

OYJO!

NEWS VON HIER

OLDENBURGER QUARTIERE

NADORST, DONNERSCHWEE, ETZHORN,
OHMSTEDE, BÜRGERFELDE UND UMZU

by **NADORSTER EINBLICK**

DURCH- STARTEN

Neues Jahr, neue Ziele

REISEN

Fernweh, Camperromantik
und Entdeckerlust.
Trends 2024

ZWEIRAD BEILKEN

Lagerverkauf mit
saftigen Rabatten!

FROHES NEUES JAHR!

2024

1

AUSGABE JANUAR 2024 | LESEN SIE ALLE AUSGABEN ONLINE AUF: WWW.OYJO.COM



HERZLICH WILLKOMMEN

in unserem gemütlichen Restaurant mit leckerer
& vielfältiger thailändisch-vietnamesischer Küche!

ÖFFNUNGSZEITEN: Montag Ruhetag
Di. - Fr. 11:00 - 15:00 Uhr & 17:00 - 22:00 Uhr
Sa. | So. | Feiertags 12:00 - 22:00 Uhr



Kostenlose
Parkplätze
am Haus!

Donnerschweer Straße 333 | 26123 Oldenburg ☎ 0441 80097799



**FULLSERVICE-WERBEAGENTUR
MIT ÜBER 20 KREATIVKÖPFEN FÜR JEDEN BEREICH!**



**Konzeption • Grafikdesign • Druckstücke aller Art • Zeitungen/Magazine
Websites • Shopsysteme • Social-Media und Contenterstellung
360°-Rundgänge • Multimediahalle • Video- und Drohnenaufnahmen
Fotografie • KI-Manager-Ausbildung • Social-Media-Schulungen**

www.mangoblaue.de



mit Beginn des neuen Jahres möchten wir Ihnen allen ein frohes und gesundes Jahr 2024 wünschen. Rückblickend auf das vergangene Jahr möchten wir vor allem die Momente würdigen, in denen unser Stadtteil Gemeinschaftlichkeit und gegenseitige Verbundenheit, aber auch Anpassungsfähigkeit in Zeiten des Wandels gezeigt hat.

Das Jahr 2023 stand im Zeichen etlicher Herausforderungen, insbesondere hinsichtlich der städtebaulichen Entwicklungen in Oldenburg. Diese Entwicklungen, obwohl oft anspruchsvoll, haben uns als Stadtteil näher zusammengebracht und gezeigt, wie wichtig es ist, Dinge auch anzweifeln und hinterfragen zu können, anstatt sie nur hinzunehmen.

Wir blicken nun positiv in die Zukunft und sehen dabei ein Jahr voller Möglichkeiten. Besonders bemerkenswert ist dabei der Zusammenhalt der Nadorster Unternehmen und der Gemeinschaft. Dieser Zusammenhalt ist das Fundament für ein dynamisches und florierendes Quartier, das bestrebt ist, sich stets weiterzuentwickeln und zu verbessern.

Lassen Sie uns gemeinsam das neue Jahr als Chance begreifen, um unseren Stadtteil weiter zu stärken und Nadorst als einen lebendigen und einladenden Ort weiterzugestalten.

Mit besten Wünschen für das Jahr 2024,
herzlichst
Ihre Redaktion

Für Ihren Kalender – der nächste Magazin-Termin:

» Februar-Ausgabe: Anzeigen- & Redaktionsschluss: 15. Januar 2024
Haushaltsverteilung: 3. Februar 2024

Hier finden Sie die aktuelle Ausgabe:

» Lamberti-Apotheke » Willers » Stadtteilmanagement
» Famila Scheideweg » Blumenhaus Sündermann



IHRE ANSPRECHPARTNER:INNEN

 MARLIES KÖNIG-BERGER Agenturprodukte ☎ 0441 97 21 22 12	 KATJA MICKELAT Kundenbetreuung ☎ 0179 905 69 23	 GEORG KRONE Kundenbetreuung ☎ 0179 10 15 036	 RENÉE REPOTENTE Redaktionsleitung ☎ 0441 97 21 22 31
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

IMPRESSUM
Das OYJO! by Nadorster Einblick 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: „Die Nadorster e.V.“),
Jürnweg 7, 26215 Metjendorf
Tel. 0441 – 97 21 22 23,
E-Mail: info@nadorster-einblick.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,
Nadine Schwengels
Marlies König-Berger,
Sophie Hehlert

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

Vertrieb:
Deutsche Post, Einkauf aktuell
Verbreitungsgebiet:
Stadtteil Nadorst (Oldb.),
Donnerschwee, Bürgerfelde, Etzhorn

Erscheinungstermin:
Anfang des Monats
Redaktionsschluss:
Mitte des Vormonats

Bildnachweis:
Mangoblaue GmbH, www.freepik.de
Titelbild: www.freepik.de

www.nadorster-einblick.de

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

Neuigkeiten aus der Werbegemeinschaft!



