

by **NADORSTER EINBLICK**

**ERÖFFNUNG THERAPEUTEREI**  
**5 JAHRE SAN HAUSTECHNIK**  
**FREIZEIT & AUSFLÜGE**  
**KRAMERMARKT 2022**

Seite 3  
**GUTSCHEINE**  
Apotheke Fröhlich  
Lichthaus Kuck  
Willers

**10**

**OKTOBER 2022 | LESEN SIE ALLE AUSGABEN ONLINE AUF: [WWW.OYJO.COM](http://WWW.OYJO.COM)**



2022 **LIFE FITNESS OLDENBURG** NUR BIS ZUM 31.10.2022

**1 JAHR PREMIUM GRATIS\***

\*GRATIS-PREMIUM-LEISTUNGEN BEINHALTEN LICHTTHERAPIE (1X/WO.), WELLNESSMASSAGELIEGE UND VACU-STYLER

FELIX-WANKEL-STR. 1 | 26125 OLDENBURG | 0441 - 97 28 610 | [WWW.LIFE-FITNESS-OL.DE](http://WWW.LIFE-FITNESS-OL.DE)

**LIFE FITNESS OLDENBURG**

\*FÜR ALLE DIE UNS NOCH NICHT KENNEN, WIEDEREINSTEIGER UND MITGLIEDER ANDERER FITNESSCLUBS.BEI ABSCHLUSS EINER 12- ODER 24-MONATIGEN MITGLIEDERSCHAFT.

# AKTIONSPREISE IM OKTOBER

## METABO Akku-Laubbläser LB 18 LTX BL

Kraftvolles, leises Akku-Blasgerät zum Entfernen von Laub und Schmutz auf Plätzen und Wegen.

- Brushless-Motor für hohe Leistung
- Blaskraft lässt sich dosieren
- ohne Akku und Ladegerät



€ 189,-

## METABO Basis-Set

2 x LiHD Akkus mit 5.5 Ah SE und Ladegerät ASC 145 in der Black Edition



€ 259,-

## Metabo TP 7500 SI

### Tauchdruck-Pumpe 7500 l/h

Optimal zum Auspumpen, Leerpumpen und Umwälzen von klarem Wasser aus Behältern, Wasserbecken, oder überschwemmten Kellern



€ 199,-

## METABO Ablauf-Garnitur mit Multiadapter

zum Anschluss aller Tauchpumpen 1", 1 1/4" und 1 1/2"

- Innen-Ø 25 mm
- Länge 7 m
- Arbeitsdruck 1,5 bar



€ 49,-

## GARDENA Laub- und Rasensammler

Die einzigartige Lösung zum einfachen Sammeln und Aufnehmen von Blättern. Außerdem kann auch Vertikutiergut und Grasschnitt gesammelt werden.

€ 139,-



## MAKITA DUB 184 Z Laubbläser

18 V Akku-Gebläse zur effektiven Beseitigung von Laub und Schmutz

- Sologerät mit Teleskop-Blasrohr
- ohne Akku und Ladegerät

€ 198,-



## MAKITA Power-Source Kit

2 x Akku mit 6.0 Ah BL 1860 B und Schnellladegerät DC18 RC

€ 259,-



## Nölle Saalbesen

Elaston PET Einlage, mit Stielhalter und Kratzkante, Breite 40 cm

€ 15,-



plus Nölle Gerätstiel  
140 cm mit Konus

# willers

Das Original!

\* Die genannten Preise sind gültig vom 01.10. bis zum 31.10.2022. Solange der Vorrat reicht.

## Liebe Leserinnen, liebe Leser,

in Nadorst wird es niemals langweilig – leider und Gott sei Dank!

**Gott sei Dank:** Der erste Flohmarkt nach Corona war wieder ein Riesenerfolg, auch wenn diesmal das Wetter nicht ganz so mitspielte wie erhofft. Auch das Youngtimer & Oldtimertreffen bei Liepinsch entwickelt sich, genauso wie die Nadorster Meile, zu einer festen und überaus beliebten Institution im Eventkalender unseres Bunten Quartiers ...

**Leider:** Kaum scheinen die Probleme mit Leerständen, Drogenhandel, Prostitution und Corona überstanden, zogen plötzlich und unerwartet dunkle Wolken über Nadorst auf. Diesmal wurden sie aus Richtung der Stadtverwaltung in Richtung Nadorst geblasen: ohne Rücksprache, ohne Informationen – und ohne Fingerspitzengefühl.

**Hintergrund:** In einer Nacht- und Nebelaktion sollte noch in diesem Herbst eine (provisorische) „Protected Bike Lane“ im unteren Teil der Nadorster Straße eingerichtet werden. Die Kosten dafür: 45.000 € - und 55 Parkplätze, also alle von Höhe Gertrudenkapelle bis zur Bürgereschstraße, sollten weichen. Für die Kaufmannschaft bzw. die anliegenden Unternehmen könnte das den Todesstoß bedeuten, denn es würde auf der kompletten Strecke so gut wie keine Parkmöglichkeit mehr für Kunden, Anwohner oder Besucher geben.

Durch einen glücklichen Zufall hatten „Die Nadorster“ und Teile des Sanierungsbeirats davon erfahren – konnten handeln und zunächst wohl das Schlimmste verhindern. **Details dazu lesen Sie auf Seite 4.**

**Aussichten:** Man wird sehen, was sich nach dem Redaktionsschluss noch getan hat. Wir werden in der November-Ausgabe ausführlich berichten.

Herbstliche Grüße  
Die Nadorster e.V.

**PS:** Lassen Sie sich die Laune aber nicht verderben – es gibt in dieser Ausgabe auch wieder ganz viele tolle Berichte.

**PPS:** Wer das Ganze (und noch viele weitere Veranstaltungstipps) nochmal online nachlesen möchte, kann das auf [www.ojyo.com](http://www.ojyo.com) gerne tun.

# GUTSCHEINE

Bitte die Gutscheine beim Einlösen mitbringen.

## Gutschein für einen RABENHORST-SAFT

Mehrfruchtsaft  
330 ml



Nadorster Str. 97 · Oldenburg · Tel. 0441-81342

Nur ein Gutschein pro Kunde, solange der Vorrat reicht! Gültig vom 1. bis 31.10.2022.

GÜLTIG IM OKTOBER 2022

## Gutschein über 1 Lichttest

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

### Lichthaus Kuck

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

## Wie scharf ist die denn ...

Wir schärfen Ihre  
Motorsägenkette!

(Egal, wo gekauft; gültig bis zum 31.10.22; Preis pro Kette)

€ 5,-

# wille!

Das Original

Nadorster Str. 6 | 26123 Oldenburg  
Tel. 0441 / 350 6360 | [info@willers24.de](mailto:info@willers24.de)  
Mo-Fr: 7.30 - 18 h | Sa: 9.30 - 13 h

## Für Ihren Kalender – unsere Magazin-Termine:

### » November-Ausgabe:

Anzeigen- und  
Redaktionsschluss:  
11.10.2022  
Haushaltsverteilung:  
29.10.2022

### » Dezember-Ausgabe:

Anzeigen- und  
Redaktionsschluss:  
8.11.2022  
Haushaltsverteilung:  
26.11.2022

Impressum: Der NADORSTER EINBLICK erscheint monatlich bei der Mangoblaue Medien GmbH – Oldenburg, und wird kostenlos im Stadtteil Nadorst und Donnerschwee vertrieben. Impressum: V.i.S.d.P. und Herausgeber: Mangoblaue Medien GmbH, Axel Berger, Marlies Mittwollen (in Zusammenarbeit mit der Werbegemeinschaft: „Die Nadorster e.V.“), Wiefelsteder Str. 19, 26127 Oldenburg, Tel. 30410216, E-Mail: [info@nadorster-einblick.de](mailto:info@nadorster-einblick.de), Gerichtsstand: Oldenburg (Oldb.), Verantwortlich für Redaktion: Axel Berger (V.i.S.d.P.), Satz/Layout: Mangoblaue Medien GmbH, Redaktionelle Mitarbeiter: Axel Berger, Renée Repotente, Katja Mickelat, Merle Werkmeister. Druck: Druckzentrum Nordsee, Bremerhaven, Auflage: 20.500 / Vertrieb: Deutsche Post / Einkauf aktuell. Bildnachweis: Eigene Bilder / [www.freepik.de](http://www.freepik.de) / Titelbild: [www.freepik.de](http://www.freepik.de), Erscheinungstermin: Anfang des Monats, Redaktionsschluss: der 10. eines Monats, [www.nadorster-einblick.de](http://www.nadorster-einblick.de), Haftungsausschluss: Für Angaben im Serviceteil und unverlangt eingesandte Materialien wird keine Haftung übernommen. Fremdgekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Leserbriefe können gekürzt werden. Es gilt die Anzeigenpreisliste von Mai 2022. Anzeigenvorlagen unterliegen dem Urheberrecht. Abdruck und Weiterverbreitung sämtlicher Inhalte nur nach Genehmigung. Alle © 2022 liegen bei der Firma Mangoblaue Medien GmbH.

## Liebe Leserinnen, liebe Leser,

„Protected Bike Lane“ – dieser Begriff könnte in den nächsten Wochen im Sanierungsgebiet Untere Nadorster Straße zum Reizwort werden. Nach der Sitzung des Verkehrsausschusses



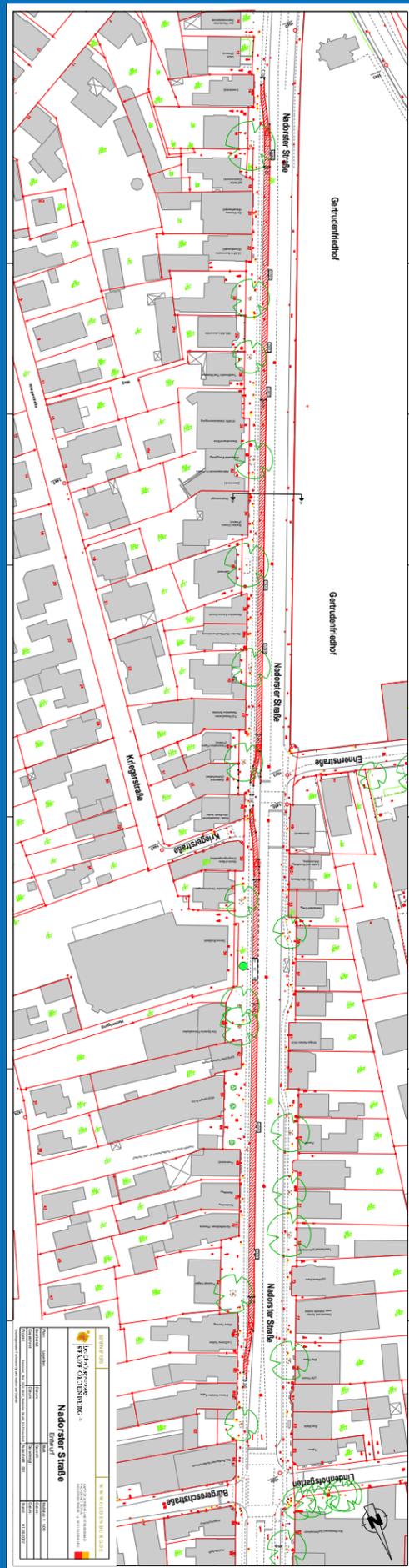
am 19. September gab es eine deutliche Reaktion von Vertreter\*innen des Sanierungsbeirates darauf: Beate Fröhlich, Hans-Joachim Neumann und Jürgen König beendeten an diesem Abend ihr langjähriges Engagement im

Beirat. Das Ende einer Zusammenarbeit, die zuletzt zunehmend von zäh wirkender Kommunikation und einem unglücklichen Timing geprägt zu sein schien.

Die Entscheidung der Stadtverwaltung, holter die polter, an allen Stadtteilgremien vorbei, die Einrichtung einer provisorischen Protected Bike Lane als Punkt in der Verkehrsausschusssitzung zu behandeln hat das Fass zum Überlaufen gebracht. Dass der Sanierungsbeirat offiziell erst am 28.9. auf der Sanierungsbeiratssitzung zu diesem Thema informiert werden sollte, aber gerade deren Mitglieder und die Anwohner, Anlieger und Unternehmer, die sie vertreten, unmittelbar von einer Entscheidung betroffen sind, kann man wieder nur als unglücklich bezeichnen (siehe Plan rechts). Konkret gesagt: Mit dem Ausbau einer Protected Bike Lane fallen im ersten Abschnitt der Nadorster Straße in stadtauswärtiger Richtung 55 Parkplätze weg. Für die ansässigen Geschäfte, die ob der bald beginnenden Sanierungsarbeiten ohnehin schon angespannt sind, ist das eine zusätzliche Schreckensmeldung – nicht richtig kommuniziert, weil quasi vor vollendete Tatsachen gestellt, auch noch gefühlt ein Schlag ins Gesicht. So mancher wird sich – zu Recht – fragen: Wo bleibt die Mitbestimmung, wo der Dialog? Daran ändert auch die Entscheidung der Verwaltung, den Punkt kurzfristig von der Tagesordnung zu nehmen und im Sanierungsbeirat zu erörtern, erst mal wenig. Das Kind scheint in den Brunnen gefallen. Wie geht es nun weiter? Die Stadt ist am Zug!

Apropos Planung + Dialog: Mich persönlich als Nadorster Anwohnerin würde es mindestens ebenso interessieren, inwiefern eine Protektion auch für die gegenüberliegende Seite, nämlich den direkt an der Mauer des Gertrudenkirchhofs entlangführenden Fahrradweg vorgesehen ist, damit man hier eben nicht ständig Gefahr fährt, auf die Fahrbahn zu fallen. Gerade um diesen extrem vulnerablen, gefährlichen Straßenabschnitt sollte sich ein verkehrsbauliches Konzept mit Priorität kümmern. Auch weil es immer wilder zugeht auf Oldenburgs Fahrradwegen. Aber dazu ein andermal mehr und ausführlicher.

