Arrangements

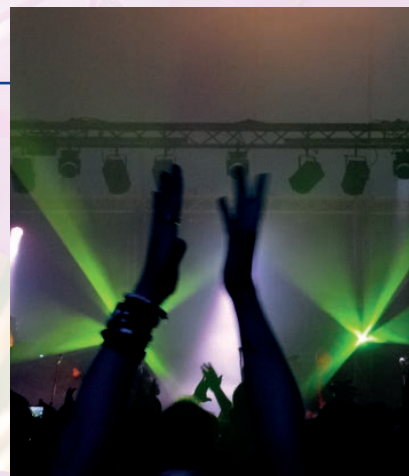
31. Jul | 9. Komische SommerNacht Bad Zwischenahn

6. August | Laith Al-Deen
„Sommer Open Air“
Handgemachte Popmusik mit emotionalen Songs

7. August | Element of Crime
„Schafe, Monster und Mäuse“
34 Jahre Mix aus Folkrock, Blues, Artrock und Krachorgie (ausverkauft)

8. August | Element of Crime
(Zusatzshow)

18. August | „Queen Revival Show“ performed by Break Free



27. August | Bastian Bielendorfer
„Lustig, aber wahr!“

2. September | Dietmar Wischmeyer
„Zeltmission 2021“

4. September | Klaus Hoffmann
„Klaus Hoffmannsing Brel“
Konzertabend mit Jacques Brel-Chansons in deutscher Sprache, begleitet von Hawo Bleich am Flügel

Weitere Infos:
www.mitunskannmanreden.de

Angaben ohne Gewähr. Außerdem finden viele weitere kleinere Veranstaltungen statt. Bitte beachten Sie auch den aktuellen Veranstaltungskalender in diesem Magazin.

Der freie Journalist Joachim Mittelstaedt stellt auf der „Bücher & mehr“-Seite interessante literarische Entdeckungen vor. Darunter immer ein Werk mit direktem Bezug zu Wind, Wasser & Wellen – das „Buch mit Meeresrauschen“.

Viel Spaß beim Schmökern!



Buch mit Meeresrauschen

WIEDERSEHEN IN DER KLEINEN INSELBUCHHANDLUNG

Von Janne Mommsen

Es gelingt Janne Mommsen immer wieder, leichte und schöne Themen für den Lesesessel am Kamin oder den Strandkorb perfekt aufzuladen mit Sehnsüchten und Erinnerungen.

Nach zwanzig Jahren kehrt der Krimiautor Hauke zurück auf die Nordseeinsel seiner Kinderzeit. Hier hatten sich einst seine Freunde Wiebke, Kai und Nicole während ihrer unbeschwernten Kindheit ewige Treue geschworen. Und dass sie für immer zusammen auf ihrer Insel bleiben würden.

Hauke soll in der kleinen Inselbuchhandlung seinen neuen Krimi vorstellen. Dabei trifft er auf die drei ehemaligen Freunde der Clique, die sich allesamt, trotz ihres ‚Kindheitsschwurs‘, aus den Augen verloren haben. Kann es gelingen, alles noch einmal ‚auf Anfang‘ zu stellen und die Wunden von Trennung und Auseinanderleben noch einmal heilen zu lassen? Irgendwie scheint bei allen Vieren eine intensive Sehnsucht danach zu bestehen. Aber hat nicht alles irgendwie seine Zeit?

„Wiedersehen in der kleinen Inselbuchhandlung“ ist bei rowohlt Polaris erschienen und kostet 14,99 €.



Grün und Bunt

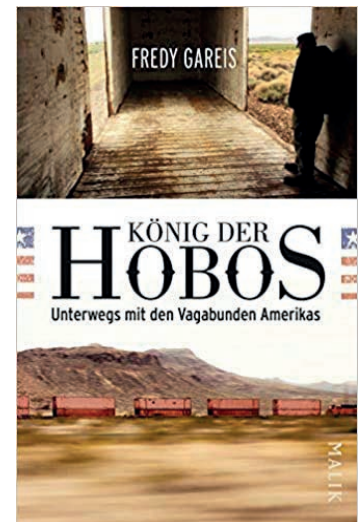
GÄRTEN DES JAHRES

Von Hanne Roth und Konstanze Neubauer

50 Gartenporträts über die schönsten Privatgärten im deutschsprachigen Raum mit vielen tollen und großformatigen Fotos. Es ist dies die wunderschön gestaltete Dokumentation zum Wettbewerb „Gärten des Jahres 2021“. Gerade jetzt, in der dunklen und manchmal kalten Jahreszeit, kann man sich mit dem opulenten Band voller Erwartungen darauf freuen, wie es bald wieder an vielen Stellen blüht und grünt. Und man kann an Hand der vielen konkreten Ideen planen, damit es so richtig losgehen kann, wenn jetzt der Spaten und die Hacken wieder ausgepackt werden.