Schuhmachermeister Hasenheit verabschiedet sich

Zum Jahresende schließt eines der traditionsreichsten Unternehmen in Oldenburg. Nach gut 70 Jahren Tätigkeit Selbstständigkeit gibt Schuhmachermeister Heinz Hasenheit nun seinen Betrieb in der Bürgereschstraße auf. Er und seine Frau Emmi haben Generationen von Oldenburgerinnen und Oldenburgern mit bestem Handwerk bei allen Belangen rund um den Schuh beraten und geholfen. Der Nadorster Einblick bedankt sich für die schöne Zeit und wünscht alles Gute für die Zukunft! (Text: Renée Repotente)



Liebe Emmi und Heinz Hasenheit,

im Namen von Die Nadorster e.V. möchte ich Euch unseren tiefsten Dank für Eure langjährige und treue Mitgliedschaft aussprechen. Wir waren immer stolz darauf, Euch als Ehrenmitglied in unseren Reihen zu wissen. Die Meisterwerkstatt steht seit 1920 für traditionelles Handwerk und hervorragenden Service in Oldenburg, seit 70 Jahren war Heinz mit seinem Wirken für andere Nadorster Unternehmen ein Vorbild.

Euer Ausscheiden hinterlässt eine spürbare Lücke. Ihr habt mit Eurer Arbeit und Eurer Persönlichkeit einen bleibenden Eindruck in Nadorst und darüber hinaus in ganz Oldenburg hinterlassen.

Wir blicken auf viele schöne Jahre mit Euch in der Werbegemeinschaft zurück und natürlich sind wir jetzt schon wehmütig, dass Ihr Euch nun verabschiedet. Gleichzeitig möchten wir Euch unsere große Anerkennung und unseren Respekt aussprechen.

Wir wünschen Euch für die Zukunft alles erdenklich Gute. Wir werden die Erinnerungen an die gemeinsamen Zeiten, Eure herzliche Art und wertvolle Unterstützung stets in Ehren halten.

Herzlichst
Jürgen König
Für den Vorstand „Die Nadorster e.V.“



Kiosk macht sich schick

Anlässlich seines 5-jährigen Jubiläums zeigte sich der Kiosk an der Nadorster Straße bunt geschmückt. Die Kundinnen und Kunden aus der Nachbarschaft schätzen die gute Auswahl und den freundlichen und

stets hilfsbereiten Service. So kann das gerne weitergehen, daher sagen wir: Auf den nächsten Jahrend schön, dass wir diese Kiosk-Kultur in Nadorst haben! (Text: Renée Repotente, Foto: Kiosk Nadorst)



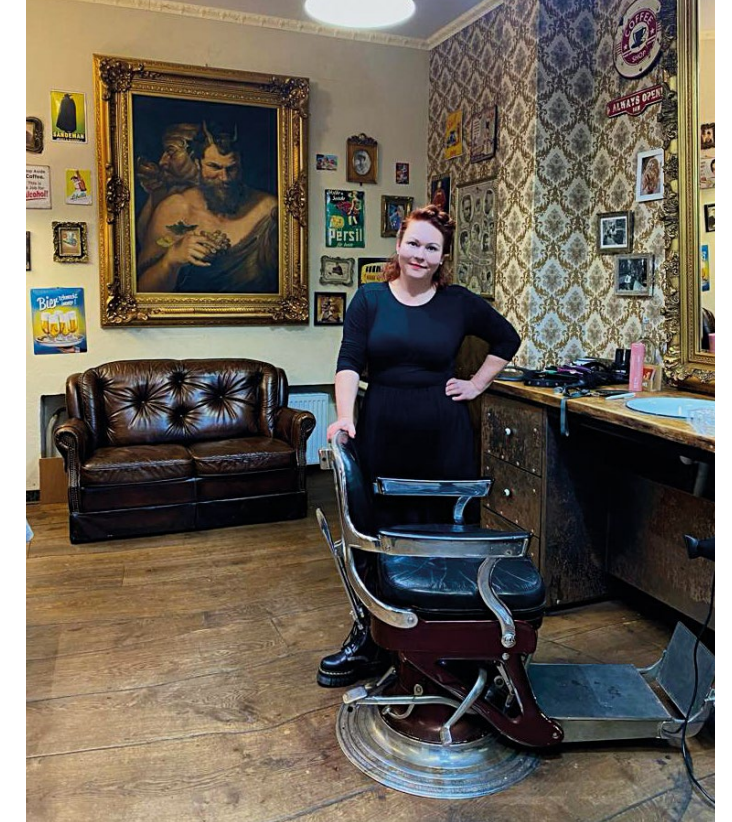
Neues aus Nadorst



Freuen sich über die Spenden (v.l.): Ingrid Meyer, Franziska Scheller, Jannosch, Heinrich Westerhaus, Rieke Buse und Farah.