Herzlichst  
Ihre Renée Repotente



## DAS WAR DER GROßE STRAßENFLOHMARKT 2022!

An diesem Tag hat alles gepasst, allein schon angefangen bei dem Wetter. Auch wenn die Prognosen für den 10. September Regen angekündigt hatten, blieb es, wengleich durchgehend bewölkt, doch bis zum Nachmittag trocken. Welch ein Glück! Bei kühleren Temperaturen im Vergleich zu den Hitzewochen ließ es sich sehr angenehm über den Flohmarkt bummeln. Nach zweijähriger Pause war der Andrang groß, sowohl bei den Besuchern als auch den Verkäufern. So mancher Stand bog sich regelrecht unter den vielen Dingen, die neue Besitzer suchten. In der Corona-Zeit hatte sich augenscheinlich bei vielen so einiges angesammelt. Das ließ die Flohmarkt-Besucherherzen gleich höher schlagen. Und so konnte man nach Herzenslust nach Kleidung, Spielzeug,

Büchern, hübschen Dekoartikeln, Krimskrams, Sammlerstücke und außergewöhnlichen Unikaten suchen und um Preise feilschen. Es gab so viel zu sehen und zu bewundern!

Zwischendurch gab es auch etwas fürs leibliche Wohl, eine kleine Stärkung in der Bäckerei, dem Bio- oder Supermarkt. Insgesamt war die Stimmung an diesem Vormittag sehr gut – und die meisten sind mit dem einen oder anderen Schnäppchen oder einem lang gesuchten Stück nach Hause gegangen. Und die Vorfreude auf nächstes Jahr ist schon spürbar, wenn es auch 2023 hoffentlich wieder heißen wird: Willkommen zum großen Nadorster Straßenflohmarkt!

(Text: Renée Repotente, Fotos: Katja Mickelat, Renée Repotente)

## Besucherandrang beim 2. Young- und Oldtimertreffen

Vollauf zufrieden waren die Organisatoren mit der durchweg positiven Annahme des Young- und Oldtimertreffens am 10. September. Es war ein erfolgreicher Tag mit vielen Besuchern und guten Gesprächen. So mancher, der auf dem Weg zum Straßenflohmarkt in der Nadorster Straße war, schaute auch auf dem Gelände des Autohauses Liepinsch vorbei. Viele waren erstaunt, dass sich hinter dem Autohaus noch ein so großer Hof befindet, und nahmen sich gerne ausreichend Zeit, um die vielen alten Schätzchen zu bewundern, die dort ausgestellt waren. Mit den Ausstellern konnte man ebenfalls spontan und

ausgiebig ins Gespräch kommen und auch mit dem Autohaus Team zu sprechen, das alles gerne bei einer Bratwurst oder Kaffee und Kuchen.

Die gute Besucherresonanz kam auch bei den Ausstellern entsprechend an: So mancher von ihnen hat bereits seine Teilnahme für das nächste Jahr zugesagt. Nicht nur darüber können sich Besucher schon jetzt freuen. Für das Young- und Oldtimertreffen 2023 gibt es bereits einige Pläne zur Vergrößerung der Veranstaltung und die Planung neuer Aktionen. Wir dürfen gespannt sein!

(Text und Fotos: Katja Mickelat)





# Neuigkeiten aus der Werbegemeinschaft

## HÖRAKUSTIK DREI KLING

Nadorster Straße 108 | 26123 Oldenburg | 0441 36173303  
nadorst@hoerakustik-dreiklang.de  
Hauptstraße 50 | 26122 Oldenburg | 0441 36173300  
eversten@hoerakustik-dreiklang.de  
www.hoerakustik-dreiklang.de

## REWE DEIN MARKT

In Nadorst / Hochheider Weg mit besonders kundenfreundlichen Öffnungszeiten:

Mo. – Sa.  
7.00 – 22.00 Uhr  
durchgehend geöffnet



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



### Neues Mitglied bei „Die Nadorster e.V.“ – Mako Moto

Wer Bock auf bestes Sushi, Reis oder Nudeln hat, der geht zu Mako Moto, den alle Sushi Fans kennen: Schließlich hat Inhaber und Koch Tran Duy seit 2012 den Food-Trend in Oldenburg erst bekannt gemacht. Sein erstes Restaurant Moto Kitchen in der Ammerländer Heerstraße entwickelte sich schnell vom Geheimtipp zum Dauerbrenner. Das Erfolgsrezept: ganz frisches Sushi mit Seele. Bei Mako Moto in der Nadorster Straße können sich die Gäste auch auf warme Speisen sowie veganes oder vegetarisches Sushi freuen. Zudem werden hier Sushi Kurse vor Ort angeboten, ebenso ein Catering Service u.a. Auch wenn Tran Duy die Location in Nadorst bereits 2020 bezog und auffällig mit Graffiti gestalten ließ, konnte die Eröffnung erst im Mai 2022 stattfinden. Hier ist er jetzt sehr glücklich – Nadorst erinnert ihn in seiner Vielfalt und Lebendigkeit an seine Heimat Berlin, an Schöneberg/Neukölln.

Wir sagen: Herzlichen willkommen in unserem bunten Quartier und in der Werbegemeinschaft! Auf eine gute Nachbarschaft!

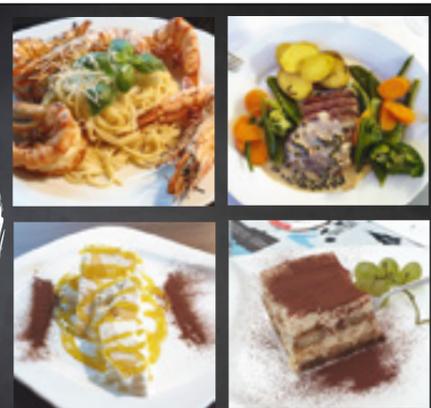
Moto Kitchen - Mako Moto, Nadorster Straße 198, 26123 Oldenburg. [www.moto-family.de/mako](http://www.moto-family.de/mako) (Text und Foto: Georg Krone)

Wir haben am 3. & 31. oktober ab 17.30 Uhr für Sie geöffnet!

Wir freuen uns auf Ihre Reservierung!



**DA LUIGI**  
Cucina tipica  
Nadorster Straße 112 · 26123 Oldenburg  
Telefon 0441 883760 · [info@ristorante-daluigi.de](mailto:info@ristorante-daluigi.de)  
[www.ristorante-daluigi.de](http://www.ristorante-daluigi.de)



## NEUES AUS NADORST



### Mit 66 Jahren, da fängt das Leben an ...

... sang schon Udo Jürgens. Tatsächlich gibt es wohl kein schöneres Lied über diesen ‚Schnapszahlgeburtstag‘, das wir in diesem Jahr Bernd Sonnenschein widmen. Am 16. September hatte der Augenoptikermeister seinen Ehrentag. „Die Nadorster e.V.“ und OYJO-Nadorster Einblick sagen: Unsere herzlichsten Glückwünsche, nur das Beste, Gesundheit und Zufriedenheit! Bernd Sonnenschein und sein Geschäft waren von Beginn an in der Nadorster Straße ansässig und wir hoffen, ihn auch noch weitere Jahre hier zu behalten. (Text und Foto: Renée Repotente)



### Bundesverdienstmedaille für bemerkenswerten Einsatz in Sport und Integration

Als Anerkennung für ihr außerordentliches Engagement hat Oberbürgermeister Jürgen Krogmann der Oldenburgerin Annegret Meyer Ende August im Alten Rathaus die Verdienstmedaille des Verdienstordens der Bundesrepublik Deutschland ausgehändigt. Annegret Meyer ist seit über 25 Jahren Lehrerin an der IGS Flöteich und hat sich mit viel Engagement, Leidenschaft und Durchhaltevermögen für die Kinder und Jugendlichen an ihrer Schule und im Stadtteil eingesetzt, u.a. mit dem Verein Jugendkulturarbeit e.V., der Zirkusschule Seifenblase oder Projekten wie dem Open Sunday. (Quelle: Stadt Oldenburg, Foto: Sascha Stüber)

### 760 km für mehr Bewegung in Schulen! Spendenlauf für die Grundschule Nadorst



Wissen Sie, wie lange ein Schulkind in einem Schuljahr sitzt? Es sind ca. 760 Stunden. Dabei hat ein Schuljahr nur ca. 900 Stunden. Der Study Active Oldenburg Verein macht aus den 760 Stunden 760 km und möchte damit Spendengelder sammeln, um neue Bewegungsangebote in Schulen zu schaffen. Catarina, René und Philipp, Gründer des Vereins, möchten sich für mehr Bewegung in Schulen einsetzen. Dafür läuft Philipp in 30 Tagen von München nach Oldenburg. Der Lauf ist am 9.9 in München gestartet und soll am 9.10 auf dem Oldenburger Schlossplatz enden. Die Route haben die drei Sportstudenten selbstständig geplant. Jeder und Jede kann Philipp auf seinem Wanderweg begleiten. Die eingenommenen Spenden werden an die Grundschule Nadorst, Grundschule Bloherfelde und Grundschule Kreyenbrück gespendet. Mit diesem Geld wollen die Schulen zum Beispiel neue Bewegungsmaterialien anschaffen, neue Bewegungs-AG's anbieten und noch vieles mehr. Insbesondere der Punkt dynamisches Sitzmobiliar liegt dem Verein am Herzen. „Leider sitzen Kinder immer noch sehr viel und das meistens auf Stühlen, die schon über 20 Jahre alt sind.“, so berichtet Catarina da Silva. Der Verein hat sich ein Spendenziel von 10.000 € gesetzt. Auf ihrem Instagramkanal @verein\_studyactive kann man Philipp live beim Wandern zusehen. Das Motto des Vereins lautet: „Lasst uns gemeinsam etwas BEWEGEN!“

Alle Infos, Videos und Artikel zum Spendenlauf finden Sie unter [www.studyactive-verein.de](http://www.studyactive-verein.de)

(Quelle: Study Active Oldenburg, Foto: freepik.com)

**IONIQ 5.**  
German Car of the Year 2022.  
Barpreis: **42.650 EUR<sup>2</sup>**  
GCOTY  
Fahrzeugabbildung zeigt die UNIQ-Ausstattung und deswegen ggf. auf preispflichtige Sonderausstattungen gegenüber nachfolgendem Angebot.



Alles im Blick - dank des digitalen Breitformat-Cockpits.



Schnellladen - von 10 % auf 80 % in 18 Minuten.<sup>1</sup>

Der neue vollelektrische Hyundai IONIQ 5 definiert Mobilität neu. Freuen Sie sich auf drehmomentstarken Fahrspaß, echtes High-Speed-Laden und ein Interior, das modernste Technik und nachhaltige Materialien zum einzigartigen Wohlfühlambiente vereint. Entdecken Sie den neuen Hyundai IONIQ 5 jetzt bei uns!

Hyundai IONIQ 5 Elektro (58 kWh), Reduktionsgetriebe, 125 kW (170 PS)

Barpreis: **42.650 EUR<sup>2</sup>**

Hyundai IONIQ 5 Elektro (58 kWh), Reduktionsgetriebe, 125 kW (170 PS): Stromverbrauch kombiniert: 16,7 kWh/100 km; elektrische Reichweite bei voller Batterie: 384 km; CO<sub>2</sub>-Emission kombiniert: 0 g/km; CO<sub>2</sub>-Effizienzklasse: A+++ . Die angegebenen Verbrauchs- und CO<sub>2</sub>-Emissionswerte wurden nach dem vorgeschriebenen WLTP-Messverfahren ermittelt. Mehr zum WLTP-Verfahren unter: [hyundai.de/wltp](http://hyundai.de/wltp).

K. Gerdes GmbH  
Nadorster Straße 249, 26125 Oldenburg  
[www.hyundai-gerdes.de](http://www.hyundai-gerdes.de)



8 Jahre Garantie\*

\* Sämtliche Informationen zum Umfang der Herstellergarantie finden Sie unter: [www.hyundai.de/garantien](http://www.hyundai.de/garantien).

<sup>1</sup> Entsprechende Hochleistungs-Ladepunkte vorausgesetzt, kann die Hochvoltbatterie in nur 18 Minuten von 10 % auf 80 % geladen werden. Die Ladezeiten können variieren – in Abhängigkeit von den örtlichen Ladebedingungen (z.B. Art und Zustand der Ladesäule, Batterietemperatur oder Umgebungstemperatur).

<sup>2</sup> Inkl. Überführungskosten, Angebot gültig bis 31.12.2022.



# Therapeuterei

GESUNDHEIT & WOHLBEFINDEN

Therapeuterei – ganzheitlich, ursächlich, fürsorglich/empathisch

## Dreifach Kompetenzen für einen gesunden Körper & Geist

Drei unter einem Dach – das ergibt im Fall von Norbert Büter-Robbers, Nicola Dillmann-Willers und Ludger Büter ein stimmiges Konzept für Gesundheit und Wohlbefinden. In der Therapeuterei, ihrer privaten Praxisgemeinschaft, finden die zwei Heilpraktiker\*innen für Physiotherapie und der Fußpfleger zusammen, drei unabhängige Praxen, die nun ihre Kompetenzen gebündelt an einem Ort anbieten können. Dabei wird großen Wert darauf gelegt, zwischen Therapeut\*in und Patient\*in eine vertrauensvolle Basis aufzubauen, in der Wertschätzung, Offenheit, Akzeptanz und Ehrlichkeit gepflegt wird. In dieser Atmosphäre sollen sich die Patient\*innen jederzeit positiv aufgenommen und aktiv einbezogen fühlen.

## Den Menschen als Ganzes im Blick

Was die drei Praxen und deren Inhaber\*innen vor allem miteinander verbindet, ist die Sicht auf den Menschen als eine Einheit von Körper, Geist und Seele. Um also aus z. B. physiotherapeutischer Sicht Probleme, Blockaden oder Verspannungen im Bewegungsapparat behandeln zu können, sollten die physischen, sozialen, kulturellen und geistigen Bedürfnisse berücksichtigt und sach- und fachgerecht behandelt werden. Der Mensch in seiner eigenen Persönlichkeit und Individualität wird anerkannt und respektiert.

