

OYJO!

NEWS VON HIER

OLDENBURGER QUARTIERE

OFENERDIEK, ETZHORN, OHMSTEDE,
BÜRGERFELDE, NADORST UND UMZU!
MIT SONDERTEIL METJENDORF

by **HUGO-JOURNAL**

Hallo Frühling

Schönes rund um
Ostern & Co.

Gesundheit

Fit werden und bleiben
Experten-Tipps

Gutscheine von:

Diek Apotheke
Willers
Sparta

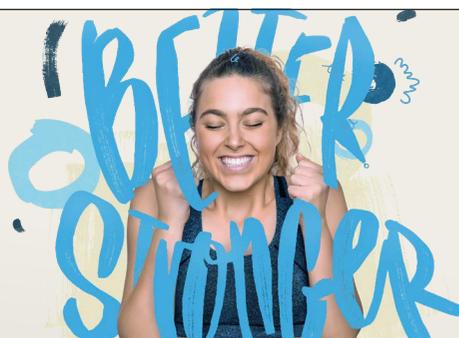
Frohe
Ostern!

4

AUSGABE APRIL 2023 | LESEN SIE ALLE AUSGABEN ONLINE AUF: WWW.OYJO.COM

STARTE JETZT MIT

1 MONAT
ZUFRIEDENHEITS-
GARANTIE




LIFE FITNESS
— OLDENBURG —

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

*FÜR ALLE DIE UNS NOCH NICHT KENNEN, WIEDEREINSTEIGER UND MITGLIEDER ANDERER FITNESS-CLUBS. BEI ABSCHLUSS EINER 12- ODER 24-MONATS MITGLIEDERSCHAFT. GÜLTIG BIS ZUM 21.05.2023

HOTEL & RESTAURANT SPARTA **10 % RABATT AUF ALLE AUSSER-HAUS-BESTELLUNGEN**

FRÖHLICHE ÖSTERN

WIR WÜNSCHEN EUCH FROHE ÖSTERN & SIND NATÜRLICH AUCH AN DEN FEIERTAGEN FÜR EUCH DA:

Karfreitag, Ostersonntag, -sonntag & -montag geöffnet von 11:00 - 14:00 & von 17:30 - 22:00 Uhr

Wir freuen uns auf Eure Reservierung!



BAROMETER-BESITZER AUFGEPASST!
Rhodos Platte (für 2 Personen) & Aphrodite Platte (für 4 Personen)
auch als Außer-Haus-Bestellung möglich.

Bestellungen unter: 0441 20959750 oder 0178 5053210  Alter Postweg 6 · 26215 Wiefelstede · www.restaurant-sparta.com 

KFZ-Meisterbetrieb Rieger GmbH



Kennen Sie unser Räderhotel?

LICHTTEST UND BREMSENCHECK KOSTENLOS

Reifenservice	20,00 €
Einlagerung demontierter Räder.....	17,00 €
Achsenvermessung inkl. Einstellung.....	62,00 €
Jahresinspektion	75,00 €

zzgl. Materialkosten für z.B. Scheibenwischblätter oder Filter
Während Ihrer Wartezeit bieten wir Ihnen in unserer Cafeteria Lavazza Kaffee an.

UNSERE LEISTUNGEN:

• Mechanik	• Ölwechsel	• Achsvermessung + Einstellarbeiten
• Leihwagenservice	• Inspektion für alle Fabrikate	• Lackierungen
• Unfallschaden-instandsetzung	• Karosserie	• Klimageservice
• HU/AU durch GTÜ	• Hol- und Bringservice	... und vieles mehr!
• Fehlersuche aller Art	• Reifenservice mit Einlagerung	
• Elektrik		

Karl-Fischer Str. 8 · 26215 Metjendorf
Tel: 0441/849 29 · Fax: 0441/88 32 85 · www.meisterbetrieb-rieger.de
Mo-Fr von 8-18 Uhr, Sa 9-14 Uhr · GTÜ täglich



Liebe Leserinnen, liebe Leser,

und schon ist es wieder soweit: die Osterzeit mit all ihren bunten Freuden steht vor der Tür. Wir schwelgen in zarten bis kräftigen Frühjahrsfarben, genießen frische, leichte und belebende Speisen und Gerichte, erfreuen uns am Erntedankfest und an den ersten Ernten. Wir sind in Bewegung, sei es um die regelmäßige Sportroutine nach draußen zu verlegen oder einfach durch die Natur zu streifen und ihre neuen Sprösslinge zu begrüßen.

Im Stadtteil tut sich mit dem beginnenden Frühling ebenfalls so einiges. Besonders erwähnenswert: 1. HUUGO e.V. Vorsitzender Cehan San war auf seiner Mission für die Zukunft des Handwerks im Süden unterwegs und hatte dabei sehr prominente Partner an seiner Seite (mehr dazu auf Seite 4). Und unsere Frühling-Sonderseiten sprudeln nur so über vor tollen Tipps und Empfehlungen. Also lassen Sie sich überraschen.

Der Frühling weckt unsere Lebensgeister – und gleichzeitig auch den stärkeren Wunsch, sich mehr um uns selbst und die eigene Gesundheit zu kümmern. Daher ist eines unserer Sonderthemen eben diesem Bereich gewidmet – hier stellen sich Experten in Sachen Gesundheit vor und geben hilfreiche Tipps, wie man fit wird und auch bleibt.

Zuletzt noch in eigener Sache: Mangoblaue feiert am 1. April einen wilden Geburtstag – wir werden 13! Also hoch die Tassen und Torte geschmissen – nein, die wird doch lieber gegessen ... In diesem Sinne wünschen wir Ihnen einen fröhlichen Frühlinganfang!

Herzlichst
Ihre Redaktion

Für Ihren Kalender – der nächste Magazin-Termin:

» Mai-Ausgabe: Anzeigen- & Redaktionsschluss: 12. April 2023
Haushaltsverteilung: 29. April 2023

Hier finden Sie die aktuelle Ausgabe:

» Diek Apotheke » Edeka Ofenerdiek & Metjendorf
» Budni » LZO » Möbel Wehrauch



DEIN EVENT KOSTENLOS AUF OYJOI NEWS VON HIER & IM MAGAZIN



Diek APOTHEKE *Wir machen Ihre Sprünge für Sie!*
Inhaber Detlef Leibner

Unsere Angebote gültig bis zum 28.04.2023

Öffnungszeiten: Mo.-Fr. 8-18:30 Uhr, Sa. 9-13 Uhr (durchgehend geöffnet)

Cetirizin HEXAL® bei Allergien,
10mg, 20 Filmtabletten*
Bei Erwachsenen und Kindern ab einem Alter von 6 Jahren zur Linderung von Nasen- und Augensymptomen bei saisonaler und ganzjähriger allergischer Rhinitis und zur Linderung von Nesselsucht (Urtikaria).
Warnhinweis: Enthält Lactose.
Wirkstoff: Cetirizindihydrochlorid.

29,95
6,39
Sie sparen 29%



HYLO DUAL INTENSE®
Befeuchtende Augentropfen, 10ml
HYLO DUAL INTENSE® Augentropfen befeuchten intensiv chronisch trockene und gereizte Augen mit entzündlicher Symptomatik. Sie schützen die Augenoberfläche vor einer erneuten Austrocknung und lindern die typischen Symptome wie Brennen oder Jucken.

19,95
15,39
Sie sparen 22%



Livocab® direkt Kombi,
4ml Augentropfen + 5ml Nasenspray*
Behandlung der Beschwerden einer allergisch ausgelösten Entzündung der Bindehaut, z. B. Heuschnupfen oder dem sogenannten Frühlingkatarrh (Augentropfen) bzw. zur Behandlung von Beschwerden bei allergischem Schnupfen, z. B. Heuschnupfen (Nasenspray). Für Kinder ab 1 Jahr, Jugendliche und Erwachsene.
Warnhinweis: Enthält Propylenglycol, Benzalkoniumchlorid und Phosphate.
Wirkstoff: Levocabastin (vorliegend als Levocabastinhydrochlorid).

20,36
14,19
Sie sparen 30%



Canesten® Extra Nagelset,
1 Set*
Anwendungsgebiete: Zur nagelablösenden Behandlung von Pilzerkrankungen der Nägel an Händen und Füßen mit gleichzeitiger gegen Pilze gerichteter (antimykotischer) Wirkung.
Hinweis: Enthält Wollwachs. Packungsbeilage beachten!
Wirkstoffe: Bifonazol/Harnstoff

30,79
Unser Preis!



Ofenerdieker Straße 32 | 26125 Oldenburg | Tel. 0441 - 380 370 | www.diek-apotheke.de

* Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Angebote solange Vorrat reicht. Für die dargestellten Produkte gelten keine gesetzlichen Einheitspreise. Für Druckfehler und Irrtümer keine Haftung.

IMPRESSUM
Das OYJO! by HUGO-Journal erscheint monatlich bei der Mangoblaue Medien GmbH – Oldenburg und wird kostenlos vertrieben.

V.i.S.d.P. und Herausgeber:
Mangoblaue Medien GmbH
Axel Berger, Marlies König-Berger (in Zusammenarbeit mit der Werbegemeinschaft: „HUGO e.V.“), Jürnweg 7, 26215 Metjendorf
Tel. 0441 – 97 21 22 23,
E-Mail: info@hugo-journal.de,
Gerichtsstand: Oldenburg (Oldb.)

Verantwortlich für Redaktion:
Axel Berger (V.i.S.d.P.)

Redaktionelle Mitarbeit:
Axel Berger, Renée Repotente, Katja Mickelat

Satz & Layout:
Mangoblaue Medien GmbH,
Sophie Hehlert, Marlies König-Berger, Nadine Börjes

Druck:
MegaDruck.de Produktions- und Vertriebs GmbH,
Am Haferkamp 4, 26655 Westerstede

Vertrieb:
Deutsche Post, Einkauf aktuell
Verbreitungsgebiet:
Stadtteil Ofenerdiek (Oldb.), Metjendorf, Bürgerfelde, Etzhorn

Erscheinungstermin:
Anfang des Monats
Redaktionsschluss:
Mitte des Vormonats

Bildnachweis:
Mangoblaue Medien GmbH, www.freepik.de
Titelbild: www.freepik.de
www.hugo-journal.de

Haftungsausschluss:
Für Angaben im Serviceteil und unverlangt eingesandte Materialien wird keine Haftung übernommen. Fremdgekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Leserbriefe können gekürzt werden. Es gilt die Anzeigenpreisliste von Januar 2023. Anzeigenvorlagen unterliegen dem Urheberrecht. Abdruck und Weiterverbreitung sämtlicher Inhalte nur nach Genehmigung. Alle © 2023 liegen bei der Firma Mangoblaue Medien GmbH Medien GmbH.