Großzügige Spende der Tschernobyl-Kinderhilfe Oldenburg e.V. geht an i-punkt-hilfe e.V.

Am 10.11.2023 war es so weit! Der i-punkt-hilfe e.V. konnte einen Scheck in Höhe von 5.000 Euro in Empfang nehmen. Dieser wurde überreicht von der Tschernobyl-Kinderhilfe Oldenburg e.V. Die Freude und der Dank waren riesig! Der seit 2004 bestehende Verein unterstützt Kinder und Jugendliche aus den ehemaligen Katastrophengebieten. Mit Engagement und zahlreichen Spenden konnte jährlich bis zu 50 Kindern und Jugendlichen aus Belarus ein vierwöchiger Aufenthalt in Oldenburg ermöglicht werden. Aufgrund der Kriegereignisse zwischen der Ukraine und Russland litt der notwendige Kontakt zu den staatlichen Stellen in Belarus, sodass zukünftig keine Kinder und Jugendlichen mehr nach Oldenburg eingeladen werden können. Somit verliert der Verein seine Grundlage für den weiteren Fortbestand. Der Vorstand um Ingrid Meyer hat sich aus diesem Grund dafür ausgesprochen, das verbleibende Vereinsvermögen zum Wohle anderer Kinder und Jugendliche an gemeinnützige Vereine zu spenden. Einer dieser bedachten Vereine ist der i-punkt-hilfe e.V. aus Oldenburg, der mit dieser großzügigen Spende weiterhin viele bunte und tolle Aktionen für Kinder und Jugendliche mit geistigen oder körperlichen Beeinträchtigungen verwirklichen kann. Der Verein kümmert sich darum, dass die Kinder und Jugendlichen am kulturellen Leben in und um Oldenburg teilhaben können. Regelmäßig finden auch gemeinsame Ausflüge in der Gruppe statt, wie eine Fahrt zum Reiterhof oder zum Kramermarkt. Weitere Informationen finden Sie unter www.i-punkt-hilfe.de (Text und Foto: i-punkt-hilfe e.V.)



Neu in der Nadorster Straße: Friseurmeisterin Sabine Plewka

Seit dem 1. Dezember 2023 arbeitet Sabine Plewka als selbstständige Friseurmeisterin in Chrissi's Barbierstube. Nach Leitungen von Salons, Tätigkeiten als Ausbilderin an Meisterschulen in Hamburg und Oldenburg sowie Salonschulungen für die Industrie steht sie nun mit über 30 Jahren Berufserfahrung von Mittwoch bis Samstag ihren Kunden in der Nadorster Str. 118 hoch motiviert zur Verfügung. Termine unter 0174-1656339.

(Text & Foto: Sabine Plewka)

Gutschein über 20%* RABATT

auf einen Artikel Ihrer Wahl aus dem Sortiment der nicht verschreibungspflichtigen Arzneimittel oder aus dem Selbstbedienungssortiment. Gilt nicht für Aktionsangebote, keine Doppelrabattierung.

*Nur 1 Gutschein und 1 Artikel pro Person. Keine Taler und Kundenrabatt.

Aktionszeitraum: 02.01.2024 - 06.01.2024



Nadorster Straße 97
26123 Oldenburg
Telefon 0441 81342
www.lamberti-apotheke-froehlich.de



WIR SUCHEN VERSTÄRKUNG!

HARALD TROST
DIPL.-KAUFMANN
& STEUERBERATER

STEUERFACH-ANGESTELLTE (w/m/d)
für Fibu & kleine Jahresabschlüsse
in Teil- oder Vollzeit!

Wir freuen uns
auf Ihre Bewerbung!

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

Ein frohes und erfolgreiches neues Jahr!

Wir freuen uns, Sie nach einer kleinen Pause, auch in 2024 wieder begrüßen und kulinarisch verwöhnen zu dürfen.



DA LUIGI
Cucina tipica

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

Reservierung für 2024 können Sie per Mail oder Anrufbeantworter vornehmen.



Identität geschärft

Knapp vier Monate dauerte der Umbau des Autohauses Schmidt + Koch in Oldenburg. Nun erstrahlt das Haus im neuen Volkswagen-Design: Während außen eine Sanierung der Fassade und Erneuerung der Fensterelemente zur Energieeffizienz beitragen, wird im Innern die frische VW-Energie greifbar. E-Mobilität und die R-Modelle stehen im Fokus der Highlight-Flächen. Hochwertige Materialien, moderne VW-Möbel, LED-Lichtkonzepte und großflächige Screens fallen Besuchern gleich ins Auge. Auf 1.200 m² Fläche stellt der Fachhändler die neuesten Modelle des Wolfsburger Autobauers aus. „Der frische und innovative Markenauftritt kommt bei unseren Kunden sehr gut an“, so Geschäftsführer Thomas Tietjen stolz. Eine Lounge-Ecke lädt zum Verweilen ein: Hier können Kunden bei einem Kaltgetränk oder Kaffee ihre Erlebnisse Revue passieren lassen. Zusätzlich wurde in die Service- und Karosserieabteilung sowie in moderne Arbeitsplätze investiert.