## Mehr für die Patient\*innen

Eine ganzheitliche Betreuung erfordert zuerst vor allem eins: Zeit. Die nimmt man sich in der Therapeuterei, um für die Patient\*innen die bestmögliche Behandlung und Begleitung zu finden. Dabei können Norbert Büter-Robbers, Nicola Dillmann-Willers und Ludger Büter auf ihre jahrelange Erfahrung und eine große Bandbreite unterschiedlicher Anwendungen und Therapien zugreifen – für einen besseren, umfassenden Service und eine ganzheitliche Betreuung, in der sich die Patient\*innen voll und ganz auf- und wahrgenommen fühlen.

### HERZLICHEN GLÜCKWUNSCH!

**Damen- und Herrenschneiderei  
Änderungen und Maßanfertigung**

**SCHNEIDEREI BRUNS**

seit 1984

Alexanderstraße 156 • OL • Tel./Fax: 04 41-88 43 00  
Mo - Fr: 8:00 - 13:00 u. 14:30 - 19:00 Uhr Sa: 9:00 - 13:30 Uhr  
[www.schneiderei-bruns.de](http://www.schneiderei-bruns.de)

**Bequeme Schuhmode  
für jeden Fuß!**  
Ab 39,95 €

**Neue Öffnungszeiten:**  
Mo 11 - 19 Uhr  
Di - Do 8 - 18 Uhr  
Fr 7 - 15 Uhr

wir beraten Sie gern!



[WWW.ESBO-SCHUHMACHER.DE](http://WWW.ESBO-SCHUHMACHER.DE)

Eingang vom ESBO



Schuhreparatur, Orth. Einlagen und Schuhänderungen. Immer gut zu Fuß ist unser Handwerk!

**SCHÖNE DINGE & GESCHENKARTIKEL  
IN OLDENBURG**



**AUSSTELLWERK 95**  
Selbstgemachtes - Kaffee - Mehr!

Donnerschwer Str. 215A | Tel. 0441 68317180  
[www.ausstellwerk95.de](http://www.ausstellwerk95.de) | [www.facebook.com/AusStellwerk95](https://www.facebook.com/AusStellwerk95)

**Das war toll! Der Logopäde**

**Sprach-, Sprech-, Stimm- und Schluckstörungen**

**Bastian Fricke**

Alexanderstr. 157  
Tel.: 0441 40 59 64 28  
[der.logopaede@gmx.de](mailto:der.logopaede@gmx.de)

[www.derlogopaede.de](http://www.derlogopaede.de)

Hier eine Auswahl der Behandlungen und Schwerpunkte:

## Therapeuterei

MÄNNERSACHE & FUSSPFLEGE

**Norbert Büter-Robbers**  
KOSMETIK FÜR DEN MANN | FUSSPFLEGER  
MASSAGE- UND WELLNESS-THERAPEUT

Gesichtsbehandlung für den Mann | Gesichtsmassage  
Pflege- und Kosmetikprodukte für den Mann  
Antistress-Massage | Klassische Massage  
Fußpflege | Energetische Fußzonenmassage

## Therapeuterei

GANZHEITLICH & URSÄCHLICH

**Nicola Dillmann-Willers**  
PHYSIO- UND SCHMERZTHERAPEUTIN  
HEILPRAKTIKERIN IN DER PHYSIOTHERAPIE

Sympaticus-Therapie  
Neurogene Mobilisation  
Periostbehandlung  
Entspannungs-Therapie

## Therapeuterei

GANZHEITLICH & URSÄCHLICH

**Ludger Büter**  
PHYSIO- & CELLGESUND-THERAPEUT  
HEILPRAKTIKER IN DER PHYSIOTHERAPIE

Schmerztherapie | Stabtherapie nach Büter  
Biophotontherapie | Lasertherapie  
Reself-Therapie | Andullationstherapie  
Entsäuerung und Ausleitung

**Eröffnung am  
22. Oktober 2022!**

**12:00 – 16:00 UHR**

Sachsenstraße 7 | 26121 Oldenburg



**Wir gratulieren zur Neueröffnung!**

STEUERBERATUNGSGESELLSCHAFT  
**SCHMIDT, LAUTERBACH & PARTNER**

Brombeerweg 55 • 26180 Rastede  
Fon 0 44 02 - 92 86-0 • Fax 0 44 02 - 92 86-66

[info@stb-rsl.de](mailto:info@stb-rsl.de)  
[www.stb-rsl.de](http://www.stb-rsl.de)



**WAS WIR SONST NOCH DRAUF HABEN:**



**WIR WÜNSCHEN EUCH NUR DAS BESTE!**

[WWW.MANGOBLAU.DE](http://WWW.MANGOBLAU.DE)

(Text: Renée Repotente, Fotos: freepik.de)

# 2022 Bewegen! 2023



**Infos & Vorverkauf:**

Service-Center  
Virchowstr. 44  
26382 Wilhelmshaven  
Tel. 04421.9401-15

Öffnungszeiten:  
Mo.-Fr. 9.00-16.00 Uhr  
Sa. 11.00-13.00 Uhr

Abweichende Öffnungszeiten möglich,  
bitte informieren Sie sich auf unserer  
Homepage.



[www.landesbuehne-nord.de](http://www.landesbuehne-nord.de) LANDESBÜHNE

## Die Landesbühne ist überall. Auch in Wilhelmshaven.



Die Landesbühne Niedersachsen Nord mit Sitz in Wilhelmshaven ist gleichzeitig das Stadttheater an 12 festen Spielorten und bietet den über 715.000 Menschen der Region ein ebenso anspruchsvolles wie abwechslungsreiches Kulturangebot. Von Ostfriesland über das Emsland bis in das Oldenburger Münsterland hebt sich bis zu 500-mal im Jahr der Vorhang. Über 110 Mitarbeiter\*innen sind beteiligt, wenn die Landesbühne in jeder Spielzeit von August bis Juni 17 Premieren für Zuschauer\*innen jeden Alters produziert. Der Spielplan beinhaltet Klassiker, Komödien und Musicals als auch neueste zeitgenössische Dramatik. Und die Julabü spielt schon für Menschen ab 3 Jahren Theater und kommt sogar direkt in die Schulen. Damit ist Theater für ein breites Publikum zugänglich und findet in einer Fläche statt, die sich hinter keiner Großstadt verstecken muss.

(Text & Foto: Landesbühne Niedersachsen Nord GmbH)

(Text & Foto: Landesbühne Niedersachsen Nord GmbH)

## Aquarium Wilhelmshaven TAUCHGANG DURCH DIE ZEIT

Im Jubiläumsjahr 2022 erleben kleine und große Entdecker eine spannende Zeitreise durch die Entstehungsgeschichte des Lebens in den Urmeeren unserer Erde in der neuen großartigen Erlebnisausstellung SAURIER – GIGANTEN DER MEERE!

Hier erwarten euch gigantische Meeressaurier aus den Ozeanen vergangener Zeiten. Mit bis zu 10,5 Meter Länge zeigen die faszinierenden Sauriermodelle auf beeindruckende Art, wer im Erdmittelalter das Meer beherrschte. Weiter geht die Zeitreise durch das Urzeitmeer-Museum. Anhand von mehr als 500 originaler Fossilien erfahrt ihr, wie durch die Evolution in den vergangenen 4,6 Milliarden Jahren verschiedene Tier- und Pflanzenarten, speziell im aquatischen Raum, entstanden sind. Taucht im Aquarium Wilhelmshaven ein zu den faszinierenden Meeresbewohnern in den heutigen Ozeanen der Erde: Wachsame Haie, verspielte Seehunde, schillernde Fischeschwärme und quirlige Pinguine. Alle weiteren Informationen zu deinem Besuch gibt es auf [aquarium-wilhelmshaven.de](http://aquarium-wilhelmshaven.de).

**Und unser Tipp nach dem Tauchgang:** Maritimer Souvenir-Shop & PANORAMA SB-Restaurant mit sensationellem Blick auf die Nordsee und das UNESCO Weltnaturerbe Wattenmeer.

(Text & Foto: Aquarium Wilhelmshaven)



# FREIZEIT & AUSFLÜGE

## UNESCO-Weltnaturerbe Wattenmeer Besucherzentrum



Entdecken Sie die Wunderwelt des Wattenmeeres. Interaktive Medien, großformatige Fotos, Filme, Spiele und Hörstationen: Hier kann man das Weltnaturerbe Wattenmeer mit allen Sinnen erleben! Tauchen Sie ein in die Welt von Seehund, Säbelschnäbler und Scholle. Staunen Sie über die Größe des originalen Pottwal-Skeletts mit seinen plastinierten Organen oder spazieren Sie trockenen Fußes durch die Salzwiesen.

Panoramafotos und naturgetreue Nachbildungen vermitteln den Eindruck, sich inmitten dieser vielfältigen Pflanzen- und Vogelwelt zu bewegen. Wer wissen möchte, wie Zugvögel ihren Weg finden, welche tierischen und pflanzlichen Bewohner den extremen Lebensbedingungen standhalten und wie Ebbe und Flut funktionieren, ist hier genau richtig. Freuen Sie sich auf eine spannende Wattenmeer-Reise!

Infos und Termine unter:  
[www.wattenmeer-besucherzentrum.de](http://www.wattenmeer-besucherzentrum.de)

(Text & Fotos: Wattenmeer Besucherzentrum)



## Menschen - Zeiten - Schiffe

Das Deutsche Marinemuseum bietet auf seinen Museumsschiffen unmittelbaren Einblick in die deutsche Marinegeschichte. Ob der Zerstörer „Mölders“, das Unterseeboot „U10“, das Minenjagdboot „Weilheim“ oder das Schnellboot „Gepard“ – die begehbaren Exponate lassen Besucher:innen in den Alltag und Auftrag der Marineangehörigen eintauchen. In Kombination mit der Dauerausstellung, in der sich zahlreiche Originalexponate wie etwa die Rotor-Schlüsselmachine Enigma sowie auch diverse Schiffsmodelle befinden, sind rund 170 Jahre deutsche Marinegeschichte zu entdecken.

**Kontakt:** Deutsches Marinemuseum | Südstrand 125 | 26382 Wilhelmshaven | Tel.: (04421) 400 84 0 | Fax: (044 21) 400 84 99  
E-Mail: [info@marinemuseum.de](mailto:info@marinemuseum.de)

**Öffnungszeiten:** 1. April - 31. Oktober | täglich 10:00 - 18:00 Uhr  
1. November - 31. März | täglich 10:00 - 17:00 Uhr

**Eintritt:** Erwachsene € 14,00 EUR Kinder von 6 bis 14 Jahren € 8,00 EUR | Familienkarte € 35,00 EUR

[www.marinemuseum.de](http://www.marinemuseum.de)  
[www.facebook.com/Marinemuseum](https://www.facebook.com/Marinemuseum)  
[www.instagram.com/deutschesmarinemuseum](https://www.instagram.com/deutschesmarinemuseum)  
[www.twitter.com/DMarinemuseum](https://www.twitter.com/DMarinemuseum)  
[www.youtube.com/Marinemuseum](https://www.youtube.com/Marinemuseum)

(Text: Deutsches Marinemuseum)

**Aquarium  
WILHELMSHAVEN**

NEU  
**SAURIER  
GIGANTEN DER  
MEERE**

TAUCHGANG DURCH DIE URZEIT  
BIS IN HEUTIGE OZEANE

AQUARIUM | URZEITMEER-MUSEUM | SAURIER - GIGANTEN DER MEERE  
SÜDSTRAND 123 IN WILHELMSHAVEN | [AQUARIUM-WILHELMSHAVEN.DE](http://AQUARIUM-WILHELMSHAVEN.DE)

**Deutsches  
Marinemuseum  
Wilhelmshaven**

[www.marinemuseum.de](http://www.marinemuseum.de)

Täglich geöffnet | Südstrand 125 | 26382 Wilhelmshaven |  
04421 400 840 | [info@marinemuseum.de](mailto:info@marinemuseum.de)

# TAUCHE EIN IN DIE WELT DER ENERGIE!

Erlebe die Welt der Energie in unserer **interaktiven Ausstellung**, lasse dich verzaubern von atemberaubenden Visualisierungen im **360° Kino** oder staune über die brandneue **ENERCON-Energiewelt**. **Ein Erlebnis für die ganze Familie.**

**TAGES-AUS-FLUGS-TIPP!**

**ENERGIE ERLEBNIS ZENTRUM**

[WWW.EEZ-AURICH.DE](http://WWW.EEZ-AURICH.DE)

Osterbusch 2 · 26607 Aurich  
+49 (0) 4941 - 69 84 60  
info@eez.aurich.de

täglich geöffnet außer dienstags

# FREIZEIT & AUSFLÜGE



## Das ENERGIE ERLEBNIS ZENTRUM Ostfriesland in Aurich: Tagesausflugstipp!

Erde, Wasser, Sonne und Wind – Eindrucksvolles zu den Energiequellen der Zukunft erleben. Beim ENERGIE SPIEL die eigene Energiewende erreichen, u.a. interaktiv an Touchscreens und an außergewöhnlichen Exponaten. Im ENERGIE TURM mittels einer 360 Grad Projektion die atemberaubende Kraft der Energie hautnah spüren. Im ENERGIE GARTEN mit Luft Raketen starten, mit Wippen und Handpumpen ein Wasserspeicherkraftwerk betreiben oder mit einem Karussell Energie herstellen. Ein Höhepunkt der Außenausstellung ist das originale begehbare Maschinenhaus sowie das Rotorblatt einer Windenergieanlage von ENERCON. Viel zu erleben im Science Center in Aurich! (Text: Energie- und Erlebnis-Zentrum Ostfriesland)



## Die neue Freizeitkarte für das Oldenburger Münsterland

Entdeckungsreise zu Land und Leuten: Mit der neuen Freizeitkarte lädt der Verbund Oldenburger Münsterland zum Streifzug durch die Landkreise Cloppenburg und Vechta ein. Eine Auswahl von über 120 Ausflugstipps führt durch die Erholungsgebiete Barßel & Saterland, Thülsfelder Talsperre, Hasetal und Dammer Berge sowie durch die Ausflugsregion Nordkreis Vechta. „Ob Museen, Freizeitaktivitäten an Land oder auf dem Wasser, Mühlen und Baudenkmäler oder naturnahe Ausflugsziele, die neue Freizeitkarte enthält tolle Ausflugstipps im gesamten Oldenburger Münsterland“ sind sich die Tourismusverantwortlichen der Region einig. Angesteuert werden können die Ausflugsziele zudem auch ganz einfach mit dem regionalen Rufbussystem moobil+ oder per Fahrrad. Die neue Freizeitkarte ist ab sofort beim Verbund Oldenburger Münsterland und in den regionalen Tourist-Informationen erhältlich. Selbstverständlich kann die kostenlose Karte auch ganz einfach online über die Webseite [www.om-tourismus.de](http://www.om-tourismus.de) bestellt oder heruntergeladen werden. (Text: Verbund Oldenburger Münsterland e.V., Foto: OM-TOURISMUS)

## 129 Ausflugsziele im Oldenburger Münsterland



Die neue Freizeitkarte ist da!