Eine renommierte Jury aus Gartenplanern, Garten-Organisationen und Redakteuren hat die besonders gelungenen Privatgärten ausgewählt. Natürlich verfügen alle über einen sehr eigenen Stil. Neben Größe, Budget und Anspruch wächst es ja auch nicht immer so, wie die Besitzer das gerne hätten. Natur eben. Aber schön sind sie alle, die Gärten. Und wer den Band durchblättert, wird eben immer wieder jede Menge Anregungen für seine eigene Scholle, ob nur wenige Quadratmeter groß oder auch riesig, bekommen. Ein Ideengeber für jeden, der Tipps für seinen grünen Daumen sucht.

„Gärten des Jahres“ gibt es bei Callwey. Das Buch kostet 59,95 €.



Auf der Suche nach dem Leben

KÖNIG DER HOBOS UNTERWEGS MIT DEN VAGABUNDEN AMERIKAS

Von Fredy Gareis

Die Hobos, Menschen, die sich als blinde Passagiere immer wieder auf Frachtzügen entlang der Schienenwege durch die USA machen, pfeifen auf den amerikanischen Traum. Ihr wisst schon, die Sache mit den Tellerwäschern, die es zum Millionär bringen. Natürlich sind sie nicht immer und nicht in jedem Fall ganz freiwillig unterwegs. Sie werden von diesem unbändigen Wunsch nach Freiheit und Selbstbestimmung getrieben. Immer auf der Suche nach diesen Gefühlen und ständig auf der Flucht vor ‚rechtschaffenen‘ Bürgern und der Polizei.

Gareis, der es mit seinen sehr unterschiedlichen Reisetemen längst an die Spitze sensibler Reiseliteraten geschafft hat, war über drei Monate mit diesen Überlebenskünstlern unterwegs. Ihm ist hier eine lesenswerte Reportage voller Tragik und auch Komik gelungen, eine Reportage über eine unbekannte Parallelwelt. Aber auch darüber, wie kaputt einen Menschen Verachtung, Einsamkeit, Rastlosigkeit und das Fehlen von ‚Heimat‘ machen können.

„König der Hobos“ ist bei Malik erschienen und kostet 13,00 €.



Imposantes Gebäude am Südwestufer: das ehemalige Offizierskasino.
Foto: Lennard Bünning

Seegrundstücke wechseln Besitzer

TB. Es tut sich was am Ufer des Zwischenahner Meers: Zwei Seegrundstücke in bester Lage wechseln den Besitzer. Zum Verkauf steht das ehemalige Offizierskasino in Rostrup – die Immobilie des Vereins „Erholungshilfe Sozialtherapeutische Erlebnisreisen“ in Kayhausen hat bereits einen Käufer gefunden.

Zu dem denkmalgeschützten Gebäude des Offizierskasinos auf dem früheren Bundeswehrkrankenhausgelände in Rostrup gehören 60.000 Quadratmeter Grundstück und eine Bootsanlegestelle. Beplant wird das gesamte Gelände von der Gesellschaft Palais am Meer gemeinsam mit der Berliner Aktiengesellschaft The Grounds Real Estate. Die Anzeige des Rasteder Immobilienmaklers Mayer & Dau verspricht „herrschaftliches Wohnen direkt am Zwischenahner Meer“. Das 1913 errichtete Kasino-Gebäude ist auch als Klingenberg-Villa bekannt, benannt nach seinem Erbauer, dem Architekten Ludwig Klingenberg.

Laut Makler wäre es neben der Nutzung als Wohnhaus möglich, dass Gelände und Gebäude teilweise für die Öffentlichkeit zugänglich zu machen. Hierzu soll es einen Austausch mit der Kommune geben. Derzeit ist das



Ebenfalls ein „Sahnestück“ am See: das Gelände plus Immobilie der Erholungshilfe am Südostufer.