(Text und Fotos: Schmidt + Koch)



Neues aus Donnerschwee



Viet Pho zieht um – mit Bao Long neuer Standort in Donnerschwee

Der beliebte asiatische Imbiss Viet Pho, ein allseits bekannter Treffpunkt unter der Eisenbahnbrücke am Pferdemarkt, ist umgezogen. Grund sind Abrissarbeiten an der Brücke, weswegen der bisherige Standort aufgegeben werden muss. Nun gibt statt eines sogar zwei neue Standorte in der Stadt.

Einer dieser Standorte befindet sich im „Core“, während der andere, als Erweiterung des Angebots, an der Donnerschweer Straße zu finden ist. Diese Neueröffnung ist Teil einer erweiterten Verbindung zum Viet Pho, einem weiteren Standort unter der Leitung von Herrn Tam Vo.

Ambiente des Restaurants zum Verweilen ein. Ein zusätzlicher Vorteil für die Besucher: Vor dem Haus stehen kostenlose Parkplätze zur Verfügung, was den Zugang zum Restaurant besonders komfortabel macht.



Das Bao Long bietet eine Vielfalt an leckeren Gerichten, die die Herzen von Liebhabern verschiedenster asiatischer Richtungen höherschlagen lassen. Von würzigen Currys über knusprige Entengerichte bis hin zu frischen Salaten – die Speisen werden in gewohnter bester Qualität zubereitet. Zudem lädt das gemütliche

Mit diesen Neueröffnungen bereichert Bao Long die kulinarische Landschaft Oldenburgs und bietet eine attraktive Anlaufstelle für alle, die die Finesse der thailändisch-vietnamesischen Küche schätzen

(Quelle: Katja Mickelat, Text: Renée Repotente, Fotos: Katja Mickelat, Bao Long)

Neuheiten, fette Custombikes und Benzingsprache: MOTORRAD SHOW am 3. & 4. Februar 2024

Für alle Zweiradenthusiasten im Nordwesten bietet die MOTORRAD SHOW in Oldenburg seit über 25 Jahren den Auftakt in die neue Saison. Bekannte Händler der Region präsentieren die neuesten Maschinen namhafter Hersteller, stylische Bekleidung und coole Accessoires. Eingerahmt wird das Angebot durch verschiedene Beiträge, die für Unterhaltung sorgen. Gesucht wird auch 2024 wieder das MOTORRAD SHOW Custombike. Mitmachen kann jeder, der sein Bike mehr oder weniger ausgeprägt individualisiert hat. Die heißesten Maschinen werden zur Wahl des MOTORRAD SHOW Custombikes 2024 auf eine ausgewiesene Fläche in der Haupthalle eingeladen. Abgestimmt wird dann durch das Publikum auf der Messe. Zu sehen und erleben gibt's also viel bei der kommenden MOTORRAD SHOW. Sich mit Freunden und Gleichgesinnten darüber austauschen geht natürlich auch: das Bikercafé bietet ausreichend Platz für Benzingsprache, frisch gezapftes vom Fass, leckere Burger und mehr.

(Quelle: Weser Ems Hallen)

chopper-brillen.de
brillen schwarz
Motorradbrillen
auf der richtigen Welle
chopper-brillen.de
Großer Kühlenweg 21 A
26125 Oldenburg-Ohmstede
Fon 0441 - 2488085 • j.schwarz@chopper-brillen.de
Dienstag-Freitag 09.00 - 18.00 Uhr
1. Samstag im Monat 9.00 - 13.00 Uhr
HARLEY-DAVIDSON
PERFORMANCE EYEWEAR BY WILEY X

SCHMIDT+KOCH

Für das **Mehr** an Freiheit

Der neue ID.7*

Mehr Komfort, mehr Platz, mehr Technik: Das bringt den neuen vollelektrischen ID.7 auf den Punkt. Denn die neue Premium-Limousine überzeugt nicht nur mit ihrem futuristischen Design, sondern auch mit vielen weiteren Highlights, wie dem serienmäßigen Digital Cockpit, der Ambientebeleuchtung oder auch dem optionalen elektrisch dimmbaren Panoramadach. Also, worauf warten Sie noch? Vereinbaren Sie jetzt eine Probefahrt bei uns.