BESUCHE UNS AUF [WWW.OM-TOURISMUS.DE](http://WWW.OM-TOURISMUS.DE) [f oldenburgermuensterland](https://www.facebook.com/oldenburgermuensterland) [@ mein.om](https://www.instagram.com/mein.om)



## NEU IN FRIESOYTHE KINDERERLEBNISWELT



**aquaferrum**  
wasser & wellness

Thüler Straße 28a · 26169 Friesoythe · ☎ 0 44 91 / 7 84 78-0

## 350 Tage im Jahr Kinderspaß in Friesoythe



Das aquaferrum in Friesoythe ist mit seinem Wasser- & Wellnessbereich auch in den Herbsttagen ideal für einen Familienausflug oder Kindergeburtstag. Denn hier ist eine neue Wasserspielattraktion entstanden. Mit zwei kleinen 15-Meter-Rutschen und einer 4-Meter-Rutsche, Spritzkanonen, Wasserfall oder einem Eimer, der sich langsam füllt und dann kippt, gibt es für Kinder im Alter von 2 bis 12 Jahren insgesamt 14 Wasserspiele zum Toben und Planschen zur Auswahl.

Entworfen hat die Kindererlebniswelt die holländische Firma Watergames and more, die zurzeit in einem der größten Bäder Europas, dem Tropical Island, die größte Doppelrutsche Deutschlands baut. Maskottchen „Ferry“ passt mit dem Badepersonal auf, dass keine Unfälle passieren.



Mehr über die Öffnungszeiten und die günstigen Eintrittspreise gibt es auf [www.aquaferrum.de](http://www.aquaferrum.de)

(Text & Foto: aquaferrum wasser & wellness)

## Landesbibliothek Oldenburg

Eine von Albrecht Dürer (1471-1528) eigenhändig gemalte Miniatur wurde vor Kurzem in der Landesbibliothek Oldenburg entdeckt. Sie gehört zu einer kleinen Gruppe von Buchmalereien, die Dürer für seinen Freund, den Humanisten Willibald Pirckheimer (1470-1515), gestaltete. Der spektakuläre Fund ist jetzt gemeinsam mit einer anderen Miniatur Dürers aus der Gottfried Wilhelm Leibniz Bibliothek Hannover vom 16.9. bis zum 29.10.2022 im Rahmen der Kabinettausstellung „Bücherschätze der venezianischen Renaissance aus der Offizin des Aldus Manutius“ zu sehen. Vorträge beleuchten die Beziehungen der drei großen Renaissance-Persönlichkeiten Dürer, Pirckheimer und Manutius und ihre Leidenschaft für Bücher.

**Vortrag: Mittwoch, 12. Oktober 2022, 19:00 Uhr**  
**Prof. Dr. Detlef Haberland (Bonn): Druckerschwärze und anti-ker Geist. Die Rolle der italienischen Offizinen im Humanismus**

**Vortrag: Dienstag, 18. Oktober 2022, 19:00 Uhr**  
**Prof. Dr. Niklas Holzberg (München): Willibald Pirckheimer, Albrecht Dürer und die Griechen**

Weitere Informationen: [www.lb-oldenburg.de](http://www.lb-oldenburg.de)

(Text: Landesbibliothek Oldenburg)



## Dürer, Pirckheimer, Manutius und die Liebe zum Buch

Zwei Dürer zugeschriebene Miniaturen aus der Landesbibliothek Oldenburg und der Gottfried Wilhelm Leibniz Bibliothek Hannover



**Ausstellung 16.09. bis 29.10.2022**  
**Landesbibliothek Oldenburg**

Mo – Fr: 10:00 – 19:00 Uhr, Sa: 9:00 – 12:00 Uhr, Eintritt frei.



# FREIZEIT & AUSFLÜGE

## HAGEN IM BREMISCHEN Zwischen Weser & Wäldern

**Aktiv und frei ... für die beste Zeit des Jahres**

- Endlose Alleen
- Landschaft für Naturliebhaber, wie das Hagener Königsmoor mit Aussichtsturm
- Sportboothäfen
- Schiffe gucken an der Weser
- historische Sehenswürdigkeiten
- Rad- und Wanderwege
- gemütliche Gästehäuser & Ferienwohnungen
- Camping- & Wohnmobilstellplätze

**Hagen im Bremischen**  
| Tourist-Info |  
Amtsplatz 3, 27628 Hagen  
Tel. 0 47 46/87 29, Fax 87 27  
touristik@hagen-cux.de  
www.hagen-cux.de

## Herbstimpressionen im Park der Gärten

Im Park der Gärten ist der Herbst ausgebrochen. Neben den wunderschönen Braun- und Rottönen, die das Blätterwerk der Park-Pflanzen in dieser Jahreszeit dominieren, wird es Anfang Oktober auch anderweitig besonders herbstlich: Aussteller aus dem gesamten Umland stellen sich am 2. und 3. Oktober auf dem Gelände des Park der Gärten in Bad Zwischenahn mit ihren Produkten vor. Von der Apfelausstellung mit über 200 verschiedenen Apfelsorten bis zu allgemeinen Informationen rund um das Thema „Grün“ und „Umweltschutz“ ist alles dabei. Wer übrigens zu Hause einen Apfelbaum hat, aber nicht weiß, welche Sorte, kann sie auf dem Herbstmarkt gegen eine kleine Gebühr von Fachleuten bestimmen lassen. Der Markt ist an beiden Tagen von 9:00 bis 17:00 Uhr für Besuchende geöffnet, es gelten die aktuellen Corona-Regeln des Landes Niedersachsen bzw. des Landkreises Ammerland. Um ein letztes Mal den Herbstzauber im Park der Gärten zu bewundern, können Besuchende die Sondereröffnung am 16. Oktober von 9:30 bis 17:00 Uhr nutzen. Neben einer allgemeinen Gartenberatung durch die niedersächsische Gartenakademie von 13.00 bis 16:00 Uhr verkauft die Baumschule G. D. Böhle aus Westerstede außerdem von 9:30 bis 17:00 Uhr besonders herbstliche Gehölzschönheiten. Ein absoluter Herbst-Tipp!

(Text: Merle Werkmeister)

# STADT LEER

Besuchen Sie unsere faszinierende historische Altstadt und erleben die idyllische Umgebung. Der nahe Hafen mit seinem geschäftigen Treiben sorgt für ein sympathisches maritimes Flair und man merkt, dass die Nordsee nicht weit ist.

**Tourist-Information der Stadt Leer**  
Ledastraße 10 · 26789 Leer  
Tel. 0491-91969670 · E-Mail: urlaub@leer.de  
www.touristik-leer.de

## Ausflugsziel Leer

Die Stadt Leer (Ostfriesland) freut sich auf Ihren Besuch. Lernen Sie die wunderschöne Altstadt mit ihren kunstvoll renovierten Häusern und Fassaden kennen. Die hübschen Gassen mit den kleinen „urigen“ Läden und Cafés laden zu einem Besuch ein. Bei einem Spaziergang entlang der Uferpromenade gelangen Sie direkt in die Fußgängerzone.



Die Stadt Leer bietet zahlreiche Freizeit-, Erholungs- und Erlebnismöglichkeiten u.a. ein Besuch der Museen, das Miniaturland, das Rathaus mit den wunderschönen Deckenmalereien und den Mosaikböden. Lernen Sie die Schauplätze der Frieslandkrimireihe kennen. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

(Text und Foto: Stadt Leer)

# KRAMERMARKT

## Herbst-Highlight: Kramermarkt 2022

Das Stadtfest ist gerade vorbei, da können sich die Oldenburger und Oldenburgerinnen auf das nächste Spektakel freuen. Vom 30. September bis zum 9. Oktober findet der 415. Kramermarkt statt. Zum ersten Mal seit zwei Jahren in vollem Umfang und ohne Einschränkungen. Bereits seit einigen Tagen wird fleißig aufgebaut. Gut 60 Meter hoch und 450 Tonnen schwer ist das Riesenrad, das den Anfang macht. Das Riesenrad ist aber nur das erste von vielen Groß- und Kinderfahrgeeschäften, die in den nächsten Wochen ihren Platz auf dem Marktgelände einnehmen.

Am Samstag, 1. Oktober, werden rund 100 Festwagen und Fußgruppen vom Staatstheater aus zum Marktgelände an den Weser-Ems-Hallen ziehen.

Am Freitag, 7. Oktober, wird es neben dem bekannten Laternenumzug ein weiteres Highlight geben: Beim „Movie-Day“ begeistern verschiedene Filmhelden das Publikum und stehen für Fotos zur Verfügung.

Am Samstag, 8. Oktober, findet zudem eine Oldtimer-Parade statt. Diese hat es in der Vergangenheit bereits auf dem LaOla-Freizeitparkgelände gegeben. Aufgrund der hohen Besuchernachfrage wird auch beim Kramermarkt 2022 ein entsprechendes Angebot geschaffen.

### Weitere Höhepunkte

- Mittwoch, 5. Oktober: von 14:00 bis 23:00 Uhr Brass Bands auf dem Marktgelände
- Freitag, 7. Oktober: Laternenumzug, Treffpunkt ab 18:30 Uhr am Alten Rathaus. Um 19:15 Uhr geht es dann mit musikalischer Untermalung zweier Spielmannszüge zum Festgelände an den Weser-Ems-Hallen.
- Sonntag, 9. Oktober: ab 13:00 Uhr verkaufsoffener Sonntag in der ganzen Stadt

(Quelle: Stadt Oldenburg, Text: Merle Werkmeister, Fotos: Stadt Oldenburg, Grafik: freepik.com)



## Auch „Die Nadorster“ sind wieder dabei!

Beim traditionellen Kramermarktumzug am 1. Oktober darf natürlich auch die Nadorster Werbegemeinschaft nicht fehlen. „Die Nadorster e.V.“ nehmen wieder mit einem eigenen Wagen daran teil. Für die Schnellfinder: Das ist in diesem Jahr Wagen Nr. 4 - direkt hinter dem der Tanzschule Beyer. (Text: Renée Repotente)

**Tolle Angebote zum Kramermarkt!**

**Die neue Herbstkollektion. Für die ganze Familie!**

**Am 09.10. verkaufsoffener Sonntag von 13.00 – 18.00 Uhr!**

**Schuhhaus Schürhoff**  
Inh. B. Köhler  
Donnerschwer Straße 162  
26123 Oldenburg  
Tel. 04 41/ 814 28

**Parkplatz vor dem Hause!**

**ulpts**

**Viel Spaß auf dem Kramermarkt!**

**Elektro ulpts GmbH**  
Oldenburg, Donnerschwer Str. 199  
Tel.: 0441 - 9 32 99 32 · www.ulpts-technik.de

**Elektrotechnik | Sanitär | Heizung**

**BIGGIE'S**  
BURGER · FRIES · DRINKS

**1 BURGER PATTY GRATIS**  
gültig bis 9. Oktober bei Vorlage des Coupons

Donnerschwer Straße 29 • 26123 Oldenburg

# 5 Jahre San Haustechnik

Hier wird „richtig gutes Handwerk“ gefeiert!

Was für ein Weg – diese ersten fünf Jahre waren intensiv, lehrreich, auch mal turbulent. Und sie machen Lust auf mehr. Cehan San hat den Schritt in die Selbstständigkeit jedenfalls nie bereut. Und der Erfolg gibt ihm recht: San Haustechnik hat sich binnen kürzester Zeit als einer der Spezialisten in den Bereichen Badplanung / -sanierung und Heizung (u.a. Wärmepumpen) in Oldenburg und im Ammerland etabliert.

## Teamwork is King

Was auch einen großen Anteil daran hat? Teamspirit! Dafür leistet jeder Einzelne aus dem mittlerweile 13 Mann starken Team seinen Beitrag – und das mit viel Spaß und Freude.

Beides hatten alle kürzlich beim Team-Event im Kletterpark: Da konnten sich die Kolleg\*innen auch mal auf ganz sportliche Weise gegenseitig motivieren und anspornen. Man sieht: Der Teamspirit funktioniert nicht nur auf der Arbeit – es passt einfach auch zwischenmenschlich.

## Bock auf neue Projekte

Welche Pläne gibt für die nächsten Jahre? So viel sei gesagt: Die Visionen gehen Cehan San und Team nicht aus. Natürlich will

er alle Unternehmensbereiche stetig weiterentwickeln und die eigenen Stärken des Unternehmens fördern. Fachlich top bleiben – und am Puls der Zeit.

Das bedeutet, dass Themen wie Digitalisierung und erneuerbare Energien längst zu den Schwerpunkten bei San Haustechnik gehören. Immer wichtig: die individuellen Anforderungen und Wünsche der Kunden zu berücksichtigen und stets eine passende Lösung für jeden Einzelnen zu finden.

Auch im Badbereich warten noch viele spannende Projekte – ein außergewöhnliches Badezimmer zu kreieren, das ist für Cehan San immer eine gern gesehene Herausforderung, der er und das Team sich mit ihrer ganzen fachlichen Expertise widmen.