Wir sind Hugo!
HUGO
 Handel und Gewerbe
 Ofenerdiek e.V.



13 JAHRE WERBEAGENTUR MANGOBLAU

Was für eine wilde mangoziöse Zeit?!

3 Jahre ist es nun her, dass wir unser 10tes Jubiläum feiern durften. Nun sind drei ganz „besondere“ Jahre dazugekommen – und wir sind noch hier. Ein Grund zu feiern, dankbar und ziemlich stolz zu sein. Wir sind gewachsen, umgezogen, haben uns durch verrückten Zeiten gewühlt und sind stärker, erfahrener, besser und mehr geworden. Was Marlies und ich vor 13 Jahren (eigentlich sind es fast schon 15 Jahre, wenn man die Vorgänger-Agentur Einzelkind mit einbezieht) aus der Taufe gehoben haben, ist zu einem riesen Bumms mit mittlerweile rund 25 Mangos geworden, die auf so ziemlich allen Gebieten der Medienwelt echte Profis am Start haben. Der Form halber hier eine kleine Aufzählung, damit der Eigenwerbung auch genüge getan ist:

Start und gut gerüstet für die Herausforderungen der Zukunft. Das sollte also klappen. Ach so, das darf ja nicht fehlen: Wir bedanken uns bei allen Kunden, allen Wegbegleitern, dem einen oder anderen Arschlochengel und, vor allem, bei unserem Rudel: **„Mangos, ihr seid die besten, wir haben euch lieb und sind mega stolz auf euch!“**

Ansonsten, bleibt nur zu sagen: die Einladung aufn Kaffee im Jürnweg 7 in Metjendorf steht. Es gibt viel zu gucken, denn unsere 300 qm große Multimediahalle mit 2 Bühne, Filmsets, Fotostudio, Podcaststudio, Schnittraum und Showküche, ist auch fertig.

Liebe Grüße Marlies & Axel (Gründereltern)

Irgendwas mit Medien. Alles mit Medien! Das macht Mangoblau. Full-Service halt.

Mindestens eben so wichtig wie das richtige Leistungsangebot ist aber das Mindeset. Wenn eine Firma für alle mehr ist, als nur ein Konstrukt um Geld zu verdienen und den Tag rumzukriegen, sondern zu einer echten Herzblutfabrik geworden ist, dann hat man wohl so einiges richtig gemacht. Das Konzept der Arschlochfreien Zone zu leben, ist nicht immer ganz einfach, aber zahlt sich aus - monetär, aber in erster Linie in Lebens- & Arbeitsqualität.

Lange Schreibe, großer Sinn. Wir gucken mal, dass wir unseren Weg auch in den kommenden verrückten Zeiten weiterhin erfolgreich irgendwas mit Medien machen dürfen. Wir sind motiviert, voll am

PS: Und weil wir etwas zurückgeben wollen (und so was Karma-Punkte gibt), haben wir uns etwas überlegt. Wenn du / ihr /sie ein (gemeinnütziger)Verein, eine motivierte Gruppe von Weltverbesserern oder eine andere Initiative uns brauchen könnt, dann schickt uns euren Wunsch (z.B. für eine neue Website, Unterstützung bei Social Media, einen Imagefilm, Fotos, Podcast, Flyer oder eine konzeptionelle Beratung), schildert uns euer Projekt und schreibt ein paar Zeilen über euren Verein oder eure Initiative an info@mangoblau.de mit der Begründung, warum ihr euch unsere Unterstützung wünscht. Das oder die Projekt(e), das/die uns am meisten begeistern und dazu beitragen die Welt etwas besser und zu einer arschlochreduzierten Zone zu machen, werden dann in 2023 kostenlos unterstützen. Wir sind gespannt auf eure Einsendungen.



Viele Gäste auf dem AGM Neujahrsempfang

Zur diesjährigen Jahreshauptversammlung hatte die AGM am 10. März in die Räumlichkeiten der Freiwilligen Feuerweh Ofenerdiek im Langenweg eingeladen. Der erste Vorsitzende Ernst Dickermann begrüßte die zahlreich erschienenen Mitglieder und Gäste, darunter auch Ratsmitglieder und Bundestagsabgeordnete. In seiner Eingangsrede hob Herr Dickermann noch einmal die gute Arbeit und das Engagement der vielen Vereine in Ofenerdiek hervor. Bürgermeisterin Nicole Piechotta, die ebenfalls ein Grußwort an die Anwesenden richtete, verwies auf die vielen Aktionen und Aktivitäten, durch die der Stadtteil auch innerhalb Oldenburgs eine besondere Stellung einnehme. Mit der Arbeit des Fördervereins Bürgerhaus Ofenerdiek e.V. etwa würde zudem ein bisher in der Stadt einzigartiges Projekt umgesetzt werden.

Bei so viel positivem Feedback war die Stimmung locker und gelöst, als zur anschließenden Stärkung mit verschiedenen Suppen geladen wurde. Mit vielen lebhaften und angeregten Gesprächen klang der Abend schließlich aus. (Text und Fotos: Renée Repontente)



Über die Zukunft des Handwerks HUGO e.V. Vorsitzender Cehan San auf der Zukunft Handwerk in München



Das waren inspirierende Tage für den Handwerksmeister und 1. Vorsitzenden des HUGO e.V.: Im März war er u.a. als Panelspeaker auf der diesjährigen Messe Zukunft Handwerk in München zu Gast und hatte sogleich prominente Partner zum Interview und Gespräch – allen voran Bundeskanzler Olaf Scholz, mit dem sich Cehan über die Perspektiven des Handwerks unterhielt. Dabei kamen beide zu dem Konsens, zukünftig nicht mehr von einem Fachkräftemangel zu sprechen, sondern von einem Fachkräftebedarf – und sich mit dieser kleinen Wortänderung positiver und zuversichtlicher den Herausforderungen an das Handwerk zu stellen. Dass dieses nach wie vor einen der wichtigsten Grundpfeiler unserer heutigen Wirtschaft darstellt, davon ist Cehan San überzeugt – und davon möchte er noch möglichst viele überzeugen. Mit dem gelungenen Messeauftritt, der zuvor sogar vom zdf in einem Beitrag begleitet wurde, hat er schon einen großen Schritt getan – dem werden sicherlich viele weitere folgen!

(Text: Renée Repontente, Fotos: Cehan San)



Mangoblau GmbH
 Jürnweg 7, 26215 Wiefelstede / Metjendorf
 Tel.: 0441 97 21 22 23 · WhatsApp: 0179/5150571
 E-Mail: info@mangoblau.de · www.mangoblau.de



Viele Artikel sofort verfügbar

Saison

GARTENMÖBEL



Weirauch
FÜR EIN SCHÖNES ZUHause.

Mein liebe Kundinnen und Kunden,

endlich raus! Der Frühling hat inzwischen auch auf dem Kalender begonnen, ab und zu lässt sich die Sonne blicken.

Es wird Zeit, dass wir endlich wieder unseren Garten oder Balkon genießen können. Für noch mehr Gemütlichkeit haben wir tolle Lounge-Möbel, Strandkörbe oder Liegen in unserer Gartenmöbel-Ausstellung. Natürlich finden Sie auch Sitzgruppen, Sonnenschirme oder Hängematten.



Ein neues Lieblingsstück und ein echter Hingucker ist die Outdoor-Küche von home islands. Wäre es nicht toll, wenn man die Beilagen für die nächste Grillparty gleich direkt vor Ort zubereiten könnte?

Kommen Sie vorbei - unser Team aus der Gartenmöbel-Abteilung berät Sie gern.



Wir wünschen eine schöne Draußenzeit 2023!

Ihre Familie Weirauch

UNSERE AKTUELLEN PROSPEKTE



JETZT DURCHBLÄTTERN!

moebel-weirauch.de



„Etwas schief ins Leben gebaut ...“ Aus Leben und Werk von Joachim Ringelnatz

Geboren als Hans Gustav Böttcher im sächsischen Wurzen, wurde er später unter dem Namen Joachim Ringelnatz sehr bekannt. Bekannter noch wurde der Titelheld einiger seiner Gedichte und Geschichten: der Seemann „Kuttel Daddeldu“. Theo Gerdes und Tammo Poppinga wollen am Donnerstag, 20. April aus dem abenteuerlichen Leben des Seemanns, Schriftstellers, Malers und Kabarettisten Ringelnatz erzählen und dabei viele seiner humorvollen und manchmal auch skurrilen Gedichte zu Gehör bringen. Tammo Poppinga begleitet zudem das lebhaftes und amüsante Vortragsprogramm mit vielen Liedern. Und natürlich kommt auch Kuttel Daddeldu zu Wort.

Die Veranstaltung im Heinrich Kunst Haus (Sandweg 22, Ofenerfeld) beginnt um 19:30 Uhr. Karten gibt es für 7 Euro an der Abendkasse im Haus, die ab 19:00 Uhr geöffnet ist.

(Text: Begegnungsstätte Heinrich Kunst e.V.)

Konzert mit Iko Andrae & Band Alte und neue Songs im Heinrich Kunst Haus

Am Donnerstag, 6. April gastiert Iko Andrae aus Oldenburg mit seiner Band „Jellyfish Rodeo“ wieder im Heinrich Kunst Haus (Sandweg 22, Ofenerfeld) und präsentiert alte und neue Songs aus seiner langen musikalischen Karriere. Es spielen neben Iko Andrae (Gitarre und Gesang) Michael Jungblut (E-Gitarre), Bahli Bahlmann (Schlagzeug) und Olaf Liebert (Bass). Sie wollen mit „erdigen, manchmal folkigen, manchmal auch rockigen Songs und handgemachtem Sound“ ihr Publikum begeistern, wie es in der Ankündigung heißt.

Das Konzert im Heinrich Kunst Haus beginnt um 19:30 Uhr, Einlass ist ab 19:00 Uhr. Karten gibt es für 10 Euro an der Abendkasse.

(Text: Begegnungsstätte Heinrich Kunst e.V.)

Kinder-Kleiderbörse

Der Förderverein der ev. Kindertagesstätte Langenweg e.V. veranstaltet am Sonntag, 16. April zum ersten Mal eine Kinder-Kleiderbörse. In der Zeit von 11:30 bis 14:00 Uhr werden u.a. nach Größen (50-146) sortierte Kinderkleidung und Bücher angeboten. Eine Cafeteria mit Kaffee und Kuchen begleitet diese Veranstaltung. Machen Sie mit oder besuchen Sie uns an diesem Tag! Das eine oder andere Schnäppchen wartet auf Sie.