Foto: Sarah Bünning

Gebäude noch vermietet und bewohnt. Zu dem Hauptgebäude mit 570 Quadratmetern Wohnfläche gehört ein ehemaliges Lehrsaalgebäude, das unter Bestandsschutz steht. Das Angebot umfasst auch das in Teilen verfallene Bootshaus mit einem eigenen Grundstück, das durch den Seerundwanderweg vom eigentlichen Areal getrennt ist. Der Wanderweg soll in jedem Fall bestehen bleiben. Das zweite Objekt in bester Lage liegt in Kayhausen, am Südost-Ufer des Zwischenahner Meeres. Der Verein „Erholungshilfe Sozialtherapeutische Erlebnisreisen“ aus Hannover hat sich aufgelöst und damit auch seine Liegenschaft am Seerosenweg in Bad Zwischenahn aufgegeben. Seit April 2007 hatte der Verein Menschen mit Behinderung das Reisen, unter anderem nach Bad Zwischenahn, ermöglicht. Die Immobilie nahe der Jugendherberge wurde 1968 ursprünglich als Müttergenesungsheim erbaut und ist nun in Besitz der Oldenburger Projektentwickler Linden Projekt GmbH. Der neue Eigentümer will die soziale Komponente in ein neues touristisches Konzept einfließen lassen. Außerdem soll das Gebäude aufgewertet und für Radfahrer sowie Spaziergänger geöffnet werden. Bis zum Schluss des Bildungsjahres Ende Juli nutzt das Bildungszentrum Bau-ABC Rostrup die Räumlichkeiten.



Fischgeschäft & Restaurant

Neu am Voraalberg!
mit Spezialitäten in bewährter
Bruns-Qualität
- direkt an der Räucherei
Tischreservierung Telefon 04403-3131

Alle Aale alle?

AALBRUNS



Friedrich Bruns
Aalräucherei, Fisch & Feinkost
Feldlinie 5, 26160 Bad Zwischenahn
Tel. 04403 3131, www.aal-bruns.de
Mo-Fr: 10-18 Uhr, Samstag: 10-14 Uhr



Kurort-News

Neuer Gesetzentwurf

Niedersachsen. Ein neuer Gesetzentwurf des Bundesministeriums für Gesundheit sieht vor, dass ambulante und stationäre Vorsorgeleistungen in anerkannten Kurorten zukünftig von Ermessens- in Pflichtleistungen der Krankenkassen umgewandelt werden sollen. Der Heilbäderverband Niedersachsen mit Sitz in Bad Zwischenahn und der Deutsche Heilbäderverband setzen sich schon seit Jahren dafür ein.

„Ob heilklimatischer Kurort, Moorheilbad, Mineralheilbad oder Thermalheilbad - die deutschen Heilbäder und Kurorte sind europaweit qualitätsführend und gelten als Kompetenzzentren für Prävention und Gesundheit“, sagt Norbert Hemken, Vorsitzender des Heilbäderverbandes Niedersachsen und Zwischenahns Kurdirektor. Zum Vergleich: Noch vor der Gesundheitsreform Mitte der 1990er Jahre wurden bundesweit rund 900.000 ambulante Kuren verschrieben. Danach mussten sich die Kurgesellschaften praktisch neu erfinden. Im Jahr 2019 gab es nur rund 30.000 ambulante Vorsorgeleistungen.

Spa-Kampagne

Bad Zwischenahn. Neben Baden-Baden und Wiesbaden wird Bad Zwischenahn in diesem Jahr Premiumpartner der weltweiten Kampagne „German.Spa.Tradition. 2021“ der Deutschen Zentrale für Tourismus (DZT). „Wir haben große Pläne für die Zeit nach den Corona-Beschränkungen“, sagt Kurdirektor Norbert Hemken. „Die Aktion wird Bad Zwischenahn überregional bekannter machen und unsere touristische Wertschöpfung ausweiten - Marktanteile werden in der Krise erarbeitet.“

Kneipp-Kurort

Bad Zwischenahn

Bad Zwischenahn. Passend zum 200. Geburtstag von Sebastian Kneipp will Bad Zwischenahn nun Kneipp-Kurort werden. Norbert Hemken, Geschäftsführer und Kurdirektor, hat den umfangreichen „Antrag auf staatliche Anerkennung“ persönlich an Claudia Simon, Leiterin der Abteilung Mittelstand im Niedersächsischen Ministerium für Wirtschaft, Arbeit, Verkehr und Digitalisierung, übergeben. Sollte dem Antrag entsprochen werden, darf sich Bad Zwischenahn zukünftig „Kneipp-Kurort“ titeln. „Die Auszeichnung wird Bad Zwischenahn als hochprädikatisierten Touristikstandort für die Zukunft weiter stärken“, sagt Hemken. Fest steht bereits: Noch im Frühjahr wird vor dem neuen Gebäude der Onkologischen Rehabilitation im Reha-Zentrum am Meer das neue Kneipp-Becken eingeweiht.