* ID.7 Stromverbrauch in kWh/100 km: 16,3-14,1 (kombiniert); CO₂-Emissionen kombiniert in g/km: 0. Für das Fahrzeug liegen nur noch Verbrauchs- und Emissionswerte nach WLTP und nicht nach NEFZ vor.¹

Fahrzeugabbildung zeigt Sonderausstattungen. Fahrzeugabbildung kann vom Auslieferungsstand abweichen. Stand 12/2023. Änderungen und Irrtümer vorbehalten.
¹ Angaben zu Verbrauch und CO₂-Emissionen bei Spannbreiten in Abhängigkeit von den gewählten Ausstattungen des Fahrzeugs.
² Eine Jury aus 38 internationalen Motorjournalisten wählte den ID.7 zum „German Car of the Year 2024“. www.gcoty.de

GCOTY
German Car of the Year 2024²

Jetzt Probefahrt vereinbaren:

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

www.schmidt-und-koch.de

STARKE GRUPPE
STARKE LEISTUNG

Kein Plastik in die Biotonne!

Für einen guten Kompost!



Unser Weg in eine gesunde Zukunft.



AUF EIN NEUES JAHR! 2024



Kniggetipp von Ralf Beyer WÜNSCHE ERFÜLLEN

Das neue Jahr hat gerade erst angefangen, und schon hat der Alltag einen wieder eingeholt. Allerdings mit einem kleinen Unterschied: Zu Jahresbeginn hat man oft noch die 'guten Vorsätze' und die 'unerfüllten Wünsche'. Dabei ist es für den Verlauf des bevorstehenden Jahres viel besser, sich seine Wünsche zu erfüllen (soweit es geht), als sich mit den 'guten Vorsätzen' auseinanderzusetzen. Die „guten Vorsätze“ entstehen oft aus einer Laune heraus und sind häufig auch noch unerreichbare Ziele, z. B. „ich will dringend abnehmen“, „ich muss aufhören zu rauchen“, „ich muss mehr Sport machen“, und noch vieles mehr, das unerreicht bleibt. Diese Situation ist frustrierend und führt einem Menschen vor Augen, was er alles nicht erreicht hat. Erfüllte Wünsche hingegen setzen Glückshormone frei, man fühlt sich besser, das Selbstbewusstsein wächst damit auch weiter, und der Umgang mit den Mitmenschen steht ganz einfach unter einem besseren Stern. Darum empfehle ich Ihnen: Erfüllen Sie sich doch einfach einmal selbst einen Wunsch und genießen Sie dieses Gefühl des Glücks. Ich wünsche Ihnen einen guten und vor allem gesunden Start ins Jahr 2024.

Ihr Ralf Beyer

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



EIN KLEINER EXKURS ZUR GESCHICHTE DER NEUJAHRSVORSÄTZE

Die Tradition der Neujahrsvorsätze ist tief in der Geschichte verwurzelt. Schon die Babylonier, vor über 4000 Jahren, fassten zu Beginn ihres neuen Jahres im März Vorsätze, um Schulden zu begleichen und geliehene Gegenstände zurückzugeben. Im antiken Rom, inspiriert durch den Gott Janus, nach dem der Januar benannt ist, suchten die Menschen um Vergebung für vergangene Fehler und strebten nach Besserung im neuen Jahr. Im Mittelalter wurde diese Tradition durch christliche Praktiken beeinflusst. Gläubige nutzten den Jahreswechsel zur Reflexion und Buße, um ein tugendhafteres Leben zu führen. Heute sind Neujahrsvorsätze meist weltlich und auf persönliche Verbesserung ausgerichtet, wie gesündere Ernährung, mehr Sport oder Stressreduktion. Diese lange Tradition zeigt den menschlichen Wunsch nach Erneuerung und Verbesserung. Neujahrsvorsätze sind ein kulturelles Symbol für Hoffnung und Neuanfang, das sich über Jahrtausende erhalten hat.

(Text: Renée Repotente, Bild: DALLE)



Gesundheitstipp von Petra Eberlei Neue starke Ziele für 2024: VOM GUTEN VORSATZ ZUR NACHHALTIGEN UMSETZUNG

Zum Jahreswechsel haben sich laut einer DAK-Studie 59 Prozent aller befragten Personen einen sportlicheren Lebensstil gewünscht. Aber wie schaffen wir es vom guten Vorsatz „mehr Fitness in meinem Leben“ zur nachhaltigen Umsetzung? Hierzu die wichtigsten Schritte bzw. Fragen:

Schritt 1: Warum will ich es wirklich? Um erfolgreich Ihren sportlichen Vorsatz umzusetzen, geht es um das Warum. Finden Sie zuerst heraus, was das wirklich Positive, die Chance durch die Veränderung ist. Was bekomme ich dafür? Z.B. einen strafferen Körper, weniger Rückenschmerzen oder ein starkes Immunsystem? Und stellen Sie sich nun ganz konkret vor, wie das Ergebnis aussieht.