📍 Veranstaltungsort:
Integrative Ev.-luth. Kindertagesstätte Ofenerdiek
Langenweg 165a | 26125 Oldenburg

Kontakt 📧 fv-kita-langenweg@web.de

(Text: Förderverein der ev. Kindertagesstätte Langenweg e.V.)



Neues aus Ofenerdiek

Ofenerdieker Bürgerbrunch am 23. April Noch wenige Tische frei. Jetzt reservieren!

Der FV Bürgerhaus Ofenerdiek berichtet über eine gute Nachfrage bei den Tischreservierungen für den 2. Ofenerdieker Bürgerbrunch am 23. April 2023 von 10:00 bis 15:00 Uhr in der Schulmensa der Oberschule Ofenerdiek. Es ist ratsam, einen der letzten Tische jetzt zu reservieren.

Auch in diesem Jahr werden die Brötchen wieder vom Bürgerhausverein gesponsert. Was die Teilnehmenden dann darauf legen, bleibt ihrer Fantasie überlassen. Auch Kaffee/ Tee, Teller und Besteck bringen die Teilnehmenden, wie bei einem Picknick üblich ist, selbst mit. Die Veranstalter würden sich zudem wieder über viele originelle frühlinghafte Tischdekorationen freuen.

Neben einem kleinen Konzert mit plattdeutschen Liedern mit Instrumentalbegleitung findet auch eine kleine Tombola statt, deren Erlös zu 100 % dem Bürgerhausprojekt zu Gute kommt. Der Hauptpreis ist eine Reise nach Berlin für 2 Personen. Geschäftsleute und Bürger, die die Tombola mit einem gespendeten Preis unterstützen wollen, setzen sich bitte mit dem Förderverein in Verbindung. Die Veranstalter hoffen, bis dahin auch den neuen Bürgerhauswein präsentieren zu können. mit dem Etikett „Ein Wein für Alle“.

Anfragen und Anmeldungen nimmt vom Vorstand Frau Susanne Sudholz unter Tel. 6001955 oder per Mail 📧 susanne.sudholz@buergerhaus-ofenerdiek.de entgegen.

Der Bürgerbrunch am Sonntag ist für Gruppen aller Art eine schöne Gelegenheit, sich einmal zwanglos bei einem Gemeinschaftsfrühstück mit kleinem Rahmenprogramm auszutauschen. Familien, Freundes- und Nachbarschaftskreise, auch Vereine, Vorstände, Initiativen haben so die Möglichkeit, miteinander ins Gespräch zu kommen. Auch gibt es einen Gemeinschaftstisch für Menschen, die keinen direkten Anschluss an eine Gruppe haben.

Für eine Tischbuchung wird kein Eintritt erhoben. Spenden für das Bürgerhausprojekt werden gern entgegengenommen.

(Text: Förderverein Bürgerhaus Ofenerdiek e.V.)



Sensationsfund beim Bürgerhaus Ofenerdiek

Bei Aufräumarbeiten des Fördervereins fanden die Mitglieder des Fördervereins, auf dem geplanten Bauplatz des Steinbackofens, einen Becher, der die Fachwelt in Begeisterung versetzt. Erste Untersuchungen lassen vermuten, dass es sich um den lange als verschollen gehaltenen Becher aus der Franzosenzeit (1811-1813) einem Erbstück von Graf Anton den Zweiten handeln könnte. So könnte sich nach 200 Jahren der Kreis wieder schließen und die Öffentlichkeit hätte erstmalig bei der geplanten Einweihung des neuen Bürgerhauses am 1. April 2024 die Gelegenheit, das einmalige Fundstück zu bestaunen. Weitere Infos auch über den Stand der Untersuchungen der Archäologen, können Sie auf www.buergerhaus-ofenerdiek.de erfahren.

(Text und Foto: Eckart Kelch)



Persönliche Beratung und individuelle Betreuung wird bei uns großgeschrieben!

WIR SPRECHEN KEIN FACH-CHINESISCH.

SONDERN OFENERDIEKISCH!



Sieben Berge 37 · 26125 Oldenburg · Tel.: 0441 500150
www.fbsp-steuerberatung.de · E-Mail: info@fbsp-steuer.de

Lohnsteuerberatungsring
Lohnsteuerhilfeverein e.V.



Ihr persönlicher Berater
Heiko Brandhorst

Langenweg 170 a
26125 Oldenburg
Telefon 04 41 / 9 60 82 19
Telefax 04 41 / 36 19 40 90
Mobil 01 76 / 23 10 91 52
heiko.brandhorst@ewetel.net



IDBV
• Lösungen für Privatkunden
• Lösungen für Geschäftskunden
• Öffentlicher Dienst

AXA – Versicherungen über EDEKA Husmann | Joachim Mirkes
Ofenerfelder Straße 1b | 26215 Metjendorf – Oldenburg | Tel: 0441 – 13177
Fax: 0441 – 13197 | joachim.mirkes@axa.de | www.axa-oldenburg.de
Öffnungszeiten: Mo. – Do. 9:00 – 17:00 Uhr | Fr. 9:00 – 14:00 Uhr

Husmann

„Mein Markt“

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

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

Wir ♥ Lebensmittel.

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

Tanz in den Mai!

30. April 2023
ab 20:00 Uhr

Mit DJ!

Eintritt frei!

Metjendorfer Landstraße 18 | 26215 Metjendorf | 0441 961800
info@koehnckes-hotel.de | www.koehnckes-hotel.de



Neues aus Metjendorf

2 Jahre Metjendorfer Wochenmarkt

Im Mai wird der Wochenmarkt 2 Jahre alt. Dieser Geburtstag soll am 20. Mai 2023 im Rahmen des Wochenmarktes mit einem Mittelaltermarkt gefeiert werden.

Gesucht werden hierfür noch Händler*innen, Künstler*innen und Kreativstände, evtl. auch Musiker*innen die sich mit Hut hinstellen möchten. Interessierte melden sich bitte bei Dagmar Schröder
✉ schroeder.dagmar@ewetel.net

Gleichzeitig möchten die Initiatoren zu einem Sponsoring für einen festen Marktwagen aufrufen, damit dort z.B. Biertische etc. gelagert werden können, um die Sitzflächen auf dem Markt zu vergrößern.

Jede Firma, die unterstützen möchte, darf gerne je nach Summe Werbung am Marktwagen anbringen lassen. Interessierte können sich ebenfalls bei Dagmar Schröder melden.

(Text: Renée Repontente, Foto: Dieter Schröder)

Street Art im Mehrgenerationenhaus CASA

Im CASA finden zu den Osterferien wieder tolle Projekte statt. Vom 3.-6.4. kann man beispielsweise sein eigenes Skateboard zusammenbauen und designen.

Kostenfreies Angebot für Mädchen und Jungen im Alter von 11-17 Jahren.

Anmeldung: 0441 36110234 oder casa@wiefelstede.de

Leitung: Christian Hermann, Egon Benedikt Dutzman

Street Art Metjendorf

03.04.-06.04., 9:30-12:30 Uhr

MEHREGENERATIONENHAUS CASA
Am Marktplatz 1, 26215 Wiefelstede

Gestalte dein eigenes Skateboard in deinem Style!

✉ casa@wiefelstede.de

Das kostenfreie Angebot richtet sich an Mädchen und Jungen im Alter von 11 bis 17 Jahren und findet in der Zeit von 9:30 bis 12:30 Uhr statt. Anmeldung unter Tel. 36110334 oder

(Quelle: Mehrgenerationenhaus CASA)

LOKALSPORT

ANFÄNGERKURS LINE DANCE STARTET IM APRIL IN RASTEDE BEI DEN LUCKY BOOTS

Beim Line Dance wird in Reihen zu einstudierten Choreographien getanzt und daher werden Körper und Geist gefordert. Jeder tanzt für sich, aber keiner tanzt allein. Am Dienstag, den 18. April 2023 findet von 18:00-19:00 Uhr in der Schützenhalle in 26180 Rastede (Mühlenstr. 33) eine kostenlose „Schnupperstunde“ statt. (Anmeldung nicht erforderlich) Ab dem 25. April 2023 beginnt dann ein 8-wöchiger Anfängerkurs von 18-19 Uhr in der Schützenhalle Rastede. (Die Kursgebühr in Höhe von 30,00 € bitte am 1. Übungsabend mitbringen.) Anmeldung Anfängerkurs und Fragen unter: luckyboots-oldenburg@web.de oder Tel. 0178 -81 68 948 (nach 18 Uhr) **Infos unter www.luckyboots-oldenburg.de** (Text: Lucky Boots e.V.)



GOLDENE EHRENNADEL DES STADTS-SPORTBUNDES

Christian Marke 1. Vorsitzender des SV Ofenerdiek erhielt am 17. März 2023 die goldene Ehrennadel des Stadtsportbundes für 25 Jahre ehrenamtliche Tätigkeit als 1.Vorsitzender des SVO. Christian, der 1974 in den SV Ofenerdiek eintrat, ließ sich 1991 zum stellvertretenden Fußballobmann wählen, wo er die Aufgaben mit großem Erfolg ausübte, um 1996 den Posten des 2. Vorsitzenden zu bekleiden. Am 3. Juli 1998 wählte die Mitgliederversammlung Christian zum 1. Vorsitzenden und diese Aufgabe führt er bis zum heutigen Tag mit viel Hingabe und Freude aus. Der Stadtsportbund und der SVO sagen DANK für dein Engagement, deine Mühen und die vielen Stunden die du dem SVO, den Mitgliedern und dem Sport widmest!

(Quelle und Foto: Sabine Thielen, SVO)



DU WILLST MITGLIED WERDEN IM SV OFENERDIEK, DANN JETZT AUFGEPASST!

Der DOSB unterstützt deine Motivation und spendiert für Neumitglieder, einen 40,00 € Gutschein. Dieser gilt natürlich nur für die Mitgliedsbeiträge! Also nicht lange überlegen, raus aus den Pantoffeln und rein in den Verein, denn die Gutscheine stehen euch nur bis zum 30. August 2023 online zur Verfügung!

Was müsst ihr tun?