So kann es also weitergehen für San Haustechnik – mit Power, Freude und der Begeisterung für das perfekte Badezimmer und die gesamte Haustechnik!

(Text: Renée Repotente, Fotos: Mangoblau)



**SAN HAUSTECHNIK**  
SANITÄR · HEIZUNG

Brombeerweg 30a | 26180 Rastede | 04402 86 38 777  
www.san-haustechnik.de | info@san-haustechnik.de

Scan  
mich!



# » UNSERE BESTEN HANDWERKER «

## DIE HANDWERKSKAMMER OLDENBURG INFORMIERT

11. Oktober 2022, 17:00 Uhr

Handwerk lebt Innovation – Praxisbeispiel: Aus Alt mach Neu – Modernisierung der Produktion mit Retrofit. Vorführung und Praxisvorträge im Rahmen der Innovationstour Nordwest mit einem „Handwerker-Special“ bei der Firma Hedemann Technik GmbH in Westerstede/Linswege. Von 17.00 bis 20:00 Uhr können Sie praxisnah erleben, wie das Handwerk von der Innovationsförderung profitieren kann. Digitalisierung bedeutet nicht immer gleich Neuanschaffung von Maschinen. Eine Bewertung unter finanziellen Aspekten zeigt oft: Das Nachrüsten von Bestandsmaschinen bringt viele Potenziale für das eigene Unternehmen mit sich. Zu Gast bei der Firma Hedemann baut das Mittelstand Digital-Zentrum Hannover seine „Mobile Fabrik“ auf und führt innovative Technologien und Projekte live und im Rahmen eines Praxisvortrags vor.

- Vorstellung von praktischen Entwicklungen mithilfe des Mittelstand-Digital Zentrums Hannover
- Best Practice in der Region: Wie kam die Firma Hedemann über die Innovationsförderung zum Retrofit-Projekt
- Vorführung der „Mobilen Fabrik“
- Besichtigung der Produktion der Firma Hedemann

### Qualifizierte Gesellinnen und Gesellen

20. Oktober 2022 (Teil 1) + 24. November 2022 (Teil 2) – Workshop zur Verbesserung der Qualität in der Ausbildung

In der zweitägigen Veranstaltung sollen die Personen aus den Betrieben geschult werden, die oft die Hauptlast der Ausbildung tragen: die Gesellinnen und Gesellen. Ziel ist es, dass diese Fachkräfte auf die neuen Herausforderungen vorbereitet werden und auch in Zukunft gerne Auszubildende beim Einstieg in das Berufsleben begleiten. Besonders die Kommunikation und der Umgang mit Problemen, sei es im beruflichen oder im privaten Bereich, sorgen für Konflikte. Der Workshop bietet Lösungen an, die eine erfolgreiche Zusammenarbeit gewährleisten. Der Workshop sollte als Zeichen der Wertschätzung für die wichtige Arbeit der Gesellinnen und Gesellen in der Ausbildung gesehen werden. In den zwei Tagen werden sowohl theoretische als auch praktische Inhalte mit Hilfe von Vorträgen und Übungen vermittelt.

### Programm Tag 1

- Persönliche Erfahrungen mit Ausbildung
- „Meine Rolle in der Ausbildung“
- Ausbildungssituation im Betrieb
- Planen von Ausbildung im Betrieb
- „Wie vermittele ich Wissen?“
- Motivation in der Ausbildung

### Programm Tag 2

- Die Jugend von heute – wie tickt sie?
- Kommunikation in der Ausbildung
- Kommunikationsregeln
- Entstehung von Konflikten
- Konfliktbewältigung

Kosten: 75 Euro pro Teilnehmer  
 Veranstaltungsort: Berufsbildungszentrum der HWK Oldenburg, Schütte-Lanz-Straße 8-10/15, 26135 Oldenburg  
 Anmeldungen an: Marco Janssen, Tel. 0441 232-283, janssen@hwk-oldenburg.de

(Quelle: Handwerkskammer Oldenburg)



Schadensregulierung mit Ihrer Versicherung

**GLASEREI FRÖLJE**

DETLEF FRÖLJE  
GLASERMEISTER

Deelweg 19b  
26121 Oldenburg  
Tel. 0441-380 384 33  
Fax 0441-380 384 34  
info@glaserei-froelje.de  
www.glaserei-froelje.de

NOTDIENST – TELEFON:  
0175-68 12 764

24-STD. NOTDIENST



**Fünf gute Gründe...**

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

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

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

**Große Fochausstellungen unserer Großhändler:** Hier erleben Sie kreative Bod- und Heizungslösungen für jeden Bedarf.

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

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

Sanitär - Heizung - Solar GmbH

**KlausWeber**

Bod- und Heizungskonzepte aus einer Hand

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



MEDIEN, GESTALTUNG & TEXT

WWW.MANGOBLAU.DE

### “Moin! Moin!” bei Mangoblau aus Oldenburg.

Wenn Sie auf der Suche nach einer außergewöhnlichen Werbeagentur sind, die richtig geile Internetseiten macht, richtig gute Fotografie und Videografie drauf hat, Sie im Bereich Social Media unterstützen kann, Druckstücke aller Art produziert, noch Grundwerte wie Zuverlässigkeit, Menschlichkeit und ein gelebtes Miteinander pflegt – und außerdem noch Werbung kreiert, die richtig gut funktioniert, dann sind Sie hier richtig.

## Was wir Ihnen bieten?

Zahnärztin ist nicht gleich Zahnärztin.  
Machen Sie sich hier ein Bild von  
unserem Leistungsspektrum.

Es ist Zeit für ein  
**strahlendes  
Lächeln.**

Wir machen es möglich!



**Zahnärztin Katharina Wernicke**  
Nadorster Str. 142 | Tel.: 0441 883077  
www.zahnarztpraxis-wernicke.de  
**Sprechzeiten:**  
Mo. - Fr.: 8 bis 12 Uhr  
Mo., Di., Do.: 15 bis 18 Uhr  
und nach Vereinbarung!

**Gutscheine und  
Vorabbuchungen  
sind nach telefoni-  
scher Vereinbarung  
möglich!**



**Nicole Rohlfs**

Leben in Bewegung – Körper in Balance

### Angebote:

- » Hypnose
- » Babymassage (Kurs)
- » Begleitung mit Babyanalyse
- » Craniosacrale Begleitung
- » Doula Geburtsbegleitung
- » Fußreflexzonenmassage
- » Kinesiologie
- » Psychologische Beratung

**Psychologische Beratung möglich!**

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

# Unsere SPEZIALISTEN



**Zahnarztpraxis Wernicke**  
Katharina Wernicke

## Gesundheit fängt im Mund an: Parodontitis als Volkskrankheit

Wussten Sie, dass jeder zweite Erwachsene im Laufe seines Lebens von einer Parodontitis betroffen ist? Das möchte Zahnärztin Katharina Wernicke ändern. Die Oldenburger Zahnärztin setzt sich nicht nur dafür ein, das Wissen um diese Volkskrankheit bekannter zu machen, sondern auch, sie richtig und umfassend zu behandeln.

Eine Parodontitis entsteht nicht nur durch schlechte Mundhygiene. Die Erkrankung des Zahnhalteapparates, die in vielen Fällen den Verlust der Zähne zur Folge hat, wird durch einige Faktoren beeinflusst, wie Rauchen, Übergewicht oder Stress. Sie äußert sich in Zahnfleischbluten, Schwellungen oder lockeren Zähnen.

### Wie Diabetes Parodontitis beeinflusst und andersrum

Ein außergewöhnlicher Risikofaktor für Parodontitis ist Diabetes mellitus. Ist der Diabetes schlecht eingestellt, kann er eine bestehende Parodontitis verschlimmern und sich langfristig ungünstig auf den Erhalt von Zähnen und Implantaten auswirken. Eine unbehandelte Parodontitis kann wiederum den Diabetes verstärken, weil sie die Blutzuckerkontrolle erschwert. Beide Krankheitsbilder werden noch immer zu oft getrennt betrachtet, findet Zahnärztin Katharina Wernicke, dabei sollte, wenn eine Erkrankung vorliegt, eine möglichst enge Absprache und Zusammenarbeit zwischen Patienten, Zahnarzt und Hausarzt erfolgen.

Deshalb empfiehlt Zahnärztin Katharina Wernicke: Wer bereits an einer fortgeschrittenen Parodontitis leidet, sollte sich parallel auch auf eine Diabeteserkrankung untersuchen lassen, um eine geeignete Therapie einzuleiten. Das gilt auch andersrum: Wer an Diabetes leidet, sollte sich auch engmaschig zahnärztlich untersuchen lassen.

Die passende Beratung und richtige Behandlung bei Parodontitis erhält man in der Zahnarztpraxis Wernicke. Zahnärztin Katharina Wernicke und ihr Team begleiten ihre Patient\*innen sowohl in den einzelnen Behandlungsschritten und Erhaltungsmaßnahmen für den Zahnhalteapparat als auch in den langfristigen Nachsorgeuntersuchungen. Bei einer zahnärztlichen Untersuchung wird bei Bedarf auch eine Blutzuckermessung sowie Blutdruckmessung durchgeführt.

### Volkskrankheiten vorbeugen

Was kann man vorbeugend tun? Zähne putzen! Und zwar regelmäßig und gründlich, inklusive Zahnseide. Aber auch regelmäßiger Sport und eine gesunde und ausgewogene Ernährung halten das Risiko, an Parodontitis oder Diabetes zu erkranken, auf einem geringen Level. Und sollte man doch erste Anzeichen einer Parodontitis oder eines Diabetes bemerken: In der Zahnarztpraxis Wernicke an der Nadorster Straße ist sicher noch ein Termin frei.  
*(Text: Merle Werkmeister, Fotos: freepik.com)*

Immobilien **OLB BANK**

## Hausverkauf? Wir machen das!

Ihre Ansprechpartner in Oldenburg:  
Ingo Sperlich, Tel. 0441 221-2814 | Uwe Ruhe, Tel. 0441 221-2813  
immo.oldenburg@olb.de

Mehr erfahren auf [olb.de/immobilien](http://olb.de/immobilien)

## MADE FOR YOU

**BROMPTON**

**Die Speiche**  
faszination fahrrad

Nadorster Str. 60  
26123 Oldenburg  
Tel. 0441 / 84123  
[www.speiche-ol.de](http://www.speiche-ol.de)

**CDU** #WEITERSPRINGEN

**Über mich:**  
Nach meiner Ausbildung im Pius Krankenhaus in Oldenburg habe ich in unterschiedlichen Bereichen wie Krankenhäusern und Altenheimen Berufserfahrung sammeln können. Auch während meines Studiums habe ich den Bezug zur Praxis nicht verloren. Nach meinem erfolgreichen Bachelorabschluss arbeite ich als Pflegedienstleitung bei einem Ambulanten Pflegedienst.

**AM 9.10. IST LANDTAGSWAHL! BEIDE STIMMEN CDU!**

**FÜR MEHR PRAXIS IN DER POLITIK!**

**LINA KÖHL**  
**SOZIALE KOMPETENZ.**  
**AUS OLDENBURG FÜR NIEDERSACHSEN.**

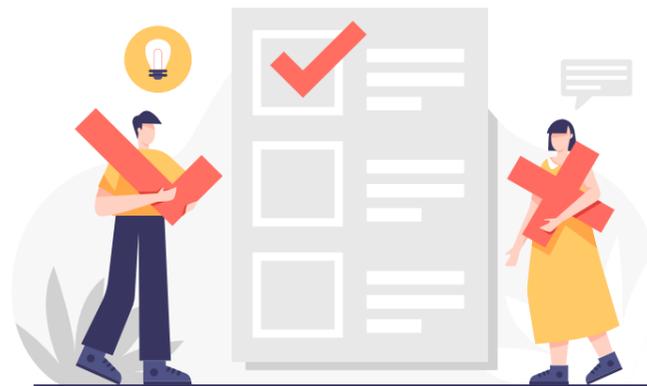
### Ständig steigende Preise – Staatliche Preiskontrollen jetzt notwendig

Immer mehr Menschen fragen sich, wie sie um die Runden kommen sollen. Die versprochene Kindergrundsicherung wurde verschoben. Jetzt soll auch noch mit einer Tankumlage den Konzernen geholfen werden. Der Tankrabatt war schon vollständig in den Taschen der Mineralölkonzerne gelandet. Bei anderen knallen die Sektkorken. Der Shell-Konzern hat im Mai 9 Mrd. Gewinn gemeldet, 43 % mehr.

Offensichtlich ist: Wo der Markt versagt, braucht es staatliche Eingriffe zum Schutz der Verbraucherinnen und Verbraucher. Das Land Berlin hatte es durch die linke Ministerin mit dem Mietpreisdeckel vorgemacht. Jetzt haben Länder wie Spanien und Frankreich staatliche Energiepreisdeckel eingeführt. Gesetzliche Preiskontrollen sind also möglich. Dafür setzt sich DIE LINKE ein.

**Bei der Landtagswahl kann man ein Zeichen für eine andere Politik setzen. Es lohnt sich!**

**DIE LINKE.**



### Landtagswahl 2022 – Briefwahl Briefwahlunterlagen online beantragen

Seit Anfang September ist der Online-Briefwahantrag (OLIWA) freigeschaltet. Unter [www.oldenburg.de/briefwahl](http://www.oldenburg.de/briefwahl) können mit wenigen Klicks Briefwahlunterlagen beantragt werden. Bei den Wahlen im vergangenen Jahr hatten mehr als 50 Prozent der Briefwählerinnen und Briefwähler diesen Service genutzt. Alle Anträge werden umgehend bearbeitet und sollten nach etwa fünf Tagen über den normalen Postweg bei den Antragstellenden sein. Der Versand an eine abweichende Inlandsadresse oder an eine Auslandsadresse ist ebenfalls möglich. Hierbei sind die gegebenenfalls längeren Postlaufzeiten für den Hin- und Rückversand zu berücksichtigen.