Schritt 2: Was treibt mich an? Mache ich es für mich selbst, für meine Zufriedenheit und Zukunft? Nur wenn Ihr Vorsatz ein positiver eigener Wunsch ist, steigt die Aussicht auf dauerhaften Erfolg. Erst dieser innere Antrieb schafft die zentrale Voraussetzung, Vorbehalte und Anstrengung zu überwinden, bevor das Fitnessstraining zu einer lieb gewordenen Gewohnheit wird.

Schritt 3: Wann möchte ich mein Ziel erreichen? In diesem Punkt scheitern leider schon viele Vorhaben, bevor sie so richtig begonnen haben. Es ist nicht leicht, den zeitlichen Horizont eines Trainingsziels und die optimalen Etappenziele für sich selbst einzuschätzen.

Schritt 4: Wie soll es zu meiner Gewohnheit werden? Das ist der Schlüssel zum Erfolg, wenn Ihr Vorsatz dann zur Gewohnheit wird. Dafür legen Sie Ihre Vorstellungen („ist bestimmt sehr anstrengend“) einmal zur Seite. Wiederholen Sie Ihr Training einige Male und achten Sie darauf, wie es Ihnen von Mal zu Mal leichter fällt.

Schritt 5: Genieße Sie Ihr neues Lebensgefühl! Jede/r kann es schaffen! Wir Trainerinnen und Trainer im LIFE FITNESS unterstützen Sie bei der Suche nach klaren Antworten auf diese Fragen, zeigen Ihnen, wie Hindernisse dazu da sind, diese zu überwinden, und motivieren Sie zusätzlich auf dem Weg zu Ihrem persönlichen Ziel.

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

Stoffhalle

Auf 700 m² Verkaufsfläche



Starten Sie 2024
Ihren Nähkurs, für Kinder
samstags mit Anmeldung.



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.

LUST AUF RAUM AUSSTATTUNG?

Wer ein traditionelles und attraktives Handwerk erlernen möchte, der sollte bei Stöhr & Janßen vorstellig werden. Der Meisterbetrieb um Obermeister Jan-Eike Janßen bietet ab Sommer 2024 einen Ausbildungsplatz zum/zur Raumausstatter/Raumausstatterin an. Für mehr Informationen und zur Bewerbung können sich Interessierte unter info@raumausstattung-stoehr-janssen.de melden.

(Text: Renée Repotente, Foto: Katja Mickelat)



Mit dem **neuen Jahr** beginnt auch die Zeit für **neue Raumideen!**



Kommen Sie vorbei. Wir beraten Sie gerne.

Raumausstattung Stöhr & Janßen
Nadorster Straße 303 • 26125 Oldenburg
Tel. 0441, 3 19 15
info@raumausstattung-stoehr-janssen.de
www.raumausstattung-stoehr-janssen.de

Stöja
RAUM AUSSTATTUNG

Wir suchen für Oldenburg und Umgebung:

- Fachkräfte für unsere Küche (m/w/d) als Köch:in, Diätköch:in, Hauswirtschafter:in
- Reinigungskräfte (m/w/d) für verschiedene Bereiche der Krankenhausreinigung
- Mitarbeiter:innen für die Speisenabfrage (m/w/d)
- Servicekräfte (m/w/d)
- Küchenhilfen (m/w/d)

Unsere Ausbildungsplätze:

- Kaufmann/-frau für Büromanagement (m/w/d)
- Koch/Köchin (m/w/d) sowie Fachkraft Küche (m/w/d)
- Gebäudereiniger:in (m/w/d)

Unsere Benefits:

Vergütung nach Tarifvertrag | Urlaubsgeld | Ein sicherer, attraktiver Arbeitsplatz | Ein hervorragendes Arbeitsklima mit interdisziplinärer Zusammenarbeit | Geregelte Arbeitszeiten | Vergünstigte Verpflegung | Firmenfitness | Job-Bike-Leasing



Evangelische Krankenhaus Service gGmbH
Bertha-Benz-Straße 7 | 26160 Bad Zwischenahn
Telefon: 04403 / 62440-0 | E-Mail: bewerbung@eks-online.de | Web: www.eks-online.de

WERDE
TEIL UNSERES
TEAMS!

**NEUES JAHR,
NEUE VORSÄTZE,
KOMMT TANZEN!**

• DISCOFOX • ROCK'N'ROLL • WEST-COAST-SWING •
• SALSA • LINE DANCE • HULA-HOOP-FITNESS •
• BODEGA MOVES • HIP-HOP • AGILANDO •

ZU DEN KURSEN

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

AGENTUR FÜR MEDIEN, GESTALTUNG & TEXT

WIR WÜNSCHEN EINEN GUTEN START IN DAS JAHR 2024!