- 1.) Einen Antrag auf Mitgliedschaft im SV Ofenerdiek ausfüllen <https://sv-ofenerdiek.de/der-verein/mitglieder-sponsoren/wie-werde-ich-mitglied>
- 2.) Das Antragsformular für den Sportcheck online unter <https://foerderportal.dosb.de/gutscheinaktion/sportvereinscheck/> ausfüllen und ihr erhaltet per E-Mail den Link zu einem kostenlosen Sportvereinscheck im Wert von 40 €.
- 3.) Den Antrag auf Mitgliedschaft + den per Mail erhaltenen Sportcheck beim SV Ofenerdiek einreichen. Beides könnt ihr entweder ausgedruckt bei eurem Übungsleiter oder persönlich zu den Öffnungszeiten in der Geschäftsstelle abgeben. Alternativ könnt ihr natürlich auch beides per Mail an den Mitgliederverwalter unter mitglieder-verwaltung@sv-ofenerdiek.de senden.

Auf der Rückseite findet ihr noch allgemeine Informationen rund um den Sportvereinscheck.

- Der Sportvereinscheck dient als Beitrag für eine Neumitgliedschaft in einem Sportverein.
- Sollte die Mitgliedschaft mehr als 40 Euro betragen, müssen die Mehrkosten selbst übernommen werden.
- Innerhalb von vier Wochen müssen Sie ihren Sportvereinscheck bei einem Sportverein einlösen.
- Pro Person kann nur ein Sportvereinscheck eingelöst werden.
- Für Familien: Pro E-Mail-Adresse können bis zu drei Sportvereinschecks heruntergeladen werden.
- Der Sportvereinscheck kann sowohl digital als auch ausgedruckt beim Sportverein eingelöst werden.

(Text: Sabine Thielen, SVO, Foto: SVO)

NOCH MEHR LOKALSPORT GIBT ES AUF WWW.OYJO.COM



WIR BEGRÜßEN DEN Frühling

& WÜNSCHEN
SCHÖNE OSTERN!



NATÜRLICH EIER FÄRBen

Natürliche Ostereier sind umweltfreundlich und einfach zu färben! Verwende Gemüse, Obst oder Gewürze als natürliche Farbstoffe und lasse die Eier mindestens 30 Minuten im Farbstoff ziehen. Mit Essig wird die Farbe intensiver und mit Kräutern oder Blüten lassen sich tolle Muster erzeugen. Teste verschiedene Techniken und verziere die Eier mit österlichen Motiven. Fertig sind die perfekten Ostereier zum Verzieren oder Naschen! (Text: Mangoblau, Foto: freepik)

25 Jahre BLUMEN LÜSCHEN



Am 1. April freuen sich Ralf Wilken und sein Team: auf 25 Jahre Blumen Lüschen (unter eigener Regie) und 90 Jahre Bestehen des Blumenhauses wird mit Dankbarkeit und Stolz zurückgeblickt. Gerade zur Zeit fällt die Auswahl aus herrlichen Schnittblumen, hübscher Oster-Dekoration und einem großen Gewächshaus mit der ganzen Bandbreite an Beet- und Balkonpflanzen nicht leicht. Die freundliche Atmosphäre ist im Laden immer spürbar: hier werden Sie von echten Profis beraten, die außerdem traumhafte Sträuße zaubern können. Also der perfekt Ort für die beginnende Gartensaison, Osterbesuche und auch schon die Muttertagsplanung. **Wir bedanken uns bei Blumen Lüschen für die tolle Zusammenarbeit und wünschen weiterhin von Herzen alles Gute!** (Text und Fotos: Katja Mickelat)

Blumige
Überraschung
FÜR SOPHIE & NICOLE



WIR LIEBEN UNSERE KUNDEN!



OSTERMUFFINS (nicht nur) für Kinder

Zutaten:
2 Tassen Mehl
2 Teelöffel Backpulver
1/2 Teelöffel Salz
1/2 Tasse Zucker
1 Ei
1 Tasse Milch
1/4 Tasse geschmolzene Butter
1 Teelöffel Vanilleextrakt
Bunte Streusel
Oster-Süßigkeiten
(z.B. Mini-Schokoladeneier, Marshmallow-Osterhasen)

Anleitung:

Den Backofen auf 200°C vorheizen. Ein Muffinblech mit Papierförmchen auslegen oder einfetten. In einer großen Schüssel Mehl, Backpulver, Salz und Zucker vermischen. In einer anderen Schüssel das Ei verquirlen und dann Milch, geschmolzene Butter und Vanilleextrakt hinzufügen. Die flüssigen Zutaten zu den trockenen Zutaten geben und gut vermischen, bis ein gleichmäßiger Teig entsteht. Füllen Sie die Muffinförmchen zu 2/3 mit dem Teig. Drücken Sie dann ein paar bunte Streusel in den Teig. Backen Sie die Muffins für 15-20 Minuten im vorgeheizten Ofen, bis sie goldbraun sind und ein Zahnstocher, den Sie in die Mitte des Muffins stecken, sauber wieder herauskommt. Lassen Sie die Muffins abkühlen und dekorieren Sie sie mit Oster-Süßigkeiten oder einer Zuckerglasur. Dafür mischen Sie einfach Puderzucker und Milch, bis eine glatte Glasur entsteht, dekorieren Sie die Muffins nach Belieben. **Viel Spaß beim Backen!**

(Text: Mangoblau,, Foto: freepik)



TIPP DER REDAKTION: KLEINE AUFKLEBER MIT
PERSÖNLICHEM GRUSS AUF DIE OSTEREIER KLEBEN!

TANZT EUCH FIT!
SENIOREN-, LINEDANCE- & FITNESS-KURSE!

Jetzt anmelden und los tanzen!

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

OSTER DEKO
NATÜRLICH NACHHALTIG
MAAS-NATUR.DE

Maas

Uhlhornsweg 99 | 26129 Oldenburg | MO - FR: 10.00 - 18.30 UHR | SA: 10.00 - 15.00 UHR
Telefon: 0441 7781756 | oldenburg@maas-natur.de | www.maas-natur.de

Stöja
RAUMAUSSTATTUNG

Frohe Ostern

Raumausstattung Stöhr & Janßen
Nadorster Str. 303, 26125 Oldenburg
Tel.: 0441-31915
www.raumausstattung-stoehr-janssen.de
info@raumausstattung-stoehr-janssen.de

Sausewind

TAGESFAHRTEN

Muttertag in Enschede 14.05.	48,- €
Leeuwarden 30.06.	48,- €
Groningen 15.07.	48,- €
Den Haag 22.07./09.09.	58,- €
Alkmaar 28.07.	48,- €
auf die Inseln (inkl. Fähre)	
Borkum 11.06.	78,- €
Norderney 11.06.	75,- €
Wangerooze 30.06./30.07.	79,- €
in die Niederlande	
Karfreitag in Amsterdam 07.04.	48,- €
Karfreitag in Utrecht 07.04.	48,- €
Gartencenter Oosterik 29.04.	48,- €
Ameland (NL)* 12.08.	70,- €
Keukenhof 06.05. (inkl. Eintritt)	68,- €

*exkl. Bustransfer vor Ort

DER KEUKENHOF: größter Blumenpark der Welt

Etwa 100 Hoflieferanten sind dafür verantwortlich, dass jedes Jahr wieder Zwiebelblumen – wie Narzissen, Hyazinthen, Kaiserkronen – im Keukenhof zu sehen sind, die in dem sandigen und kalkhaltigen Boden gut gedeihen. Hauptthema sind traditionellerweise Tulpen, von denen jährlich 4,5 Millionen Zwiebeln in 100 Variationen von Hand gepflanzt werden. Insgesamt werden in 30 Blumenshows jährlich ca. 7 Millionen Blumenzwiebeln gepflanzt. Der 32 ha große Park mit 2.500 Bäumen in 87 Variationen wird von 15 km Spazierwegen durchzogen und besitzt 7 Inspirationsgärten mit Gartenideen für die Besucher. Darüber hinaus ist der Keukenhof mit 150 Werken von 50 Künstlern auch ein großer Skulpturenpark.

06.05.23 Busfahrt inkl. Eintritt **68,- €**

Meeschweg 9 • 26127 Oldenburg • Fon: 0441/93565-0
info@sausewind.de • www.sausewind.de

Blumen Lüschen
Inh. Ralf Wilken

Ihr Fachgeschäft für
Blumen und Pflanzen
in Oldenburg - Ohmstede

90 Jahre Blumen Lüschen,
25 Jahre Inhaber Ralf Wilken!

Ein großes Dankeschön ❤️
für 25 Jahre Treue!

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

WIR BEGRÜßEN DEN

Frühling

& WÜNSCHEN
SCHÖNE OSTERN!

MITBAU-AUSSTELLUNG „WOLKENKUCKUCKSHEIM“
IM UNIVERSUM® BREMEN

Kunterbunt & kreativ

Stellen Sie sich vor, es gäbe einen Ort, an dem Träume wahr werden. Ein Wolkenkuckucksheim, wo Sie Ihrer Fantasie freien Lauf lassen dürfen und nach Herzenslust bauen, stapeln, zeichnen, falten und gestalten können. Dieses besondere Erlebnis für die ganze Familie bietet die gleichnamige Sonderausstellung „Wolkenkuckucksheim – Bau dir deine Welt, wie sie dir gefällt!“ im Universum® Bremen.



Auf 500 Quadratmetern können Sie nach Herzenslust mit den verschiedensten Materialien kreativ werden. Wie wäre es, wenn Sie eine eigene Stadt aus Pappe oder eine Blumenlandschaft aus Plastik entstehen lassen? Kistenweise Legosteine stehen bereit, damit sie eine Wand mit Sprüchen und Motiven verzieren können.

(Text & Foto: Universum® Bremen)



1. APRIL 2023 12-20UHR
KREATIVMARKT / WORKSHOPS / KUNST
CADILLAC HUNTESTRASSE 4A
26135 OLDENBURG

Am Samstag den 1.4. kann man gemütlich von 12:00-20:00 Uhr durch das Kulturzentrum Cadillac, Huntestraße 4a in Oldenburg, schlendern und auf dem Kreativmarkt nach Handgemachtem, Köstlichkeiten & Kunsthandwerken stöbern. Keramik, Klamotten, Holzdesigns, Kerzen und Karten, Gartendeko, Kunsthandwerk, Illustrationen und Drucke, Schmuck, Taschen und und und liegen auf den Ständen für die Besucher*innen bereit. Außerdem gibt es leckeres veganes Essen von veggieaid sowie eine tolle Auswahl an Workshops und Mitmachaktionen – alles gegen Spende! Klamottentausch, Siebdrucken, Schuck D.I.Y., Terrazzo gießen, Holzkugelschreiber bauen – für Groß und Klein ist auf jeden Fall etwas dabei. Außerdem gibt es eine Kunstausstellung des Mädchentreffs Oldenburg. Workshop Makramee-Einkaufsnetze knüpfen: Mit Anmeldung vor Ort!