Seit dem 12. September hat das Wahlbüro wieder seine Türen im Bürgerbüro Mitte am Pferdemarkt geöffnet. Dann können auch dort wieder Briefwahlunterlagen beantragt werden. Bringen Sie dazu bitte ein Ausweisdokument und gerne auch Ihre Wahlbenachrichtigung mit. Auch eine Stimmabgabe vor Ort kann erfolgen.

Das Wahlbüro hat wie folgt geöffnet:  
Montag und Mittwoch: 8:00 bis 15:30 Uhr  
Dienstag und Donnerstag: 8:00 bis 18:00 Uhr;  
Freitag: 8:00 bis 12:00 Uhr

**Alle Informationen zur Landtagswahl gibt es online unter [www.oldenburg.de/wahlen](http://www.oldenburg.de/wahlen)**

#### Zum Wahlvorgang am 9. Oktober:

Sie können bei der Wahl bis zu zwei Stimmen vergeben. Mit der Erststimme wählen Sie einen Direktkandidaten oder eine Direktkandidatin Ihres Wahlkreises, die in der Regel von Parteien aufgestellt werden. Auf Wahlkreisebene dürfen sich auch Einzelbewerberinnen und Einzelbewerber zur Wahl stellen. Die Zweitstimme geben Sie einem Landeswahlvorschlag einer Partei (die sogenannte Landesliste). Die Reihenfolge der Bewerberinnen und Bewerber auf diesen Listen ist festgelegt. Bitte kennzeichnen Sie Ihre Wahl eindeutig und am besten durch ein Kreuz. Wenn Sie den Stimmzettel mit eigenen Zusätzen versehen, führt dies zu dessen Ungültigkeit.

(Text: Stadt Oldenburg)



### Wanderung durch Etzhorn am Tag der Deutschen Einheit

Am Montag, den 3. Oktober 2022, bietet sich die Gelegenheit, mit dem Bürgerverein Etzhorn durch den Stadtteil zu wandern und Wissenswertes zu Plätzen, Straßen und Gebäuden zu erfahren. Treffpunkt ist um 15:00 Uhr beim Bouleplatz. Anmeldungen bei Gustav Backhuß-Büsing, Tel. 39354.

(Text: Renée Repotente, Foto: freepik.de)

### Schützenverein Etzhorn in der engeren Auswahl für Zukunftspreis

Der Warsteiner Zukunftspreis „Tradition im Wandel“ zeichnet besonders kreative, innovative, integrative und nachhaltige Zukunftsprojekte im Schützenwesen aus. Dazu startet nun die Publikumsabstimmung, bei dem insgesamt 23 Vereine die Chance auf Preisgelder in Höhe von insgesamt 10.500 Euro haben. Im Anschluss wird noch ein Verein mit dem Jurypreis ausgezeichnet, der mit 1.500 Euro dotiert ist. Im Rahmen der Barrierefreiheit sollen Möglichkeiten geschaffen werden, dass Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit einem Handicap sich frei und ohne fremde Hilfe in der Sportstätte sicher bewegen und am Sportangebot teilhaben können. Der SV Etzhorn fördert bereits Sportschützen mit Handicap und begleitet sie über Stadt-/Landesmeisterschaften zu den deutschen Meisterschaften und darüber hinaus bis in den nationalen Olympia-Kader und zu den Paralympics. Ab Herbst 2022 soll die Sportstätte für blinde Sportler ausgebaut und Sportgeräte für blinde Schützinnen und Schützen angeschafft werden.



(Quelle: Schützenverein Etzhorn, Foto: Warsteiner)

### Der Bürgerverein Etzhorn berichtet: Zwei Lesungen im Oktober



**Bürgerverein Etzhorn e.V.**

Jeweils am Sonntag ab 11:00 Uhr finden am 9. und am 30. Oktober Lesungen statt. Jos Mehrings liest am 9. Oktober im Café an der Alten Brennerei Hilbers aus seinem zweiten Roman „Die unerhörte Liebe des Richters K“. Darin hat Jos Mehrings viele eigene Erlebnisse aus seiner juristischen Ausbildung und seiner Tätigkeit als Richter einfließen lassen, bestimmte Situationen und Sachverhalte aber auch erfunden. Außerdem hat er Gedichte zum Thema „Komische Lyrik“ geschrieben.

Inge Merckentrup liest am 30. Oktober im Café an der Alten Brennerei Hilbers aus ihrem neuesten Buch „Eines Tages werde ich berühmt sein“. Darin beschreibt sie das Leben der expressionistischen Malerin Emma Ritter in Dangast um 1910. Dort traf sie die Brücke-Maler Karl Schmidt-Rottluff und Erich Heckel. Beginn der Lesungen ist jeweils um 11:00 Uhr, der Eintritt ist kostenlos. Um eine kleine Hutspende wird gebeten. Anmeldungen unter Tel. 39354.

### Repair-Café öffnet wieder

Am Samstag, 8. Oktober, öffnet das Etzhorner Repair-Café in der Grundschule Etzhorn, Butjadinger Straße, von 14:00 bis 17:00 Uhr. Angeboten werden durch ehrenamtliche Reparateure Elektro, Mechanik, Nähmaschinen, IT/Computer, Fahrräder, Umgang mit Smartphone, Schleifen/Schärfen von Messern, Beratung zu Behördenschriftwechsel, Textiles sowie Infos über naturnahes Gärtnern. Für Kinder ist ein „Kreatives Upcycling“ geplant. Die Wartezeit kann bei Kaffee, Kuchen und guten Gesprächen verkürzt werden.

### Erfolgreiches Sommerprogramm

Unser 4. Nachbarschaftsfrühstück war wieder ein voller Erfolg. 79 Etzhorner hatten sich angemeldet, darunter der 3 Monate alte Leonard und der 94-jährige Karl, um bei einem gemütlichen Plausch gemeinsam zu frühstücken. Und auch unsere Tages- und Mehrtagesfahrten standen in diesem Jahr unter einem guten Stern beziehungsweise einer strahlenden Sonne. Alle Fahrten konnten nämlich bei bestem Wetter stattfinden, auch wenn sie aufgrund der starken Dürre etwas abgewandelt wurden. Ob die Tagesfahrten ins Alte Land oder Tour, die die Teilnehmenden von Flensburg über Sonderburg/Dänemark, ins Wikingermuseum Haithabu bis nach Schleswig, Kappeln und mit dem Autoreisezug von Niebüll nach Sylt führte. Abgerundet wurde die Fahrt mit einer Unterkunft in einem ruhigen Hotel bei Eckernförde mit gutem Frühstück und Abendessen.

[www.buergerverein-etzhorn.de](http://www.buergerverein-etzhorn.de)

(Texte: Bürgerverein Etzhorn e.V.)



## Clownworkshop „Mit roter Nase sich selbst und die Welt entdecken“

22. Oktober 2022 | 9:00 – 16:00  
Uhr | Präsenzseminar für Selbst-  
hilfegruppen

Dieser Kurs gibt Raum, frei zu sein von allen gesellschaftlichen Regeln. Hier dürfen Sie mit Genuss scheitern, einfach mal dumm sein und mit der roten Nase die Welt beschnuppern. Toben Sie sich aus und entdecken Sie sich mal auf eine andere Art. Sie lernen verschiedene Techniken der Clownerie und die Entstehung der Komik im Augenblick kennen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich und rote Nasen sind vorhanden. Dieser Kurs wird zweisprachig (Gebärdensprache und Deutsch) angeboten. Dieser Workshop ist barrierefrei. **Anmeldung bis 9. Oktober 2022:**

[www.bekos-oldenburg.de/index.php/aktuelles/seminare](http://www.bekos-oldenburg.de/index.php/aktuelles/seminare)

(Quelle: BeKos, Foto: freepik.com)



## Verstärkung im Praxis- team Donnerschwee

Tobias Martens, Facharzt für Allgemeinchirurgie und Viszeralchirurgie, wird eine zweijährige Ausbildung zum Facharzt für Allgemeinchirurgie in der Praxis Donnerschwee im Stadtteilzentrum absolvieren. Diese wird von der Ärztekammer und den Krankenkassen gefördert. Im Rahmen des Hausärztemangels gibt es eine Initiative zum Quereinstieg für Fachärzte, in bestimmten Praxen den Facharzt für Allgemeinmedizin, zusätzlich zum bestehenden Facharzt, zu erwerben. Die bisherigen Schwerpunkte von Dr. Martens liegen insbesondere bei Pathologien des Bauches, Magen-Darm-Traktes, Hernien-/Bauchwandbrüchen.

(Quelle: Tobias Martens, Text: Renée Repotente, Foto: privat)

brillen  
schwarz

denn auf möhren allein ist kein verlaß.

Inh. Jörg Schwarz · Großer Kuhlenweg 21a · 26125 Oldenburg  
0441 24 88 085 · [www.brillen-schwarz.de](http://www.brillen-schwarz.de)



## Kreativer Wochenstart im Blauschimmel Atelier Offenes Malatelier startet

Nach der Sommerpause startet das Blauschimmel Atelier in die Saison mit einem neuen wöchentlichen Angebot. Immer montags von 15:00 bis 17:00 Uhr können künstlerisch interessierte Menschen unter Anleitung der Künstlerinnen Marianne Garbe und Susanne Barelmann ihrer Kreativität freien Lauf lassen und mit Pinsel und Farbe eigene Kunstwerke erschaffen.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Für nur 30 € im Monat (Mitglieder zahlen 20 €) ist nicht nur der Besuch des Offenen Malateliers möglich, sondern die Teilnahme am gesamten Wochenprogramm des Blauschimmel Ateliers. Weitere Informationen gibt es unter [www.blauschimmel-atelier.de](http://www.blauschimmel-atelier.de). Anmeldung und Kontakt unter [kontakt@blauschimmel-atelier.de](mailto:kontakt@blauschimmel-atelier.de) oder 0441-2480999.

(Text: Blauschimmel Atelier)

## Generation Beatclub singt und groovt Rockchor 55+ trifft sich weiter einmal im Monat

Gute Nachrichten für die Generation Beatclub: Die Workshopreihe „Oldenburger Rockchor“ in der Jugendherberge Oldenburg wird fortgesetzt. Bis Ende 2022 finden monatliche Treffen statt, im Dezember gibt es ein Weihnachtsspezial. Die nächsten Termine: 30. Oktober, 27. November und 11. Dezember 2022, jeweils von 15:30 bis 17:00 Uhr. Ein Einstieg ist jederzeit möglich. Die musikalische Leitung der Workshops haben Claudia und Heinz Fröhling vom Oldenburger Trio „Heart of Gold“.

Workshop-Anmeldungen werden unter Telefon 0441 87135 oder per E-Mail an [oldenburg@jugendherberge.de](mailto:oldenburg@jugendherberge.de) entgegen genommen. Die Teilnahme kostet pro Termin 12,50 Euro inklusive Getränke.

(Text: Stadt Oldenburg)



TOMRA

Start drücken

Die Klappe öffnet sich.

Leergut rein

Bis zu 100 Flaschen und Dosen reinschütten.

und fertig

Nur noch den Pfandbon entnehmen.

## Schnell, nachhaltig und sauber

REWE Janzen Donnerschwee setzt in seinem neueröffneten Markt auf den revolutionären TOMRA R1 High-Speed Pfandautomaten und hat damit bei den Lebensmittelhändlern im Nordwesten die Nase ganz weit vorn.

Rund 98 Prozent aller PET-Flaschen werden deutschlandweit recycelt. Ab jetzt setzt der REWE-Markt in Donnerschwee als erster Lebensmitteleinzelhändler in Oldenburg auf einen neuen High-Speed Pfandautomaten, der bis zu 100 Plastikflaschen und Getränkedosen gleichzeitig annimmt und verarbeitet – einzelnes Einlegen und Schlangestehen sind passé. Mit dem innovativen Pfandautomaten des Herstellers TOMRA ermöglicht REWE Janzen damit seinen Kundinnen und Kunden eine besonders bequeme und schnelle Pfandrückgabe. Mit dem neuen Leergutautomaten wird die Pfandrückgabe für die Kundinnen und Kunden deutlich schneller und noch bequemer. Die innovative Technologie sorgt außerdem dafür, dass mehr Flaschen und Dosen recycelt werden.

(Quelle und Foto: REWE)

APOTHEKE  
DONNERSCHWEE

Herzlichen Glückwunsch  
zur Wiedereröffnung

Stadtteilzentrum Donnerschwee (bei REWE)  
[www.apotheke-donnenschwee.de](http://www.apotheke-donnenschwee.de)

DIE NÄCHSTE AUSGABE ERSCHEINT AM  
**29. OKTOBER 2022**

SunCity

Sun & Beauty Oldenburg

2 STANDORTE IN OLDENBURG

<p style="font-weight: bold; font-size: 0.8em;">Sun City Oldenburg Kreyenbrück</p> <p style="font-size: 0.7em;">Cloppenburger Straße 393 26133 Oldenburg Telefon 0441 36 13 87 32</p>	<p style="font-weight: bold; font-size: 0.8em;">Sun City Oldenburg Donnerschwee</p> <p style="font-size: 0.7em;">Donnerschweer Straße 210 26123 Oldenburg Telefon 0441 36176481</p>
---	---

COUPON AKTION

\*gültig nur im Sun City Donnerschwee

3 x 15 MINUTEN FÜR INSGESAMT 10 EURO

1.  2.  3.