Mangoblau

WWW.MANGOBLAU.DE

REWE DEIN MARKT

REWE
Karl-Heinz Janzen

JEDE WOCHE EXTRA SPAREN

MIT DEINEN REWE APP COUPONS! JETZT DOWNLOADEN!



3 x in Oldenburg

Donnerschwer Straße 210
Hauptstraße 85-89 · Eversten
Schloßplatz 3 · Innenstadt

Lernen Sie uns kennen!

Ab Februar 2024 auch in Oldenburg

Informieren Sie sich telefonisch oder besuchen Sie einen unserer kostenlosen Info- oder Hospitationstermine!

Infos und Anmeldung unter: www.ifaop.com

Zertifiziertes Ausbildungsinstitut

Perspektive Osteopathie

Eine Osteopathie Ausbildung am IFAO kann Ihr Berufsleben entscheidend verändern!

Osteopathie ermöglicht:

- überzeugende Effektivität
- große berufliche Zufriedenheit
- weitreichende Entfaltungsmöglichkeiten
- sehr gute Verdienstmöglichkeiten

Eine Ausbildung am IFAO bietet Ihnen:

- erstklassige Fachkompetenz
- exzellente manuelle Fertigkeiten
- optimale Lernbedingungen, moderne Lehrmittel integriert in Lehrplattform
- top Preis-Leistungsverhältnis
- top Abschluss: anerkannt durch Krankenkassen und alle führenden Osteopathieverbände

IFAO
Lucas-Cranach-Str. 1
54634 Bitburg
Tel.: 06561/670457

Starttermin: 29. 02. 2024

2024

DAS FSJ BEIM BTB

Das Freiwillige Soziale Jahr kann für Jugendliche und junge Erwachsene eine großartige Möglichkeit der persönlichen Weiterentwicklung und beruflichen Orientierung im Rahmen eines sozialen Engagements bieten. Auch der Bürgerfelder Turnerbund beschäftigt zurzeit zwei FSJ-ler, die von der Vielseitigkeit des Vereins enorm profitieren. „Wir haben im Grunde die gleichen Aufgaben, wie die angehenden Sport- und Fitnesskaufleute im ersten Lehrjahr,“ so Yannis Plätzer (einer der beiden Freiwilligen). Dazu zählen Aufgaben in sämtlichen Bereichen des Vereins, wodurch den beiden ein breites Spektrum an Berufsfeldern nähergebracht wird. Ein großer Teil des Sportangebotes findet in den beiden Schwimmbädern des Vereins statt. Bei den Schwimmkursen Frosch, Seepferdchen und Bronze sind die beiden mit im Wasser und helfen den Schwimmmeistern bei der Unterstützung der Kinder auf ihrem Weg zum nächsten Abzeichen. Tom Lüers (der zweite FSJ-ler) sagt hierzu: „Es ist toll die wöchentlichen Fortschritte der Kinder zu sehen und sie beim Schwimmenlernen zu begleiten. Auch die Arbeit mit den Schwimmmeistern, die viele Fertigkeiten spielerisch vermitteln und die Wassergewöhnung mit viel Fingerspitzengefühl leiten, macht mir sehr viel Spaß und ist sehr lehrreich.“ Wer also Lust auf ein extrem vielseitiges Jahr im Sportbereich hat, darf sich freuen, denn auch im nächsten Jahr können wieder zwei Freiwillige ihr FSJ beim BTB beginnen.

(Text/Quelle: BTB, Tom Luers)

ERÖFFNEN SIE SICH NEUE PERSPEKTIVEN:
OSTEOPATHIE AUSBILDUNG AM IFAO



Ab dem 29.02.2024 auch in Oldenburg | Ob Sie sich fachlich weiterbilden oder beruflich neu orientieren möchten – die Osteopathie eröffnet Ihnen eine große Vielfalt von Möglichkeiten. Das Institut für angewandte Osteopathie, kurz IFAO, bietet einen top Abschluss, der von allen Krankenkassen und führenden Osteopathieverbänden anerkannt wird. Weitere Informationen erhalten Sie unter www.ifaop.com oder telefonisch +49 (0) 6561 / 67 04 57.

(Text: IFAO)

Advertorial

50% 30% 10%

ZWEIRAD
BEILKEN

LAGERVERKAUF

Zweirad-Schnäppchen sichern!
Der große Lagerverkauf findet jeden Freitag und Samstag statt: Auf alle verfügbaren Fahrradmarken und -modelle - von Kinder-, Trekking-, City-, Renn-, Lastenrädern bis zu e-Bikes - gibt es tolle Rabatte von bis zu 50 %.