Dr. Norbert Hemken übergibt den „Antrag auf staatliche Anerkennung als Kneipp-Kurort“ an Claudia Simon vom Niedersächsischen Ministerium für Wirtschaft, Arbeit, Verkehr und Digitalisierung.

Spruch des Quartals

*Lesen ist für den Geist,
was Gymnastik
für den Körper ist.*

Joseph Addison

Multifunktionale Trinkwasser- armaturen

(djd-k). BRD. Der Platz auf deutschen Küchenarbeitsplatten ist hart umkämpft. Hier steht neben der Brotschneide- und der Kaffeemaschine in vielen Fällen ein Wassersprudler, dazu ein Wasserfilter und ein Wasserkocher. Platzsparender und zugleich praktisch in der Handhabung sind multifunktionale Trinkwasserarmaturen, die mehrere Geräte in einem vereinen. Das Modell Re.Source von Rehau beispielsweise stellt auf Knopfdruck gefiltertes, gekühltes, kochend heißes oder Sprudelwasser bereit.

Beim Kauf sollte man darauf achten, dass die Trinkwasserarmatur über eine getrennte Wasserführung verfügt.



Unter www.rehau.de/trinkwasserarmatur findet man eine Übersicht über verschiedene Modelle.

Mieter-Gütesiegel

Hannover/Ammerland. Um eine bessere Orientierung bei Wohnungsangeboten zu bekommen, gibt es jetzt das Mieter-Gütesiegel „MEINFAIRMIETER“. „Das Angebot an günstigen Wohnungen ist rar. Gerade Neuvermietungen nutzen viele Vermieter, um Maximalmieten zu erzielen“, sagt Matthias Günther, Leiter des in Hannover ansässigen Pestel-Instituts und Mitinitiator der neuen Kennzeichnung. Es ist allgemein kaum Wohnraum für Geringverdiener vorhanden.

Auch im Ammerland ist dies zunehmend ein Problem: Die vom Job-Center getragenen Mieten für Single-Haushalte stiegen innerhalb von gut sechs Jahren um 19,8 Prozent, während die Verbraucherpreise in diesem Zeitraum nur um 6,5 Prozent zulegten. „Bei den Mieten wird oft rausgeholt, was rauszuholen ist. Dabei bauen Vermieter auf die Job-Center als zuverlässige Zahlstelle. Diese übernehmen zwar nur die Kosten für Wohnungen einfachen Standards. Auf genau diese Wohnungen sind aber nicht nur Hartz-IV-Empfänger angewiesen, sondern eben auch die vielen anderen Haushalte mit niedrigen Einkommen“, so Matthias Günther. Die Wohnungsmarkt-Analyse für den Landkreis Ammerland habe ergeben, dass letztlich eine unzureichende Wohnungspolitik dazu geführt habe, dass Ende 2019 im Landkreis Ammerland knapp 1.600 Wohnungen fehlten.

Mehr Informationen unter: www.meinfairmieter.de



Eiszeit

Bad Zwischenahn. In diesem Jahr froh das Zwischenahner Meer nach rund neun Jahren tatsächlich wieder komplett zu. Die Deutsche Lebens-Rettungs-Gesellschaft (DLRG) hatte zwar vor dem Betreten des Sees gewarnt, aber trotzdem wagten sich im Februar hunderte Personen auf die riesige Eisfläche. Die meisten Menschen blieben in den Uferbereichen, einige begaben sich leichtsinnigerweise auf die Seemitte und damit unbemerkt in Lebensgefahr. Zu ernsthaften Notfällen kam es glücklicherweise dennoch nicht.



Auch die Eissegler konnten endlich wieder ihren Sport ausüben.

Nach kurzer Zeit war der Zauber nur noch ein Traum, denn sieben Tage später stiegen die Temperaturen um nahezu 30 Grad an.




Jagdkalender

Die Zwischenahnerin Anke Wragge brachte einen Jagd-Taschenkalender heraus. In einem handlichen A5-Format finden sich auf 92 Seiten neben doppelseitigen Wochenkalendarien viele Informationen rund um die Jagd. Es sind Mondphasen, tägliche Uhrzeiten von Mond- und Sonnenauf- und Untergängen sowie Feiertage aufgeführt. Zudem ist ausreichend Platz für Notizen und Erinnerungen vorhanden. Die Herausgeberin hat zudem auch die gesetzlichen Jagdzeiten speziell für Niedersachsen in einer extra Grafik veranschaulicht. Jäger finden in dem Kalender sogar Schussbuchseiten als Tagebuch.