Die Veranstaltung ist barrierefrei. Kein Ticket notwendig. Eintritt nach Selbsteinschätzung! #paywhatyouwant

(Quelle: handgemacht-oldenburg.de)

HANDGEMACHT MARKT

Am Samstag den 1.4. kann man gemütlich von 12:00-20:00 Uhr durch das Kulturzentrum Cadillac, Huntestraße 4a in Oldenburg, schlendern und auf dem Kreativmarkt nach Handgemachtem, Köstlichkeiten & Kunsthandwerken stöbern.

Keramik, Klamotten, Holzdesigns, Kerzen und Karten, Gartendeko, Kunsthandwerk, Illustrationen und Drucke, Schmuck, Taschen und und und liegen auf den Ständen für die Besucher*innen bereit.



Kunstausstellung
7. April - 10. April 2023

In der Mensa der
Oberschule Ofenerdiek
Lägerstraße 32
26125 Oldenburg

Öffnungszeiten:
Karfreitag 11.00 bis 18.00 Uhr
Samstag 14.00 bis 19.00 Uhr
Sonntag 11.00 bis 18.00 Uhr
Montag 11.00 bis 17.00 Uhr

Eintritt frei!

KUNSTAUSSTELLUNG DER OLDENBURGER KÜNSTLERGRUPPE

Von Karfreitag bis Ostermontag 2023 wird sich die Mensa der Oberschule Ofenerdiek am Swarte-Moor-See wieder in eine große Galerie verwandeln. Dort findet die traditionelle Kunstausstellung der Oldenburger Künstlergruppe, die seit 1978 an diesem Ort

über die Ostertage ihr Arbeiten präsentiert, statt. Es werden viele Exponate von 17 Künstlern und Künstlerinnen zu sehen sein. Die Besucher erfreuen sich jedes Jahr an den individuellen und einmaligen Kunstwerken in unterschiedlichen Techniken mit hohem Niveau und professionellem Können. Die Öffnungszeiten sind dem Plakat zu entnehmen. Der Eintritt ist frei. Außerdem ist eine Cafeteria eingerichtet. (Text & Foto: Oldenburger Künstlergruppe)



@ diedekogarage

Deko Garage
VERMIETUNG • VERKAUF • PERSONALISIERTES

DIE DEKOGARAGE – BESONDERE EINZELSTÜCKE

Seit Mai 2022 können sich Feierwütige Geld und Zeit sparen und sich Dekorationsartikel für jegliche Anlässe einfach in der DekoGarage leihen. Aus alt mach neu ist das Motto der Inhaberin Tina Gehrke, die aus jedem altem Holzteil ein Lieblingsstück zaubern kann. Ihre Garage ist ein Traum für jede*n Dekoliebhaber*in, bis obenhin voll mit Traubögen, Tischdeko, Makramees und vielem mehr. Es ist für jede*n etwas dabei: Boho-Liebhaber finden bestimmt ihre Freude an den Makrameewindlichtern, wer es lieber rustikal mag, der kann aus verschiedenen Holzschildern wählen. Zudem bietet sie Spaßartikel und Spiele für Geburtstage bis hin zur Deko für Mottopartys und Kindergeburtstage an. Der größte Teil ihres Sortiments besteht aus selbst hergestellten Einzelstücken, gebrauchten Raritäten, denen sie neues Leben eingehaucht, umfunktioniert oder umgebaut hat, die auch nicht selten vor dem Müll gerettet wurden. Tina ist auch immer offen für Ideen und Vorschläge, sodass auch individuelle Wünsche umgesetzt werden können. Wenn ihr also für euer Event schöne und einzigartige Deko sucht, dann seid ihr hier genau richtig! (Text & Foto: DekoGarage)

**DIE NÄCHSTE
AUSGABE
ERSCHEINT
AM 29. APRIL!**

Frohe Ostern!
**Wolle
Timmer**

Ofenerdieker Str.185
26125 Oldenburg
0441/60771 • www.wolle-timmer.de
meike.timmer@ewetel.net

Öffnungszeiten:
Di, Mi & Do: 9:30–18:00 Uhr

Wir wünschen allen
frohe Ostern!

5 Jahre bei Möbel Weirauch!

Teppich Schmidtke
Martin Schmidtke · Stiekelkamp 15 · 26125 Oldenburg
Tel.: 0441 88 53 08 32 · E-Mail: martin.schmidtke40@gmail.com
Öffnungszeiten: Mo. – Fr.: 10:00 – 19:00 Uhr · Sa.: 10:00 – 18:00 Uhr

textilpflege
fasson

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

Oberbetten | Kissen
Deko | Vorhänge

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

FENSTERBAU
Eeten

SOMMER MIT OFFENEN FENSTERN!
INSEKTENSCHUTZ!

Unser Insektenschutz ist maßgeschneidert und passt an alle Fenster und Türen. Sie lassen sich drehen, rollen & schieben.

Karl-Fischer-Str. 2 • 26215 Metjendorf • Tel. 390 18 770
www.eeten-fensterbau.de • f

WOLKEN KUCKUCKS HEIM

Bau dir deine Welt,
wie sie dir gefällt!

Unsere neue
Sonderausstellung
zum Mitmachen. Jetzt im
Universum® Bremen!

BREMEN
ERLEBEN!

KAPLA®

GEWOBA

Universum® Bremen

WIR BEGRÜßEN DEN

Frühling

„HEIMATKUNDLICHE BÜCHERBÖRSE“

Am 16. April auch Pflanzenflohmarkt rund ums Haus

Am Samstag, 15. April und Sonntag, 16. April, jeweils von 11:00 bis 17:00 Uhr, gibt es im Heinrich Kunst Haus (Sandweg 22, Ofenerfeld) 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 verschiedenen Antiquariaten aus dem Umland interessierten Buchliebhabern und Leseratten in der liebevoll hergerichteten Diele des Heinrich Kunst Hauses Romane und Erzählungen, Sachbücher und Bildbände, Kalender und Kunstbücher an, wobei mancher Besucher auch wohl auf ein besonderes „Schnäppchen“ stößt. Auch bei speziellen Fragen und Wünschen helfen die Buchverkäufer gerne weiter. Am Sonntag, 16. April gibt es zusätzlich einen großen Pflanzenflohmarkt rund ums Heinrich Kunst Haus. Angeboten werden Stauden, Blumenzwiebeln, Sämereien, aber auch Gartendekorationen wie Keramiken und Schmiedearbeiten. (Text: Begegnungsstätte Heinrich Kunst e.V.)

& WÜNSCHEN SCHÖNE OSTERN!



Blaufuchs

Sie spielen Punkrock, der davon träumt, Pop zu sein in einer blues-geprägten Kleinstadt, die davon träumt, Großstadt zu sein. Kanadische Gitarren treffen auf deutsche Texte mit klarer politischer Haltung und landen zwischen ZSK und Alex Mofa Gang.

Paloma and The Matches

Die Band zeichnet sich vor allem durch einen handgemachten Mix aus Gute-Laune-Surfmusik, dreckigen Gitarrenriffs, gepaart mit funky Basslines und melancholisch-verträumten Klängen aus, die an alte Tarantino- oder Bond-Soundtracks erinnern.

DÖ! – BLAUFUCHS MEETS PALOMA & THE MATCHES

22.4.2023,
20:00 Uhr,
Kulturetage

(Quelle und Fotos: Kulturetage)

OSTERBASTELN MIT DEM BVO

Kann man nicht selbst ein Geschenk zur Freude der Eltern, Großeltern oder für das eigene Kinderzimmer basteln?

Unsere Mitglieder Marianne und Jürgen Grundmann hatten eine tolle Idee und laden Kinder im Alter von 6 – 10 Jahren ein, unter der entsprechenden Anleitung einen Osterhasen zu basteln. Das Material wird vom Bürgerverein gestellt, die Teilnahme ist kostenlos, eine Anmeldung ist erforderlich. Stattfinden wird das Osterbasteln am Mittwoch, den 5. April 2023 in der Zeit von 15:00 – 17:30 Uhr bei Marianne und Jürgen. Die Personenzahl ist auf 10 Kinder beschränkt, Anmeldung und weitere Infos unter Telefon 0441 60 25 61.

(Text: Klaus-Dieter Habedank)



NIGHT OF THE IONIQ 6

Am 16.3. hatte das Autohaus Gerdes an der Nadorster Straße zur Night of the IONIQ 6 eingeladen, um die neue vollelektrische Limousine von Hyundai zu präsentieren. Die Ehrengäste durften nicht nur der Vorstellung lauschen, sondern in Loungeatmosphäre Cocktailgetränke und leckere Häppchen vom Buffett genießen. Geschäftsführer Jan Gerdes präsentierte mit seinem engagierten Team und dankbaren Gästen einen gelungenen Abend. (Text & Fotos: Georg Krone)



JETZT VORMERKEN:
FREITAG,
12. MAI 2023
UM 20:00 UHR
IM MEPHISTO
OLDENBURG

– BIKE DES MONATS – PUKY CYKE, KIWI GRÜN

- 24 Zoll Rahmenhöhe
- 7-Gang Nabenschaltung
- V-Brake Bremsen vorne & hinten
- Nabendynamo & Gepäckträger
- für eine Größe von 1,30 – 1,60 m
- Gewicht: 13,2 kg – alles machbar für Kinder ;-)



ZWEIRAD
BEILKEN

Zweirad Beilken GmbH & Co. KG

Weißenmoorstr. 249 | 26125 Oldenburg | 0441 302426
verkauf@fahrrad-beilken.de | www.zweirad-beilken.de

SUV MIT DOPPEL WUMMS:

SSANGYONG



- 5 Jahre Herstellergarantie¹
- 2.000 EUR Tankrabbatt²

Kraftstoffverbrauch Tivoli 1.5 T-GDI Benzin in l/100 km: innerorts: 8,8–7,7; außerorts: 6,6–5,6; kombiniert: 7,4–6,4; CO₂-Emission kombiniert: 170–147 g/km (gemäß VO (EG) Nr. 715/2007) Rexton 2.2 E-XDI Diesel in l/100 km: innerorts: 8,7–8,6; außerorts: 7,0–6,8; kombiniert: 7,5; CO₂-Emission kombiniert: 199–198 g/km (gemäß VO (EG) Nr. 715/2007)

¹Fünf Jahre Herstellergarantie und fünf Jahre Mobilitätsgarantie jeweils bis max. 100.000 km (150.000 km beim Rexton). Es gelten die aktuellen Garantiebedingungen: www.ssangyong.de/service/garantie

²Der Tankrabbatt gilt für alle Modelle beim Kauf eines Neuwagens, außer für den Korando e-Motion und Fahrzeuge in der Ausstattungsvariante Crystal, und nur bei teilnehmenden SsangYong Partnern bis zum 30.04.2023. Der Tankrabbatt in Höhe von 2.000 EUR wird vom SsangYong Vertragspartner von der Rechnung abgezogen.