WILLKOMMEN ZUR  
WIEDERERÖFFNUNG

REWE  
DEIN MARKT

REWE Karl-Heinz Janzen oHG  
Donnerschweer Straße 210  
26123 Oldenburg/Donnerschwee

# VEREINS NACHRICHTEN

## Das Heinrich Kunst Haus berichtet Bücherbörse und Pflanzenflohmarkt

Am Samstag, 8. Oktober und Sonntag, 9. Oktober, jeweils von 11:00 bis 17:00 Uhr, gibt es im Heinrich Kunst Haus wieder ein großes und vielfältiges Angebot an Heimat- und Regionalliteratur sowie an plattdeutschen Büchern: die „Heimatkundliche Bücherbörse“ öffnet seine Türen. Organisator Michael Heckes bietet zusammen mit anderen Sammlern und Anbietern aus dem Umland interessierten Buchliebhabern und Leseratten in der liebevoll hergerichteten Diele des Heinrich Kunst Hauses Romane und Erzählungen, Chroniken, Sachbücher und Bildbände, Kalender und Kunstbücher, wobei mancher Besucher auch wohl auf ein besonderes Schnäppchen stößt. Auch bei speziellen Fragen und Wünschen helfen die Buchverkäufer gerne weiter und freuen sich auf viele Besucher. Am Sonntag, 9. Oktober gibt es zusätzlich einen großen Pflanzenflohmarkt rund ums Heinrich Kunst Haus. Angeboten werden Stauden, Blumenzwiebeln, Sämereien, aber auch Gartendekorationen wie Keramiken und Schmiedearbeiten. Am Tag der Veranstaltung gelten die aktuellen Bestimmungen der Corona-Verordnung des Landes Niedersachsen. Aktuelle Hinweise werden vor dem Termin auf der Vereins-Homepage [www.heinrich-kunst-haus.de](http://www.heinrich-kunst-haus.de) unter Veranstaltungen eingestellt.

## Humorvolle Geschichten und musikalische Beiträge beim „Tag der Bibliotheken“

Seit 1995 findet jedes Jahr am 24. Oktober deutschlandweit der „Tag der Bibliotheken“ statt. Er wurde vom damaligen Bundespräsidenten Richard von Weizsäcker ins Leben gerufen. Auch die kleine, aber feine Bibliothek im Heinrich Kunst Haus bietet am Montag, 24. Oktober interessierten Bücherfreunden und Literaturliebhabern Einblick in seine Bestände. Haus und Bibliothek sind ab 18:00 Uhr geöffnet. Ein Veranstaltungsprogramm mit Büchertisch und humorvollen Geschichten und Musik runden den „Tag der Bibliotheken“ im Heinrich Kunst Haus ab.

**Heinrich Kunst Haus**  
20216 Oldenburg, Bandweg 22  
Tel.: 0441-60720 [www.heinrich-kunst-haus.de](http://www.heinrich-kunst-haus.de)

**Bibliothek  
öffnet Türen**

**24. Okt. 2022**  
Tag der Bibliotheken

**Montag, 24. Oktober 2022**  
**ab 18 Uhr: Führung und Besichtigung**  
**ab 19:30 Uhr: Lesung und Musik**  
**Eintritt frei**

(Texte: Begegnungsstätte Heinrich Kunst e.V.)

## Oldenburger Nachwuchs-Leichtathleten geben alles

Mitte September trafen die Nachwuchs-Leichtathleten unter 16 Jahren der Region Oldenburg in Delmenhorst zu den Regionsmeisterschaften Mehrkampf und Langstrecke zusammen. Insgesamt 168 Athletinnen und Athleten waren bei bestem Wetter am Start, aus Oldenburg waren die Vereine BTB, DSC und TuS Eversten vertreten:



**Eike Pallesen (BTB / M12)** überzeugte in allen Disziplinen mit neuen Bestleistungen und holte sich mit deutlichem Abstand die Regionsmeistertitel in der Dreikampf- und Vierkampfwertung. Sowohl im Weitsprung mit 4,20 Metern als auch bei seinem ersten Hochsprung-Wettbewerb mit übersprungenen 1,32 Metern lag er deutlich vor seinen Konkurrenten. Im Dreikampf folgte ihm Finn von Holdt (DSC) mit der schnellsten Sprintleistung über 75 Meter in 11,16 Sekunden in der Altersklasse M12 auf Platz 3. Der ein Jahr ältere **Fiete Dolberg (BTB / M13)** wurde Vizemeister im Dreikampf und zeigte im 75-Meter-Sprint seine neue persönliche Bestleistung von 10,59 Sekunden. In der Vierkampfwertung, die durch den Hochsprung ergänzt wird, landete Fiete insgesamt auf Platz 3. Bei den ältesten Athletinnen der W15 trat mit **Leslie Wolf (BTB / W15)** nur eine Oldenburger Athletin an. Während sie sich im Dreikampf mit dem 4. Platz begnügen musste, konnte sie durch ihre Vielseitigkeit punkten und sich im Vierkampf als Regionsmeisterin präsentieren. **Mia Sengül (BTB / W13)** gelang mit 5,07 Meter eine Weite über 5 Meter, was eine Verbesserung um 29 Zentimeter und einen Sprung auf Platz 3 der niedersächsischen Bestenliste bedeutet. Auch im Sprint über 75 Meter stellte sie in 10,57 Sekunden die nächste Bestmarke auf. Durch diese Leistungen siegte Mia sowohl im Drei- als auch im Vierkampf mit deutlichem Vorsprung. Neben den Mehrkampf-Regionsmeistern wurden auch die Regionsmeister auf der Langstrecke über 2.000 Meter bzw. 3.000 Meter ermittelt. Hier konnten erwartungsgemäß die Athletinnen und Athleten aus der Laufgruppe des DSC mit guten Leistungen aufwarten. Beim BTB trainiert die Altersklasse von 11 bis 14 Jahre am Mittwoch beim BTB von 16:00 bis 17:30 Uhr in der Halle 3 beim BTB Oldenburg Alexanderstr. Zum Winter findet am Samstag der Waldlauf im

Bürgerbusch statt. Kinder sind zum Probe-Training herzlich willkommen. Weitere Trainingsmöglichkeiten auf [www.btb-oldenburg.de](http://www.btb-oldenburg.de)

(Text: Regine Walter)



## Der Bürgerverein Donnerschwee berichtet Workshop Fußballstadion

Für den 22. August hat die Stadtverwaltung einen Workshop zum Thema Fußballstadion eingerichtet, um die Politik über die verschiedenen Möglichkeiten zu informieren. Dabei geht es auch um einen eventuellen Neubau eines Stadions an der Maastrichter Straße. Als direkt Betroffener Bürgerverein haben wir den Oberbürgermeister gebeten, als Gäste an dem Workshop teilnehmen zu dürfen. Dies wurde jedoch für uns, auch als „Stakeholder“ (im Bereich der Betriebswirtschaftslehre ist dies ein Träger besonderer Interessen) leider abgelehnt. Wir haben die Fraktionen der Stadt Oldenburg eine Anfrage gesendet, erhielten von Fraktionen der CDU und SPD ebenfalls eine Ablehnung. Es wurde jeweils argumentiert, dass es eine erste Information der Verwaltung an die Politik sein sollte, andere Beteiligte sollte nicht eingeladen werden. Nach dem Workshop sollen umgehend die Bürger und andere Interessenträger über die Ergebnisse informiert werden. Wir bedauern dieses Verhalten sehr, denn wir würden eine frühe Teilnahme als Bürgernähe und Transparenz sehen.

## Abbau Stadtteilgarten

Am 21. August war es leider so weit: Der Stadtteilgarten am Eingang des Stadtteilzentrums Donnerschwee musste abgebaut werden. Viele Menschen haben sich an ihm erfreut und auch das kleine Fußballfeld mal mit dem kleinen Ball getestet. Irgendwann war dann der Ball doch verschwunden. Es entstanden etliche Gespräche, und viele Menschen haben erst durch diese Aktion die Plakette im Fußboden entdeckt, die auf das frühere VfB-Stadion in der Hölle des Nordens hinweist. Personen, die während des Abbaus vorbeikamen, äußerten allesamt, dass es viel zu schade sei, den Garten (genauso wie die anderen in der Innenstadt) schon wieder abzubauen. Es wäre doch noch so viel Zeit, sich an ihnen zu erfreuen. Unser Stadtteilgarten steht nach einer Metamorphose wieder neu auf: die Aktion Urban Gardening hat den Abbau übernommen und alle Teile samt Erde in deren Gartenprojekt am Anne-Frank-Platz übernommen. Wir sind gespannt, was sich aus ihm am neuen Standort entwickelt.

(Text: Bürgerverein Donnerschwee)

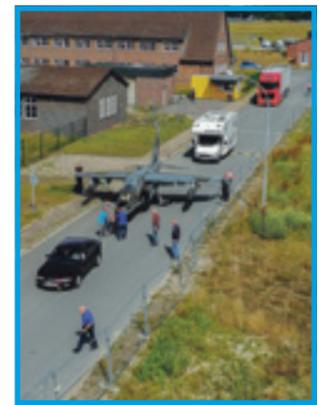
## Traditionsgemeinschaft Jagdbombergeschwader 43 zieht in neue Räume

Vor mehr als zweieinhalb Jahren wurde dem Vorstand Traditionsgemeinschaft Jagdbombergeschwader 43 e. V. (TG JaboG 43) durch Oberbürgermeister Jürgen Krogmann persönlich mitgeteilt, dass das bisherige Vereins- und Ausstellungsgebäude

abgerissen werden müsse, weil nicht ausgeschlossen sei, dass unter dem Gebäude Blindgänger noch liegen. Gleichzeitig machte der OB aber deutlich, dass er ein Verbleiben der TG JaboG 43 auf dem ehemaligen Fliegerhorst Gelände wünsche und bei dieser Gelegenheit Räumlichkeiten im früheren Sanitätsgebäude zur zukünftigen Nutzung durch den Verein anbot.

Da die zur Verfügung stehenden Räume allerdings deutlich kleiner waren, musste man sich von etlichen Ausstellungsstücken trennen, die u.a. an private Leihgeber, die Traditionsgemeinschaft Fliegerhorst Ahlhorn und das Luftwaffenmuseum in Berlin/Gatow zurück- bzw. abgegeben wurden. In vielen Arbeitsstunden haben dann Mitglieder der TG die neuen Räumlichkeiten vorbereitet und den Umzug der zahlreichen Exponate durchgeführt, was insgesamt doch fast zwei Jahre in Anspruch nahm. Herausragend war dabei der Transport des kompletten Cockpits eines Alpha Jets, dem zuletzt auf dem Fliegerhorst eingesetzten Kampfflugzeug sowie die letzte Rollbewegung eines vollständigen Alpha Jets zum Stellplatz neben dem neuen Vereinsgebäude. Die Ausstellungsräume können ohne Voranmeldung jeden Dienstag von 9:30 Uhr bis 12:00 Uhr besichtigt werden. Termine zu anderen Zeiten, auch für Besuchergruppen, können über [info@fliegerhorst-oldenburg.de](mailto:info@fliegerhorst-oldenburg.de) oder 0160 6522171 vereinbart werden.

(Text: Helmut Friz, Foto: Erbil Celik)



## Ein Ort, an dem Kinder trauern können



TrostReich bietet Kindern und Jugendlichen einen geschützten Raum für die Auseinandersetzung mit ihrer Trauer und den individuellen Ausdruck ihrer Gefühle. Eine professionelle Begleitung und die Gemeinschaft der Gruppe geben Kraft und Zuversicht. Die Kinder können spielen, malen, toben und miteinander reden. Jedes Kind entscheidet selbst, was es gerade braucht und erfährt in der Gruppe das wichtige Gefühl einer Gemeinschaft.

Wir suchen aktuell Ehrenamtliche, Kontakt per Mail an [m.wulf@trostreich-ol.de](mailto:m.wulf@trostreich-ol.de) oder per Telefon unter 0157 77268056. Weitere Infos unter: [www.trostreich-ol.de](http://www.trostreich-ol.de).

(Text: Klaus-Peter Kostian, Trostreich e.V.)

# KIND + KEGEL



## Workshops für Kinder im Atelier Zwischenraum

Der Kinderschutzbund Oldenburg bietet spendenfinanzierte und somit kostenfreie Workshops für Kinder ab 8 Jahren an. Durchgeführt werden diese Kurse von Heike Seiferth, Kunsttherapeutin und Inhaberin des Atelier Zwischenraum in Oldenburg. Es gibt noch Plätze für folgende Kurse: Zentangle: Zentangle ist ein ruhiges, konzentriertes Musterzeichnen. Es beruhigt und macht total viel Spaß! Termin: 13. und 14. Oktober 2022, 15:00-17:00 Uhr. Einzeln buchbar. Ein Brief, ne Mail, n Post: Otmar Alt ist ein besonderer Maler und Zeichenkünstler. Sein Motto: Kunst, die man erklären muss, ist langweilig. Wir zeichnen mit Edding und Acrylfarben farbenfrohe Erlebnisbilder auf die Leinwand! Termine: 17. Oktober 2022, 16:00-18:00 Uhr und 14. November 2022, 16:00-18:00 Uhr. Einzeln buchbar.

Anmeldungen: Tel. 0441-84590 oder info@kinderschutzbund-oldenburg.de

Alle Kurse finden im Atelier Zwischenraum statt (Heiligengeiststr.15, Seiteneingang Hotel Spreng).

(Quelle & Fotos: Kinderschutzbund Oldenburg)

**Kinderschutzbund Oldenburg e.V.**

**KURSANGEBOT AB NOVEMBER 2022**

**EIN BRIEF, NE MAIL, N POST**

- Montag, 11. November 2022, 16:00 bis 18:00 Uhr

**REGENBUNT – RAUS AUS DEM GRAU!**

- Freitags: 04./11. & 25. November, 15:00 bis 17:00/17:30 Uhr

Anmeldung: ☎ 0441-84590  
✉ beratung@kinderschutzbund-oldenburg.de  
www.kinderschutzbund-oldenburg.de

**Stoffhalle**  
Auf 700 m<sup>2</sup> Verkaufsfläche

**Neue Weihnachtsstoffe eingetroffen!**

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

## Superkicker Fußballcamp

Die Superkicker Fußballschule veranstaltet zusammen mit dem SV Ofenerdiek ein dreitägiges Fußballcamp für Jungen und Mädchen im Alter von 5 – 15 Jahren.