Der Jagdkalender umfasst den Zeitraum von März 2021 bis März 2022 und ist zum Preis von 20 Euro direkt bei der Herausgeberin unter der Telefonnummer 0170 8975390 oder unter der E-Mail-Adresse anke@wragge-werbebuero.de erhältlich.



Bad Zwischenahn Journal Rätsel

 <p>Bad Zwischenahn OT Rostrup Elmendorfer Str. 7 Tel. 0151 21214762 info@cornbay.info</p>				Sumpfgelbiet in Florida	gefüllt	▼	Fragewort	▼	ichbezogener Mensch	▼	italienischer Jongleur	US-kanadischer Grenzsee	Spinnentiere mit Stachel
						8							
							Liedermacher (Konstantin)		eine der Kanalinseln			4	
				Winkelmaß		deutsche Eiskunstläuferin					biblische Frauengestalt (A.T.)		
kirchl. Sendschreiben		Einsicht		dt. Philosoph † 1804	Spötter							5	
Staat im Orient					US-Regisseur †	US-Parlamentsentscheid			Kraftfahrerorganisation (Abk.)		Stadt im Osten des Tschads		
umgegangen (Fett)						nicht vereint		Quellgebiet des Ob				7	
	6			Öllieferländerverbund (Abk.)	Frauenkose-name						US-Schauspieler (Alec)		
beständig			erd-farben					Ton, Geräusch		ungarischer Würdenträger			
Gewebe-knoten					engl. Staatsmann (Tony)		Ausdruck des Bedauerns						
			Ort im Allgäu		eine der Cayman-Inseln				Jubelwelle im Stadion (La ...)			franz. Männername	
arabisch: Sohn		ver-dorben								chinesische Philosophie	Frauenkose-name		
ein Schnellzug (Abk.)				niederl. Adelsprädikat			Kfz-Z. Kempten		Mensch um die Zwanzig				
					ein-schließ-lich							1	
Qualitätsstufe (engl.)		Box-begriff											

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

Das aktuelle Bad Zwischenahn Journal-Frühjahrs-Rätsel wird vom Cornbay Shop in Rostrup präsentiert. Dort gibt es Dekoartikel für Haus und Garten und schöne Geschenkideen zu entdecken.

Welches Wort ergibt sich aus der Zusammensetzung der Buchstaben der umkreisten Felder? Wer das Rätsel gelöst hat, sollte unbedingt an das Bad Zwischenahn Journal schreiben, denn mit ein wenig Glück kann man einen von zwei Einkaufsgutscheinen à 25 Euro gewinnen.

Die Lösung bitte unter Angabe von Adresse und Telefonnummer an das BZ Journal schicken: per Post: Bad Zwischenahn Journal, Lange Str. 1, 26160 Bad Zwischenahn oder per E-Mail: mail@buenting-media.de

Einsendeschluss ist Freitag, 21. Mai 2021.

Bei Teilnahme per Postkarte zählt das Datum des Poststempels. Eine Barauszahlung des Gewinns ist nicht möglich. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

TIER-PARADIES



**Tierpension u. Hundeschule
UTE MAHLSTEDT**

27777 Ganderkesee-Schönemoor
Zur Ollen 62 • Tel. 0 42 21 / 44 600

Auf unserem riesigen Gelände von über 100.000 m² bieten wir Ihnen:

- Unterkünfte für Ihren Hund in häuslicher Atmosphäre, mit großen Ausläufen.
- Unterbringung für Ihren "Stubentiger", gemütlich wie zuhause, mit vielen Kletter- und Kuschelplätzen.
- Vogel- u. Kleintierzimmer mit Super-Ausstattung.
- Hundeschule, Agility, Privatausbildung, (Hausbesuche möglich)
- Welpentreff mit Aufsicht.
- Großes Hundespielgelände m. See u. Café

Weitere Informationen finden Sie auf unserer Homepage: www.tierpension-ute-mahlstedt.de

Bad Zwischenahner Veranstaltungskalender

Höhepunkte des Kulturprogramms im Frühjahr

März

Mittwoch, 10. März

Musikalische Andacht

Unbekannte Personen der Passionsgeschichte: „Der Mann mit dem Kreuz“ ev.-luth. Kirchengemeinde Zwischenahn kostenfrei, vorherige Anmeldung im Kirchenbüro