K. Gerdes GmbH
Bürgerbuschweg 67 · 26127 Oldenburg
Tel. 0441 30666 · info@autohaus-gerdes.de
www.ssangyong-oldenburg.de



RIDE LIKE THE WIND – DIE NEUEN SEGWAY E-ROLLER BEI GERDES

Als führender Anbieter für zweirädrige Elektromobilität hat Segway eine Vision – umweltfreundliche Alternativfahrzeuge für kurze Strecken zu produzieren. Und diese Vision wird nun im Autohaus Gerdes Oldenburg Wirklichkeit. Mit dem Segway e-Roller B110SE startet man direkt ins Abenteuer! Die höchstmögliche Reichweite von bis zu 97 km macht den Roller zum perfekten Begleiter für jede Alltagsfahrten. Auch der Segway e-Roller E110S ist eine Überlegung wert. Mit einer Reichweite von bis zu 75 km bietet auch er eine neue, saubere und intelligente Art, sich fortzubewegen. Zahlreiche Funktionen wie das Airlock-System und das RideyGo sind über die mobile App zugänglich und machen das Fahrerlebnis noch angenehmer.

(Text: Renée Repotente, Foto: Mangoblau)



JETZT NEU BEI UNS!
Die neuen Segway
e-Roller und e-Mofa.



AUTOHAUS
GERDES
MIT SICHERHEIT BESSER

Nadorster Straße 249, 26125 Oldenburg, Telefon 0441 30668
info@autohaus-gerdes.de, www.autohaus-gerdes.de



**Ergotherapiepraxis
Katja Gott**

Alexanderstraße 324b
26127 Oldenburg
Tel. **0441 92379149**
E-Mail: info@katjagott.de
Web: www.katjagott.de

Schwerpunkte der Praxis:

- SENIOREN/ALTERSHEILKUNDE
- PSYCHISCHE ERKRANKUNGEN
- NEUROLOGISCHE ERKRANKUNGEN
- ONKOLOGISCHE ERKRANKUNGEN

Melden Sie sich gerne telefonisch für eine Terminabsprache!

**GRÜNDUNGSTREFFEN
SENIORS FOR FUTURE OLDENBURG**



Ein Teil der Gründungsgruppe mit der Initiatorin Julia Ritterhoff (vorne stehend)

Fast 40 interessierte und engagierte Menschen ab 50 kamen Anfang März zum Gründungstreffen der Seniors For Future Oldenburg in den Caritas Treffpunkt im Pavillon.

Es gab ein erstes Kennenlernen und einen Austausch über die Motivation und das zukünftige Engagement. Gleich am nächsten Tag traf sich die Gruppe zur großen Klimademo in der Innenstadt. Die Oldenburger Seniors For Future sind nun eine der vielen Regionalgruppen des bundesweiten Vereins „Omas for future“, der bereits seit 2019 mit vielen Aktionen dazu aufruft, das Klima zu schützen und verantwortungsbewusster mit der Umwelt umzugehen. Interessierte Menschen ab 50 sind bei den weiteren Treffen der Gruppe herzlich willkommen.

Die Seniors For Future Oldenburg treffen sich jeden ersten und dritten Donnerstag im Monat um 14:00 Uhr im Caritas Treffpunkt im Pavillon am Scheideweg 100. Weitere Infos gibt es unter der Telefonnummer 0441-39011530 oder unter seniorsforfuture.oldenburg@omasforfuture.de.

(Text & Foto: Stadt Oldenburg)

**SELBSTGEBACKENES IM
BLÜMCHEN-CAFE**

Mit Ania Nawrot haben Blümchen und die Leidenschaft für Selbstgebackenes Einzug gehalten: Seit letzten Sommer hat sie das Cafe im Hansa-Wohnstift in der Lagerstraße liebevoll verändert und heißt alle, Bewohner*innen, Angehörige, aber auch Swarte-Moor-Spaziergänger*innen und Kaffee- und Kuchenfreud*innen, herzlich willkommen.



"Ich fühle mich hier sehr wohl und für meine Gäste nehme ich mir immer gerne Zeit", sagt Ania Nawrot. Und die Gäste können sich hier einfach wohlfühlen. In liebevoller Atmosphäre mit eigens hergestellter Blumendekoration lassen sich der eine oder andere Kaffee, Cappuccino, Milchkaffee und leckerer selbstgebackener Kuchen genießen. Es gibt übrigens auch eine Kinderecke und auch die vierbeinigen Freund*innen sind herzlich willkommen.



Selber feiern ist ebenfalls möglich: Für kleinere Feiern kann ein kleiner Raum reserviert werden – Anfragen dafür nimmt Ania Nawrot gerne entgegen. **Öffnungszeiten:**
Di – So 14:30-17:30 Uhr.

(Text & Fotos: Katja Mickelat)

» Weitere Experten-Tipps zum Thema Gesundheit, Sport und Ernährung finden Sie auf Seite 22 ...

Fußpflege Dörte Brauer

Gerne können Sie einen Termin vereinbaren!

Dörte Brauer
Ärztlich geprüfte Fußpflegerin
Karuschenweg 1 · 26127 Oldenburg
Mobil: 0171 95 06 469 · E-Mail: brauer62@web.de

**PRAXIS FÜR
GESUNDHEIT**

Wir freuen uns auf eine gute Zusammenarbeit mit **Ulrike Steinke**
Die neue, erfahrene Osteopathin in unserem Team!

0441 304 7414

SCHEIDEWEG 278, 26127 OLDENBURG PFG-OL.DE

Pflegedienst Müller GmbH



Tel.: 0441 72 9 77

Ofenerdieker Straße 10 | 26125 OL | www.pflege-in-oldenburg.de

Marienkäfer
Ambulante Pflege

Wir beraten Sie gern!

Ofenerdieker Straße 73, 26125 Oldenburg, Tel. 04 41 / 9 50 36 50
www.marienkaefer-seniorenservice.de



**Sicherheit
beim Ein- und Aussteigen**

Wir zeigen Ihnen zusammen mit den Johannitern, wie Sie sicher mit unseren Bussen mobil sein können. Das Training findet um 15:30 Uhr statt.

Kostenloses Rollatortraining

- 20.04. Nadorst, Haltestelle „Kurlandallee“
- 11.05. Bürgerfelde, Haltestelle „Neuer Friedhof“
- 08.06. Kreyenbrück, Haltestelle „IGS Kreyenbrück“
- 13.07. Hundsmühler Höhe, Haltestelle „Von-Thünen-Str.“
- 27.08. Osternburg, Haltestelle „Kampstr./jüd. Friedhof“

Anmeldungen unter: 0441 / 9366 - 106
www.vwg.de



L.MAREK
Geschäftsführer Reiner Meyer

- Flachdachabdichtung
- Ziegeleindeckung
- Rinnenreinigung
- Dachfenstereinbau
- Reparaturarbeiten

Bedachungs GmbH
Am Stadtrand 19 · 26127 Oldenburg · Tel. 0441/ 61996
www.marek-bedachungen.com · buero@marek-bedachungen.com

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

Frieling 
SANITÄR · HEIZUNG · STAHL

Öffnungszeiten der Ausstellung
Montag – Freitag: 9:00 – 17:30 Uhr
Samstags (nur an ungerade Wochenenden):
9:00 – 13:00 Uhr

Langenweg 16–18 · 26125 Oldenburg
Tel. 04 41 - 93 33 031 · Fax 9 33 30 38
www.frieling24.de · E-Mail: oldenburg@frieling24.de

Jeden Sonntag **SCHAUTAG** von 14–17 Uhr

Karsten Hagelstein

Ofenerdieker Straße 88 · 26125 Oldenburg
Telefon 0441-3 50 76 50 · Fax 0441-3 50 76 51

MEISTERBETRIEB Sanitär & Heizungstechnik
Heizung | Sanitär | Solar | Edelstahlschornsteine | Staubsaugeranlagen
Regenwassernutzung | Wellness | **24-Stunden-Notdienst**

Freie Werkstatt **KIA Service**  Freie Werkstatt **Land Rover Service**

OPEL

HIRO DIE EXPERTEN FÜR AUTOS
HIRO Oldenburg
Langenweg 20
26125 Oldenburg
Tel. 04 41 / 9 55 62-0
www.hiro-automarkt.de

UMNEY GmbH & Co. KG
Heizungsbau- und Sanitärinstallation

Mellumstr. 7b,
26125 Oldenburg
Tel. 0441/935 09 00
Fax 0441/935 09 01
www.roy-umney.de
E-Mail: info@umney-kg.com

Das neue Bad live erleben – im Badkino.

Oltmanns
Energiesparend Heizen. Wohlfühlen im Bad.

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

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Hairdesigner

Inhaberin Gabriele Johnson
Ofenerdieker Str. 48
26125 Oldenburg
Tel. 0441/60 81 02



Unsere besten Handwerker

Achtung Handwerk: Dreiteilige Podcast-Reihe zum Thema „Ausbildung“
Ausbildung & Zukunftsperspektiven für Jugendliche

Die Freizeitstätte Ofenerdiek startet eine dreiteilige Podcast-Reihe zum Thema Ausbildung und Zukunftsperspektiven für Jugendliche. Den Anfang macht die Folge „Handwerk“. Diesmal zu Gast: Cehan San, Botschafter für die Ausbildungsgewinnung der Innung für Sanitär-, Heizungs- und Klimatechnik Oldenburg.

„Ausbildung allgemein oder die Frage, wie es nach der Schule weitergehen soll, ist bei unseren Besucherinnen und Besuchern jedes Jahr das Thema schlechthin. Da sehen wir immer einen großen Informationsbedarf“, berichtet Christoph Deters von der Freizeitstätte Ofenerdiek. Kollege Markus Schütte ergänzt: „Daher war klar, dass wir auch bei unserer Podcast-Reihe irgendwann dieses Thema aufgreifen. Da es so umfangreich ist, ist jetzt sogar eine kleine Reihe dazu entstanden.“

Erfahrungsbericht eines echten Handwerkers
In Gesprächen in der Freizeitstätte werden auch immer Pro und Kontra für eine Ausbildung im Handwerk thematisiert. Am besten kann dazu natürlich jemand aus der Praxis berichten, der in diesem Beruf auch arbeitet. „Nicht nur, dass wir mit Cehan San als Gast jemanden gefunden haben, der für seinen Beruf brennt und leiden-

schäftlich erzählen kann – er ist auch ein ehemaliger Besucher der Freizeitstätte Ofenerdiek“, verraten die beiden Podcast-Moderatoren. Herausgekommen ist erneut ein interessanter Podcast – diesmal mit dem Fazit: „Ohne ausreichenden Nachwuchs im Handwerk ist auch die Energiewende nicht zu schaffen!“

Ausbildung bei der Stadt und außerschulischer Lernort
Neben dem Handwerk werden in weiteren Folgen die Ausbildungsmöglichkeiten bei der Stadt Oldenburg beleuchtet und die Volkshochschule (VHS) zum Thema „Außerschulischer Lernort“ (ASL) zu Gast sein.