**Wo? Sportanlage des SV Ofenerdiek**

**Wann? 20. bis zu 22. Oktober 2022, 9:30 bis 14:00 Uhr**



Alle Teilnehmer/Innen, ganz unabhängig davon, ob im Verein, Anfänger oder Fortgeschrittene, können zwischen dem Erlebnis-camp 5–13 Jahre oder dem Leistungscamp 9–15 Jahre wählen. In altersgerechten Gruppen werden verschiedene fußballspezifische Trainingsstationen unter der Leitung qualifizierter Trainer angeboten. Zudem erwartet die Kicker und Kickerinnen eine spannende Camp Weltmeisterschaft! Jede/r Teilnehmer/in kann sich

auf einen kompletten Puma Trikotsatz freuen und wird während des Camps mit Getränken und einem täglichen Mittagessen versorgt. Weitere Informationen und Online Anmeldung unter [www.superkicker.de](http://www.superkicker.de)

(Text & Foto: SVO)

## Der Kasper kommt wieder zum Kramermarkt

Der Kasper der Puppenbühne HEYDERHOFFMANN ist auch in diesem Jahr wieder für Jung und Alt jeden Nachmittag mit vielen unterschiedlichen Geschichten im historischen Teil der „Zeitreise“ zu sehen.

(Quelle: Puppenbühne Heyerhoff)

*Die Nähschule*  
in Oldenburg

**Wir bieten fortlaufend Nähkurse an!**

Friedrich-Naumann-Straße 8 | 26125 Oldenburg  
[www.dienahschule.de](http://www.dienahschule.de)

## Gemütlich oder kreativ: bei Skribo Lehnert findet jeder etwas

Der Herbst ist da! Für uns heißt das: Kreativzeit. Ob mit Pinsel und Leinwand, Stift und Papier, Kleber und Schere oder anderen Bastelmaterialien: Bei Skribo Lehnert ist man dafür bestens gerüstet.

Herbstdekoration muss nämlich nicht immer teuer neu gekauft werden – man kann sie auch ganz einfach selbst gestalten. Dazu eignen sich viele Naturmaterialien wie Bucheckern, Kastanien, Tannenzapfen oder Zweige, aus denen man ausgefallene Herbstfiguren bauen kann. Aber auch mit buntem Herbstlaub, das kunterbunt auf einem großen Blatt Papier zusammengeklebt wird, kann man ein wunderschönes Herbstbild kreieren. Mit geeignetem Draht und den entsprechenden Zutaten wie Schleifen und Bänder in erdigen Braun- und Rottönen kann man einen tollen Herbstkranz für die Tür gestalten. Und falls man einfach nur ein bisschen malen möchte: Aus dem Internet kann man viele wunderschöne Vorlagen für Herbstmotive herunterladen, die man mit oder ohne Kinder abzeichnen, bemalen oder bekleben kann. Dem herbstlichen Basteln sind also fast keine Grenzen gesetzt.

Bei Skribo Lehnert gibt's für alle Unternehmungen das passende Werkzeug. Einen Cutter für den Türkranz, einen Glasstift für herbstliche selbst gemalte Fensterbilder und der richtige Klebestift, um aus Herbstlaub wunderschöne Bilder zu gestalten. Wer keine Motivation zum Basteln hat, für den ist Skribo Lehnert auch da. Egal, ob Schulbuch, Lehrmaterial, Bestseller, Krimi oder Kinderbuch, per Online-Auftrag kann jedes Buch bestellt werden und ist am nächsten Werktag abholbereit - pünktlich also zum Feierabend auf dem gemütlichen Sofa.

Weitere Inspirationen und Informationen gibt's hier: [www.skribo-lehnert.de](http://www.skribo-lehnert.de)

(Text: Merle Werkmeister)

Bücher Geschenke Schulbedarf Bürobedarf Bastelspaß

**SKRIBO** Lehnert

*So viel! So nah!*

[www.skribo-lehnert.de](http://www.skribo-lehnert.de)

**Skribo Kreyenbrück | Harreweg 151–155 | 26133 Oldenburg**  
Mo – Fr: 9:00 – 13:00 Uhr, 14:00 – 18:00 Uhr | Sa: 9:00 – 13:00 Uhr

**Skribo Ofenerdiek | Weißenmoorstr. 281 | 26125 Oldenburg**  
Mo – Fr: 9:00 – 18:00 Uhr | Sa: 9:00 – 13:00 Uhr

## Durchstarten im Herbst!

... das geht? Na klar! Lernen in und für alle Lebenslagen öffnet die Augen für eigene Kompetenzen, schafft ungeahnte Gemeinsamkeiten, hilft die Welt zu verstehen – quer durch alle Generationen z. B. rund um die Themen Nachhaltigkeit und Klimaschutz. Erfahrene Dozent\*innen schaffen in ihren



Kursen eine Atmosphäre, die Lernen und Weiterbildung zum Erlebnis macht.

Besonders in diesem Herbst: Kurse für Kids! Kochen, smart fotografieren, Gedächtnistraining spielend leicht, DIY-Trend Makramee.



Mehr wissen, höher springen... direkt zur Jungen VHS



(Text & Foto: VHS Oldenburg)

**Volkshochschule Oldenburg gGmbH**  
Karlstraße 25 | 26123 Oldenburg  
[www.vhs-ol.de](http://www.vhs-ol.de) | 0441 92391-50

Scannen. Stöbern. Dabei sein.

# Experten Tipps

## Kniggetipp von Ralf Beyer Süßes oder Saures



Der Herbst hat begonnen, der Reformationstag steht als Feiertag im Kalender, aber wahrscheinlich fiebern Kinder und Eltern eher Halloween entgegen. Schräge Gestalten ziehen durch die Siedlungen, klingeln an fremden Türen und rufen, nachdem man geöffnet hat „Süßes oder Saures“. Ein Brauch, der aus Amerika kommt und sich auch seit vielen Jahren bei uns in Deutschland stetig wachsender Beliebtheit erfreut. Hier gibt es ganz unterschiedliche Reaktionen. Viele Menschen kaufen zu diesem Tag eine bunte Mischung an Süßigkeiten ein, um die Kinder, die Gedichte auswendig gelernt haben, zu belohnen. Es ist doch einfach schön zu sehen, wie die Kinderaugen glänzen, wenn sie sich nach „getaner Arbeit“ ihre Belohnung abholen dürfen. Wenige Menschen lassen einfach die Außenrolläden runter und simulieren Abwesenheit. Die Kinderschar durchblickt jedoch all zu oft diesen „üblen Trick“. Dieses Fehlverhalten muss bestraft werden ... Spätestens jetzt ist aber oftmals der Spaß vorbei. Einige Kinder werfen Eier an die Türen, Fenster oder in die Gärten, andere wiederum umwickeln die Haustür mit Toilettenpapier. Das ist leider etwas zu viel Saures, denn es handelt sich lediglich um einen Brauch bzw. um einen Spaß, nicht mehr und nicht weniger. Nur weil wenige Menschen sich diesem Spaß widersetzen, sollte ihnen aber kein materieller oder gar wirtschaftlicher Schaden entstehen. Vielleicht können die Eltern ihren Kinder ein wenig beratend zur Seite stehen, damit das „Saure“ den Spaßverweigerern nicht sauer aufstößt. In diesem Sinne ... kaufen Sie doch ein paar Süßigkeiten und belohnen die Kinder, die ein Gedicht oder Lied gelernt haben. Ihr Ralf Beyer

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

## Gesundheitstipp von Petra Eberlei Drehen Sie Ihre biologische Uhr zurück



Jeder weiß: Das kalendarische Alter lässt sich nicht beeinflussen. Anders sieht es beim biologischen Alter aus. Hier können Sie der Zeit ein Schnippchen schlagen. Es gibt eine ebenso einfache wie wirksame Maßnahme, Ihren Körper vital und leistungsstark zu halten.

### Entscheidend für Ihre Leistungsfähigkeit ist Ihre Muskulatur

Die Muskeln sind das Kraftwerk Ihres Körpers. Sie setzen alles in Bewegung, stabilisieren die Wirbelsäule, schützen vor Verschleiß und Verletzung und sind maßgeblich beteiligt bei der Wärmeproduktion und dem Stoffwechsel. Zudem hat Muskeltraining nachweislich positive Wirkungen auf viele kognitive Funktionen des Gehirns und die Psyche.

Und – wie wir schon einige Male an dieser Stelle erläutert haben – beginnt ein muskulärer Abbauprozess bei uns Menschen schon ab ca. dem 25. Lebensjahr (Sarkopenie). So verringert ein passiver Lebensstil Ihre Kraft, Leistungsfähigkeit und Belastbarkeit und das Risiko für Beschwerden und Krankheiten steigt bei inaktiven Menschen.

### Mein Tipp: Trainieren Sie 2x 45 Minuten pro Woche

Starten Sie jetzt mit Ihrem gesundheitsorientierten Trainingsprogramm. Mit einer persönlichen Beratung und einem professioneller Eingangsscheck sorgen wir vom LIFE FITNESS Oldenburg dafür, dass Sie mit der richtigen Intensität und Freunde Ihr Training starten. Die optimale Balance erlangen Sie dann mit dem Krafttraining (z. B. im elektronischen Zirkel) und Übungen zur Beweglichkeit (Flexx-Muskellängentraining).

Zweimal pro Woche nur 45 Minuten reichen aus, um Ihre biologische Uhr zurückzudrehen. Probieren Sie es einfach mal aus.

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

## Steuertipp von Harald Trost Erhöhung des Mindestlohns und der Minijobgrenze



Die Verdienstgrenze für Minijobs steigt am 1. Oktober 2022 von 450 auf 520 Euro im Monat. Dies geschieht gleichzeitig mit der Erhöhung des Mindestlohns auf zwölf Euro. Betriebe, die Minijobber zum Mindestlohn beschäftigen, müssen nun kontrollieren, ob die bisherigen Arbeitszeiten noch passen und eventuell die Stunden verringern. Zu den Anpassungen gehört auch die Neufestsetzung der Beträge für einen Midijob. Dieser liegt ab dem 1.10.2022 vor, wenn ein Arbeitnehmer im Monat zwischen 520 € und 1.600 € verdient. Dazu wird der Arbeitgeberbeitrag oberhalb der Geringfügigkeitsgrenze zunächst auf die für einen Minijob zu leistenden Pauschalbeiträge in Höhe von 28 % angeglichen und gleitend auf den regulären Sozialversicherungsbeitrag abgeschmolzen.

(Steuertipp präsentiert von Dipl.-Kfm. Harald Trost, Steuerberater in der Nadorster Str. 134, Foto: Harald Trost)

**HARALD TROST**  
DIPLOM-KAUFMANN & STEUERBERATER

Nadorster Straße 134 · 26123 Oldenburg  
Tel. 0441 - 80 00 78 92 · Fax 0441 - 80 00 78 93  
info@steuerberater-trost.de · www.steuerberater-trost.de

**25 Jahre**  
28. Januar 2023 | Empfang ab 19:00 Uhr  
Eintritt 35,- € inkl. Begrüßungsdrink, Flying Buffet, Casino-Tische, Showprogramm & Tombola  
Karten nur im VK erhältlich

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

**OYJOI**  
NEWS VON HIER

**NACHRICHTEN AUS DER REGION**

**NADORSTER EINBLICK**  
**HUGO JOURNAL**  
**UNSER EDEWECHT**  
**UNSER BRAKE**  
**ZWISCHENAHNER JOURNAL**  
**DER KREYENBRÜCKER**

**JETZT ONLINE LESEN!**

WWW.OYJOI.COM

**ART PLAKAT**

EXKLUSIVE RAHMUNGEN + RAHMUNGEN ALLER ART  
DONNERSCHWEER STR. 4  
26123 OLDENBURG  
TEL (0441) 7 67 56  
E-MAIL: INFO@ART-PLAKAT.DE  
WWW.ART-PLAKAT.DE

**Kunst im städtischen Raum:  
Das Memur Urban Art Festival hinterlässt bleibende Eindrücke im Bahnhofsviertel**

Was hat in den vergangenen 12 Monaten die Welt bewegt? Vor dem Hintergrund dieser Frage haben sich internationale Urban Art Künstler\*innen vom 12.-14. August in Oldenburg eingefunden, um ihre Werke an die 250 Meter lange Wand am Bundesbahnweg zu bringen. Herausgekommen sind dabei drei beeindruckende Festivaltage, in denen man nicht nur den Künstler\*innen bei ihrer Arbeit zusehen, sondern auch ein Rahmenprogramm bestehend aus Workshops, Ausstellungen und Filmen mitnehmen konnte. Und wer das Festival verpasst haben sollte, kann sich dennoch die Ergebnisse weiterhin vor Ort ansehen. Empfehlenswert auch für diejenigen, die der Faszination der großformatigen Bilder noch einmal nachspüren möchten.

[www.memur-festival.com](http://www.memur-festival.com)

(Text: Renée Repotente, Fotos: Georg Krone)

## beurer medical Fieberthermometer

FT09

UVP 11,49 €  
jetzt  
**1,98 €**



## Grippostad®

24 Kap.

statt 15,29 €  
jetzt  
**9,98 €**



SIE SPAREN 34 %

## Lasea®

56 Kap.

statt 42,60 €  
jetzt  
**26,98 €**



SIE SPAREN 36 %

## MUCODUAL®

2 in 1 Sirup

100 ml

UVP 9,97 €  
jetzt  
**5,98 €**



SIE SPAREN 40 %

## orthomol immun

30 Beutel Granulat

statt 57,98 €  
jetzt  
**40,98 €**



SIE SPAREN FAST 30 %

## PHYSIOGEL

CALMING RELIEF A.I. CREME

100 ml

statt 29,78 €  
jetzt  
**22,98 €**



SIE SPAREN 22 %

## PROSPAN® Hustensaft

100 ml

statt 8,50 €  
jetzt  
**4,98 €**



SIE SPAREN 41 %

## ThermaCare WÄRMEUMSCHLÄGE

6 Stück

statt 31,98 €  
jetzt  
**24,98 €**



SIE SPAREN 21 %

## VIGANTOL® 1000 i.E.

200 Tab.

statt 16,48 €  
jetzt  
**9,98 €**



SIE SPAREN 39 %

## WEPA OMEGA-3

60 Kap.

Dauertiefpreis  
**6,98 €**