18 Uhr, St.-Johannes-Kirche

Sonntag, 14. März

Jazzfrühschoppen

Swinging Feetwarmers
Verein der Kunstfreunde *)
11 bis 14 Uhr, Wandelhalle

Mittwoch, 17. März

Musikalische Andacht

Unbekannte Personen der Passionsgeschichte: „Die Magd des Hohenpriesters“

ev.-luth. Kirchengemeinde Zwischenahn kostenfrei, vorherige Anmeldung im Kirchenbüro

18 Uhr, St.-Johannes-Kirche

Mittwoch, 24. März

Musikalische Andacht

Unbekannte Personen der Passionsgeschichte: „Der Jüngling, der nackt davonläuft“ ev.-luth. Kirchengemeinde Zwischenahn kostenfrei, vorherige Anmeldung im Kirchenbüro

18 Uhr, St.-Johannes-Kirche



April

Samstag, 17. April

Saisonstart im Park der Gärten

Auftakt gelebter Gartenkultur und zahlreichen Veranstaltungen über das ganze Jahr

www.park-der-gaerten.de

Samstag, 17. April

Pferdegestütztes Coaching – Infotag mit Live-Vorführung

Es werden Möglichkeiten der Persönlichkeitsentwicklung wie eigene Potentiale entdecken, Ängsten stellen, Führungskompetenzen entwickeln mit Unterstützung von Pferden vorgestellt. Zudem gibt es Infos über ein spezielles Kinderpferdecoaching-Ferienprogramm.

10 – 14 Uhr, Heller Moor, Kostenbeitrag 9,80 Euro inkl. Snack u. Getränke
Anmeldung erbeten: bei Michaela Börjes, www.kurswechsel-reisen.de oder unter Tel.nr. 04403 9391365

Samstag, 24. April

Konzert der Lichtenstein Band – ein Leonard-Cohen-Abend

Verein der Kunstfreunde *)
20 Uhr, Altes Kurhaus
Eintritt: 20 Euro

Sonntag, 25. April

Präsentation und Verkauf der Arbeiten aus LEB-Werkstätten

Ländliche Erwachsenenbildung
Niedersachsen / Region Weser-Ems/Nord
Park der Gärten

Mai

Samstag, 1. und

Sonntag, 2. Mai

PflanzenWELTEN

Pflanzenmarkt und Gartenflohmarkt
9.30 bis 18 Uhr, Park der Gärten

Sonntag, 9. Mai

Jazzfrühschoppen

Dr. Jazz Company
Verein der Kunstfreunde *)
11 bis 14 Uhr, Wandelhalle

Mittwoch, 12. Mai

Andrea Volk

„Nur die Liebe zählt“
Kabarett und Comedy
19.30 Uhr, Wandelhalle

Samstag, 15. Mai

Frühlingskonzert des Bremer Kaffeehaus-Orchesters

Verein der Kunstfreunde *)
20 Uhr, Altes Kurhaus
Eintritt: 20 Euro

Dienstag, 18. Mai

Tenöre 4You

Spiegelsaal im Alten Kurhaus

Samstag, 29. und

Sonntag, 30. Mai

Bricks am Meer

Lego-Ausstellung
Samstag 10 bis 18 Uhr, Sonntag 10 bis 17 Uhr, Wandelhalle

Vorschau

Freitag, 4. bis

Sonntag, 6. Juni

Musik im Park

mit Shanty-Festival am 6. Juni
Versch. Künstler und Musik-Genres vor der Kulisse des Zwischenahner Meeres Kurpark

Sonntag, 13. Juni

Jazzfrühschoppen

OL-Stars
Verein der Kunstfreunde *)
11 bis 14 Uhr, Wandelhalle

*) KVV u. Infos:

Verein der Kunstfreunde, Kunstbüro, Bahnhofstr. 7,
mo. bis fr. 10 – 12.30 und 15 – 17.30 Uhr,
Tel.: 04403-8104646

DIT UN DAT UT‘N DÖRP - WAT IS DOR LOS?

Neubau

Die Bauarbeiten an der DLRG-Station in Rostrup sind abgeschlossen. Der neue Erweiterungsbau bietet Platz zur Unterbringung für ein Zugfahrzeug, für das Hovercraft-Eisrettungsluftkissenboot, Rettungskajaks und -bretter sowie den Anhänger für das Taucherequipment. Die Kosten des Baus wurden vom Gebäudemanagement der Gemeinde mit 120.000 Euro beziffert.