Mehr erfahren?
Wer nicht bis zur letzten Folge warten möchte, findet Informationen und Beratung online unter jugendberufsagentur-ol.de » und auf karriere.oldenburg.de/ausbildung. Der Podcast ist zu hören unter www.oldenburg.de/podcast-ofenerdiek oder auch auf Spotify unter „Freizeitstätte Ofenerdiek Podcast“.

(Text: Stadt Oldenburg, Foto: Mangoblau)



Einfachmachen - Berufsorientierung digital

Wer sich in puncto Ausbildung im Vorfeld orientieren möchte, ob eine Ausbildung im Handwerk das Richtige für die eigene Zukunft ist, der kann über die Kampagne der Handwerkskammer Oldenburg, "Einfachmachen - Berufsorientierung digital", Auszubildenden in ihrem Ausbildungsalltag über die Schulter schauen und sie auf den Sozialen Medien zu begleiten.

Man kann die Auszubildenden gerne auch direkt kontaktieren und Fragen stellen. Auf YouTube gibt es auch zu jedem der Auszubildenden und ihren unterschiedlichen Ausbildungsberufen und Lehrjahren einen Film. Reinschauen lohnt sich! (Quelle und Foto: Handwerkskammer Oldenburg)

Thorsten Heyderhoff
Kachelofen- und Luftheizungsbaumeister

Überprüfung der Heizung und Schornsteinreinigung!

Haßfurter Str. 25b
26127 Oldenburg
Tel.: 0441 - 53417

Freie Wahl! Andre Szach

Überprüfung der Heizung und Schornsteinreinigung!

Freier Schornsteinfegermeister
Lachsweg 10a · 26127 Oldenburg
0174 6506366 · andre.szach@ewe.net

KFZ - Meisterbetrieb RIEGER GmbH

Ihr Meisterbetrieb in Metjendorf

Karl - Fischer Str. 8
Tel: 0441/84929 · Fax: 0441/883285
www.meisterbetrieb-rieger.de

26215 Metjendorf
Mo-Fr von 8–18 Uhr, Sa. 9–14 Uhr

KÜCHENCHEF!
Glas in der Küche. Rückwandverkleidungen und Arbeitsplatten.

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

...näher aux Kunden!
Glaserei Gassewitz

SAN HAUSTECHNIK
BADDESIGN | HEIZEN | SERVICE

WERDE EIN TEIL UNSERES TEAMS!
Jetzt bewerben!

WIR LIEBEN UND LEBEN TEAMSPIRIT.

- ✓ 4-Tage-Woche
- ✓ Mitarbeit in einem jungen & sympathischen Team
- ✓ Arbeiten mit modernster Technik & voll-digital
- ✓ Du bekommst Raum, um dich zu entfalten

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

BÜRGERVEREINE BERICHTEN

Der Bürgerverein Ofenerdiek berichtet

Werksbesichtigung HERZOG

Der Bürgerverein Ofenerdiek bietet in diesem Jahr wieder Betriebsbesichtigungen an. Die erste findet am 18. April um 14:00 Uhr statt und führt in die ortsansässige Maschinenfabrik HERZOG Am Alexanderhaus. Die Firma HERZOG ist in Ofenerdiek seit Jahrzehnten ansässig und produziert Werkzeugmaschinen für die Herstellung verschiedenartiger Geflechte, die in der Industrie sowie in der Seefahrt benutzt werden. Diese Besichtigung bietet sicherlich viele neue Eindrücke, ist doch die Firma Herzog der führende Hersteller von Flecht- und Spulmaschinen mit über 150 Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern. Treffpunkt ist vor dem Betriebsgelände Am Alexanderhaus 160. Es folgt eine kleine Einführung über die Geschichte der Firma und ihre Produktion. Anschließend geht es auf einen Rundgang durch die Produktionshallen mit der Fertigung der Werkzeugmaschinen. Dauer ca. 90 Minuten. Die Kosten betragen pro Person 5 Euro, zu zahlen am Treffpunkt. Anmeldungen ab 6. März 2023 mit Namen, Anzahl der Personen und Telefonnummer an Peter Weigelt Tel. 9608919 (AB). Höchstzahl 40 Personen.

Bürgerabend über Mediensucht

Der bvo lädt ein zu einem Vortrag von Mario Mohrmann - Jugendschutzbeauftragter beim Amt für Jugend und Familie der Stadt Oldenburg - am Dienstag, den 25. April im SVO-Heim und stellt Fluch und Segen des Internets gegenüber. Der Blick aufs Handy gehört mittlerweile zu unserem Alltag. Damit es dabei nicht zu einer Überforderung der Kinder und Jugendlichen kommt, benötigen sie unsere Unterstützung und Begleitung. Ziel dieser Veranstaltung ist es, einen Einblick in den Medienalltag von Kindern und Jugendlichen zu bekommen. Daneben lernen Sie natürlich auch die Stolpersteine kennen, die überall im Netz zu finden sind und vor denen man sich schützen sollte. Mit diesem Vortrag werden Sie umfangreich informiert und können sich der Herausforderung stellen, Ihre Kinder im verantwortungsbewussten Umgang mit den digitalen Welten zu begleiten. Wann ist die Nutzung zu extrem? Ab wann ist man wirklich abhängig?

(Texte: Klaus-Dieter Habedank)

Der Bürgerverein Etzhorn berichtet

Weitere Gemeinschaftssessen – nun Spargel

Nach dem Grünkohlessen fand unser Rouladenessen mit vierzig Teilnehmern im Gesellschaftshaus Meyer, Nadorster Str., statt. Die Roulade, Rotkohl und Rosenkohl, schmeckte allen Teilnehmer wie immer sehr gut. Das dann folgende Gemeinschaftssessen (Fisch) am Karfreitag, 7. April, im Dorfkrug Hankhausen ist mit 45 Anmeldungen seit längerer Zeit ausgebucht.

Im April kein Etzhorner Repaircafé

Aufgrund der Osterschulferien findet im April kein Repaircafé statt. Der nächste Termin ist Samstag, 13. Mai, von 14:00 bis 17:00 Uhr, in der Grundschule Etzhorn.

Bürgerverein Etzhorn setzt neue Maßstäbe

Zum 70. Geburtstag lud der Bürgerverein Etzhorn zur Jahreshauptversammlung ins Bauzentrum am Stubbenweg ein, 86 Mitglieder meldeten sich an. Die letzten zwölf Monate Revue passierend stellte der seit acht Jahren im Amt befindliche Vorsitzende Gustav Backhuß-Büsing einige Höhepunkte heraus. Im letzten Jahr wurden mit dem Etzhorner Repaircafé wiederum neue Maßstäbe gesetzt, der 2022 angelegte Stadtteilgarten am Dorfplatz bleibt ein Ganzjahresgarten. Ein besonderer Anziehungspunkt waren die beiden Adventstreffen beim Landhaus Etzhorn.

Trotz und gerade wegen Corona stieg die Mitgliederzahl im Bürgerverein kontinuierlich von Jahr zu Jahr auf jetzt aktuell 988 Mitglieder. Das jüngste Mitglied ist am 9. Februar geboren, während das älteste Mitglied 94 Jahre alt ist. Bei den Vorstandsergänzungen wurden neben dem Vorsitzenden Enrico Marcks (Schriftführer) sowie die Beisitzer Corina Fuhrmann (Pflanzenmarkt), Kay Fuhrmann (Natur), Manfred Klöpffer (Repaircafé/Nachhaltigkeit), Dieter Kregel (Boulen) und neu Anne Kühn (Kinder/Familien) gewählt. Kassenprüfer bleibt neben Mary Oetz-Petrikowski der ebenfalls bestätigte Gerd Lampel. Für 40 Jahre Mitgliedschaft wurde Hans-Peter Deichsel geehrt.

(Texte: Gustav Backhuß-Büsing, Bürgerverein Etzhorn)

NOCH MEHR VON DEN BÜRGERVEREINEN
GIBT ES AUF WWW.OYJO.COM



KIND + KEGEL

„Bücherminis“ in der Stadtteilbibliothek Ofenerdiek starten wieder Kleinkinder können spielerisch die Welt der Bücher entdecken

Es geht wieder los mit den „Bücherminis“ in der Stadtteilbibliothek Ofenerdiek: In der beliebten Veranstaltungsreihe zur frühkindlichen Leseförderung können zwei- bis dreijährige Kinder spielerisch die Welt der Bücher entdecken. Dabei präsentiert Claudia Maria Schneider jedes Mal ein ausgewähltes Bilderbuch als Kamishibai, wozu gereimt, geklatscht und gesungen wird. Die Leseaktion endet mit einer kleinen Bastelei. Nach dem Auftakt am 6. März finden die nächsten Termine, ebenfalls jeweils montags ab 16:00 Uhr, am 20. März und am 24. April statt. Eine Veranstaltung dauert etwa 30 Minuten. Für die Teilnahme ist eine vorherige Anmeldung vor Ort in der Stadtteilbibliothek Ofenerdiek, Lagerstraße 39, oder telefonisch unter 0441 602877 erforderlich. Weitere Informationen und alle geplanten Termine sind unter www.stadtbibliothek-oldenburg.de zu finden. (Text: Stadt Oldenburg)

Hüpfburgen Oldenburg Spielspaß für eure Veranstaltung



Bei euch steht bald ein Kindergeburtstag, ein Familientreffen oder eine Hochzeit an und euch fehlt noch das passende Highlight, um bei den kleinen Gästen zu punkten? Da können wir euch helfen! Von der Mini-Hüpfburg für die Kleinsten über coole Burgen mit Rutschen und Bumpen bis hin zum hindernisreichen Rundlauf haben wir für (fast) jedes Event und

Budget die passende Hüpfburg. Neben klassischen Motiven sind auch Superhelden, Minions und Micky Mouse zu finden. Möchten auch die Großen ihren Spaß haben, empfehlen wir euch eines unserer Spielmodule, die Spaß und Action auf jede Veranstaltung bringen. Ob als Einzelkämpfer oder im Duell entfachen beispielsweise unsere interaktiven Module, die Basketballanlagen oder auch das Fußball Dart in jedem Ehrgeiz und Siegeswillen. Selbstverständlich können alle unsere Module und Hüpfburgen nicht nur von Privatpersonen gebucht werden. Wenn ihr für eure Firmenfeier noch die passende Unterstützung sucht, meldet euch gern bei uns. Wir finden bestimmt etwas Passendes. Wir freuen uns auf eure Anfragen über www.huepfburgen-oldenburg.de!