Hier können demnächst Fahrzeuge und Gerät der DLRG Rostrup untergebracht werden.
Foto: Gemeinde



Maskenfrei radeln

Die vom Landkreis Ammerland angeordnete Maskenpflicht in den Straßen Peterstraße und in der Horst bis Einmündung Auf dem Hohen Ufer – der sogenannten „Meile“ – gilt nur für Fußgänger. Genauer gesagt von Montag bis Sonntag, jeweils in der Zeit von 9 bis 20 Uhr. Radfahrer dürfen in diesem Bereich auch ohne Maske fahren.

Neues kvhs-Programm

Die Kreisvolkshochschule Ammerland (kvhs) hat das neue Programm für das erste Semester 2021 veröffentlicht. „Wir haben von Anfang bis Ende zu Corona-Bedingungen geplant“, so Winfried Krüger, Leiter der kvhs. Aus diesem Grund finden einige Angebote vorerst weiterhin gar nicht statt, andere nur online und alle Präsenzveranstaltungen mit deutlich reduzierten Gruppengrößen. „Trotzdem gibt es wieder ein umfangreiches und breit gefächertes Gesamtprogramm mit zahlreichen neuen Angeboten“, so Krüger. Anmeldungen zu den neuen Angeboten sind somit ab sofort möglich.

Alle Kurse und Veranstaltung sind unter www.kvhs-ammerland.de zu finden.

Wellenhallenbad

Die Planungen zur Sanierung des Wellenhallenbades schreiten weiter voran. Der Bund unterstützt das Vorhaben mit einer Fördersumme bis zu 2.618.000 Euro. Ein Bauvorbescheid des Landkreises für die Planung liegt bereits vor, um weitere Rahmenbedingungen wie den Brandschutz abzuklären. Diese Planung muss jetzt vom Niedersächsischen Landesamt für Bau und Liegenschaften geprüft werden, bevor die Gemeinde die einzelnen Gewerke ausschreiben kann. Nach Genehmigung der Planung durch den Fördergeber geht es an die Umsetzung der Maßnahme. Baubeginn ist nach dem jetzigen Zeitplan im Mai/Juni – bis Ende 2022 soll die Gesamtsanierung des Wellenhallenbades abgeschlossen sein. Im Haushalt der Gemeinde stehen für 2020 sowie den folgenden Jahren insgesamt 6.400.000 Euro für die Baumaßnahme zur Verfügung.



Wie auf dem Bild stellen sich die Planer das sanierte Wellenhallenbad in zwei Jahren vor.
Grafik: jbp



Elmendorfer Straße 10
26160 Bad Zwischenahn
Tel. 04403 - 71425
Fax 04403 - 71340

info@tischlerei-luettmann.de
www.tischlerei-luettmann.de



Claus Lüttmann

Möbelbau
Ladenbau
Küchen
Fenster
Innenausbau
Reparaturen

Keine Präsenzsitzungen

Aufgrund der anhaltenden Corona-Infektionslage finden in Absprache mit den Fraktionen der Gemeinde bis zu den Osterferien am 29. März keine Präsenzsitzungen der Gremien statt. Notwendige Beschlüsse des nichtöffentlich tagenden Verwaltungsausschusses sowie des Rates werden im schriftlichen Umlaufverfahren behandelt. Anstehende Beratungspunkte für den Rat sind mit den Beschlussvorlagen zu gegebener Zeit im „Bürgerinformationssystem“ einsehbar; die Entscheidungen im Umlaufverfahren im „Bürgerprotokoll“.

... und gleich noch eben InGe Lange besuchen!

Moin, wir sind InGe Lange!

Die Interessengemeinschaft Lange Straße und umzu (InGe Lange) wurde 2005 mit dem Ziel gegründet, die Lange Straße, die vom Marktplatz bis zur Aueüberquerung verläuft, zu verschönern und sich für den „Rückbau“ der Straße einzusetzen. Dieser sieht eine sogenannte Attraktivierung wie in den Bereichen In der Horst und Peterstraße vor.

Entwickelt hat sich dadurch eine gewerbliche und private Straßengemeinschaft, die in den gut 15 Jahren ihres Bestehens neben größeren Vorhaben auch viele gesellige Veranstaltungen organisiert hat.