Euer Team von Hüpfburgen Oldenburg

(Text & Fotos: Full Event)

Bücher Geschenke Schulbedarf Bürobedarf Bastelspaß

SKRIBO Lehnert

So viel! So nah!

www.skribo-lehnert.de

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

Stoffhalle

auf 700 m² Verkaufsfläche

Die neue Frühlingskollektion ist 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.

AUCH PER SELBSTABHOLUNG IN OLDENBURG! ANHÄNGER MIETEN MÖGLICH!

MEHR ALS 100 HÜPFBURGEN UND SPIELMODULE! VIELE NEUHEITEN IN 2023!

HÜPFBURGEN OLDENBURG

www.huepfburgen-oldenburg.de

Oldenburgs erste Adresse für:
Hüpfburgen | Spielmodule | Equipment | Fun Food | Künstler | uvm.

August-Hanken-Straße 55 • 26125 Oldenburg • 0441/2170880

Full Event GmbH

Veranstaltungsagentur für Event/Promotion/Marketing

Seit über 20 Jahren Ihr starker Partner für:
Firmenveranstaltung | Jubiläum | Messeauftritt
Promotion | Marketing | Eventservice | Werbemittel | uvm.

www.fullevent.de



Gesundheitstipp von Petra Eberlei Fitness in der dritten Lebenshälfte

Wann beginnt eigentlich die sogenannte „dritte Lebenshälfte“ und wie erhalte ich meine Lebensqualität im Alter? Zu diesen und anderen Fragen heute unser Expertentipp passend zum Titelthema. So geht es um Gesundheit und Fitness im Rentenalter, um die wunderbaren Jahre im Ruhestand, in denen man sich Zeit für Enkelkinder, Reisen und andere Hobbys wünscht. Die Lebenserwartung in Deutschland steigt und das von Jahr zu Jahr. Und auch wir im LIFE FITNESS Oldenburg merken das. Dort trainieren immer mehr ältere Menschen, um sich bis ins hohe Alter fit zu halten. Doch je älter man wird, desto mehr machen sich Beschwerden bemerkbar: typische Veränderungen sind insbesondere ein allgemeiner Muskelabbau (Sarkopenie), Schmerzen an Gelenken und Knochen, eine sich verschlechternde Wahrnehmungs- und Reaktionsfähigkeit und natürlich weniger Leistung von Herz, Lunge und anderen Organen. Diese altersbedingten Abbauprozesse kann niemand komplett aufhalten, allerdings kann regelmäßiges und fachgerechtes Training dazu beitragen, diesen spürbar zu verzögern. Besonders ein entsprechendes Krafttraining kann älteren Menschen helfen, das Leben zu genießen und ihren Alltag möglichst lange selbstständig bewerkstelligen zu können. Unsere Muskeln sind die Motoren des Lebens und lassen sich bis ins hohe Alter trainieren. Und so laden wir Sie ein, unsere Fitnessprogramme für Ältere kennenzulernen, um (noch) mehr Lebensqualität zu erleben. Ihr Motto könnte heißen: „Ruhestand in Bewegung genießen“ – wir unterstützen Sie auf diesem Weg herzlich gerne.

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



Kniggetipp von Ralf Beyer Akzeptanz der Ernährungssituation

Bereits während der Corona-Lockdownphasen haben viele Menschen angefangen, mehr Sport zu treiben und auf ihre Ernährung zu achten. Es war ausreichend Zeit vorhanden, um gesund zu kochen. Diese Einstellung ist bei vielen Menschen auch heute noch vorhanden. Die Auffassung von gesunder Ernährung ist bei Menschen jedoch unterschiedlich. Einige Komponenten der gesunden Ernährung sind manchmal auch nicht unbedingt ein optisches Highlight. Andere Menschen nehmen besondere Getränke oder Smoothies zu sich oder verzichten bewusst auf Süßigkeiten oder Alkohol. Es ist ein besonderes Zeichen der Wertschätzung, diese Art der Ernährung zu akzeptieren und nicht mit Hohn und Spott zu kommentieren. Auf der anderen Seite sollten die „Gesund-Esser“ auch die Ernährung anderer Menschen tolerieren und nicht mit dem erhobenen Zeigefinger ständig den „Schlaubi-Schlumpf“ machen. Jeder kann am besten nach seiner Façon glücklich werden und solange er keinen anderen Menschen beleidigt, beschimpft oder diskreditiert, ist doch alles in Ordnung.

In diesem Sinne ... lassen Sie es sich schmecken!

Ihr Ralf Beyer

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



WARUM ES SICH LOHNT, STELLENANZEIGEN AUF OYJO! ZU SCHALTEN

Wer auf www.oyjo.com nach neuen Mitarbeitenden sucht, schafft zusätzlich Sichtbarkeit. Die OYJO!-Jobseite ist so programmiert, dass Stellenangebote nach wenigen Tagen von Google ausgelesen werden und diese dann bei der Google-Suche mit auftauchen. Schauen Sie doch mal rein:

www.oyjo.com/jobs-stellenangebote-auf-oyjo

(Text: Mangoblaul)



Rosen-Apotheke
Aktiv für Ihre Gesundheit!

Wir suchen ab sofort
PTA (m/w/d)
Bewerben Sie sich jetzt!

Tel.: 0441 - 301665
info@rosenapotheke.cc

AGENZIE FÜR MEDIEN, GESTALTUNG & TEXT
Mangoblaul

WIR SUCHEN EINE
MARKETING- & OFFICE-ASSISTENZ
m/w/d

WWW.MANGOBLAU.DE

Der richtige Anstoß...
... für Deine Zukunft.

Bist Du **Elektroinstallateur (m/w/d)** oder **Elektroinstallateurmeister (m/w/d)** oder **Anlagenmechaniker SHK (m/w/d)**?

Lust auf eine **Ausbildung** zum **Elektroinstallateur (m/w/d)** oder **Anlagenmechaniker SHK (m/w/d)**?

Dann bewirb Dich jetzt!

Vertrieb · Service · Montagen · Kundendienst
ELEKTROTECHNIK
HEIZUNG · SANITÄR · SOLAR

Gunnar Winkler
Industriestraße 6b · 26188 Edewecht
Tel.: 0 44 05 - 18 53 10 · www.elektrotechnikwinkler.de
diana.winkler@elektrotechnikwinkler.de

Volkswagen Service

Sommer fängt mit Komfort an

Jetzt Termin vereinbaren

Enjoy your summer

Lassen Sie die kalte Zeit hinter sich und Ihre Winterräder beim Volkswagen Räder & Reifen Service. Professioneller Räderwechsel und fachgerechte Einlagerung gehen bei uns Hand in Hand und bedeuten mehr Komfort für Sie. Gleich Termin ausmachen.

Fahrzeugabbildung zeigt Sonderausstattung.

SCHMIDT+KOCH

Autohaus Schmidt + Koch GmbH
Donnerschwer Straße 336, 26123 Oldenburg
Tel. 0441/93 11-0, bue@schmidt-und-koch.de

www.schmidt-und-koch.de

April-Gutscheine

Bitte die Gutscheine beim Einlösen mitbringen.

GÜTSCH EIN
über einen
HAND-SPIEGEL

(Gültig: 4/2023; ab einem Einkaufswert von 10€)

Diek APOTHEKE
Inhaber Dettler Leibner
Ofenerdieker Str. 32 · Oldenburg
Tel. 0441/38 03 70
www.diek-apotheke.de

Beim Kauf eines Rasenmähers* gibt es einen Gartensack im Wert von 16,- kostenlos dazu!

*aus unserer Anzeige, gültig bis 30.04.2023, solange Vorrat reicht.

willers
Das Original!

Nadorster Str. 6 | 26123 Oldenburg
Tel. 0441 / 350 636 0 | info@willers24.de
Mo-Fr: 7.30 - 18 h | Sa: 9.30 - 13 h

10,- €
RABATTCOUPON
Hüpfburgen, Spielmodule, Fun Food, uvm.

www.huepfburgen-oldenburg.de

Coupon ausschließlich auf Mietmaterial einlösbar.
Gültig bis 31.12.2023. Barauszahlung nicht möglich.

fullevent

- Event
- Promotion
- Marketing

www.fullevent.de

Hier könnte Ihr
Gutschein stehen!



DNEye® Scanner



ImpressionIST 4

**DAS DREAMTEAM
FÜR IHRE AUGEN-
VERMESSUNG
UND DIGITALE
MESSDATEN.**

Die besten Gleitsichtgläser* bei uns

„Wir sind die Gleitsichtglas-Experten!“

Die mit dem DNEye® Scanner 2+ ermittelten Messergebnisse sowie die Form- und Zentrierdaten vom Impressionisten 3D sind die wichtigsten Bestandteile zur Glasherstellung. Sobald die Messdaten zusammen mit der subjektiven Refraktion und der Spezifikation der Brillengläser bei Rodenstock eingehen, erfolgt das eigentliche Geheimnis der DNEye® Technologie: Die Berechnung der optimalen Brillengläser. Eine Nichtverträglichkeit von unter einem Prozent (i.u.H.) der Gleitsichtbrillen ist gewährleistet.

Rodenstock B.I.G Exact®FOR ALL ist das beste Produkt mit Ihren biometrischen Daten. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

R
RODENSTOCK

Rodenstock Brillengläser
BIG Exact 1.6
pro Paar **1.199,- €**
UVP 1.480,- €

R
RODENSTOCK

Rodenstock Brillengläser
BIG Norm 1.6
pro Paar **1.099,- €**
UVP 1.280,- €



Joshua Lindemann

Finn Alperstädt

René Tuma

Tessa Röder

Jensdieter Weidemann

Andrea Milkowski

Alke Albers

*aus dem Hause Rodenstock

TITANflex®

TOM FORD
EYEWEAR

JC
JETTE

WOOW

Silhouette®

Düsseldorf
Eyewear

Flair®

REIZ

Marc O'Polo

BALDESSARINI

götti
SWITZERLAND

MOSCOT
NEW YORK CITY

prodesiqn : denmark

BLACKFIN

U.V.M.*

*nicht in allen Filialen