Zu den Projekten gehören beispielsweise die auffällige Werbetafel am Marktplatz, Deutschlands wohl originellste Tauschbibliothek in der Langen Straße/Ecke Mühlenstraße, die Flaggenmasten in diesem Bereich oder die in vielen Stunden gestaltete Verschönerung der Straße zu Weihnachten. Auch Flohmärkte und die bekannte Halloween-Aktion im Oktober sind einige Früchte der Arbeit. Die markante Tauschbibliothek nennt sich übrigens „Lesetiger“. Der damalige Vorstand hatte eine ausrangierte Telefonzelle erworben und dieser einen ungewöhnlichen Tigeranstrich verpasst. Seitdem können Lesefreunde hier gelesene Bücher hinbringen, um im direkten Tausch wieder eines der Bücher der Tauschbibliothek zu entnehmen.

Viele Jahre ehrenamtliche Arbeit haben das Straßenbild und die Gemeinschaft geprägt.

Die Mitglieder der Interessengemeinschaft Lange Straße und umzu (InGe Lange) freuen sich auf Sie:

Möbel BEHRENS
Kochen & Wohnen wie ich es mag.
 Mühlenstr. 6-10 · Bad Zwischenahn
 Tel. 04403/2246 · www.moebelbehrens.de

ALTE VOGTEI
 Bad Zwischenahn
 Lange Str. 3a
 Bad Zwischenahn
NTL design online vogtei
 Tel. 04403/9166150
 www.vogtei-badzwischenahn.de

B/Z Journal
 Bad Zwischenahn
 Lange Str. 1 · Bad Zwischenahn
 Tel. 04403/910505 · www.buenting-media.de

Reins
 Individuelle Schuhmode
 Lange Str. 29 · Bad Zwischenahn
 Tel. 04403/2623 · www.schuhhaus-reins.de

Janssen
 Bäckerei Janssen
 Lange Straße 14
 Telefon 04403 59143
 www.baekerei-janssen.de

PFLEGEDIENST ROSE
 BAD ZWISCHENAHN
 Mühlenstr. 22 · Bad Zwischenahn
 Tel. 04403/5254 · www.rose-pflegedienst.de

Schuhhaus Hinrichs
 Lange Str. 12 · Bad Zwischenahn
 Tel. 04403/2503 · www.schuhhaus-hinrichs.de

SPD
 Lange Str. 13
 Bad Zwischenahn
 Tel. 04403/2005
 www.spd-badzwischenahn.de

Restaurant Dänenkroog & Hotel Hof von Oldenburg
 Am Brink 4 · Bad Zwischenahn
 Tel. 04403/93600 · www.hof-von-oldenburg.de

sfb
 Senioren Familien Behinderten Betreuung
 Lange Str. 23
 Bad Zwischenahn
 Tel. 04403/9168600
 www.sfb-betreuung.de

Evangelisch-lutherische Kirchengemeinde Zwischenahn
 Lange Str. 8
 Bad Zwischenahn
 Tel. 04403/2684
 www.ev-kirche-zwischenahn.de

Sueli Cosmetics
 FÜR SIE UND IHN
 Gesichtsbehandlung
 Ganzkörpermassage
 Medizinische Fußpflege
 Tel. 04403 / 9119680 · Mobil: 0151 - 15319776
 Lange Straße 2a · 26160 Bad Zwischenahn

Meyerjürgens
 Die Spezialitätenfleischerei
 www.meyerjurgens.de
 Lange Str. 36 · 26160 Bad Zwischenahn

Modéfriseur WESTJAN
 ... weil schönes Haar kein Zufall ist.
 Lange Str. 17 · Bad Zwischenahn
 Tel. 04403/2634



Schaukasten



Tauschbibliothek



Yachthafen Bunting
 Lange Str. 1a · Bad Zwischenahn
 Tel. 04403/4972
 www.yachthafen-buenting.de

Die Lange Straße hat eine bunte Geschäftsstruktur mit inhabergeführten Fachgeschäften. Einfach mit Schwung durch die Marktplatzkurve und schon sind Sie in der Langen Straße!

/// Der Frühling steht vor der Tür

Die neusten Gartenmöbel-Trends



Große
Auswahl auf
über 1000qm²



Eilers

MEINE EINRICHTUNGSWELT

Möbel Eilers GmbH / Aperberger Str. 1 / 26689 Apen / Tel. (0 44 89) 95 89-0, Fax 95 89 58 / www.moebel-eilers.de

Öffnungszeiten: Montag – Freitag 9.00 – 19.00 Uhr / Samstag 9.00 – 18.00 Uhr