Also reinschauen,
Probe fahren,
mitnehmen!*

Öffnungszeiten:
Freitag 15:00 - 18:00 Uhr
Samstag 10:00 - 14:00 Uhr

Wo? Direkt nebenan –
in unserem „alten“ Laden:
Weißenmoorstr. 271
26125 Oldenburg

*ausschließlich bar oder EC-Zahlung möglich

1.950 Euro



30%

Gazelle Arroyo C7+ HMB
Stabiler, leichter Oversized-Aluminiumrahmen
Nabenschaltung: Shimano Nexus 7
Bosch Active Line Plus Motor mit 500 Wh Akku

325 Euro



50%

Conway MS 4.9
Rahmen: CONWAY, Alu Hardtail
Kettenschaltung: 24-Gang SHIMANO „Acera“
Bremsen: TEKTRO „HD-M280“



349 Euro

Puky LS-PRO 16-1 Alu
Anzahl Gänge: 1
Bremsen: V-Brake (vorne und hinten)
Kettenschutz: Chainlooper



2.999 Euro

20%

Gazelle Chamonix C5 HMS
Rahmen: Sportlicher und stabiler Alurahmen
Schaltung: Shimano Nexus 5
Anzahl Gänge: 5



2.199 Euro

Cube Reaction Hybrid Performance 500 metallicgrey
Schaltung: Shimano RD-M3100-SGS, 9-Speed



2.799 Euro

20%

Stevens E-Lavena PT5 Forma
Rahmen: Aluminium 6061, Schaltung: Shimano Deore Trekking Shadow RD-T6000-SGS, Bremsen: VO:Shimano BR-MT200, HI:Shimano BR-MT200

LAGERVERKAUF



499 Euro

20%

Stevens 3X Lady
Rahmen: Aluminium 6061, Schaltung: Shimano Alivio Trekking RD-T4000-SGS
Lenker: Oxygen Driver 630 mm



899 Euro

Cube Nature EXC blue'n'blue
Rahmen: Aluminium Superlite, Trekking Cross, Taper, Double Butted, Schaltung: Shimano XT RD-T8000, 10-Speed



3.150 Euro

Conway Cairon T 3.0
Schaltung: SHIMANO „Altus RD-M2000“, 9speed, Bremsen: TEKTRO „HD-T280“
Gabel: RST „Blaze MLO“, 80 mm



3.199 Euro

Stevens E-Brione Luxe Forma
Rahmen: Aluminium 6061
Schaltung: Shimano Nexus-5E SG-C7002-5CD
Motor: Bosch G3 Performance Line Cruise

... mit neuem Zweirad ins neue Jahr starten!



Komm' vorbei:

Freitags 15⁰⁰ - 18³⁰ Uhr

Samstags 10⁰⁰ - 14⁰⁰ Uhr

★★★ LAGERVERKAUF ★★★



499
Euro

Stevens 3X Gent
Rahmen: Aluminium 6061
Schaltung: Shimano Alivio Trekking
RD-T4000-SGS

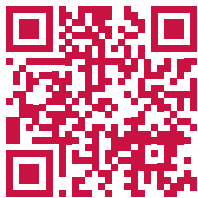


4.199
Euro

Cube Cargo Hybrid 500
flashwhite n black
Motor: Bosch Drive Unit Cargo Line
Generation 4 (85Nm) Cruise (250Watt)



Weitere
Angebote
findet ihr
online!



service@fahrrad-beilken.de | www.zweirad-beilken.de



HALLO GRÜNKOHL

GRÜNKOHLBAROMETER

SAISON 2023/2024 – MITMACHEN!

Grünkohl essen für einen guten Zweck – eine schönere Kombination gibt es zur Saison kaum. Mit dem Grünkohlbarometer werden wieder die in Oldenburg verzehrten Grünkohlportionen gezählt. Mit den eingetragenen Portionen können somit viele leckere Grünkohlgerichte an die Oldenburger Tafel gespendet werden. Egal, ob klassisch, vegan oder kreative Neukreation: Alle Grünkohlvariationen zählen. **Das Ziel: 100.000 Portionen für 500 Spenden-Portionen!** Beim Erreichen der Meilensteine von 20.000, 40.000, 60.000, 80.000 und 100.000 Portionen werden jeweils 100 Grünkohl-Gerichte an die Tafel gespendet.

Meilensteine des Grünkohlbarometers:

Meilenstein 1 – 20.000 registrierte Portionen: 100 x Grünkohl werden von der Stadt-Fleischerei Bartsch an die Oldenburger Tafel gespendet.

Meilenstein 2 – 40.000 registrierte Portionen: 100 x Grünkohl werden von der Meerpohl Spezialitäten-Fleischerei an die Oldenburger Tafel gespendet.

Meilenstein 3 – 60.000 registrierte Portionen: 100 x Grünkohl werden vom Ratskeller Oldenburg an die Oldenburger Tafel gespendet. Meilenstein 4 – 80.000 registrierte Portionen: 100 x Grünkohl werden vom Eytjehof an die Tafel gespendet.

Ziel: 100.000 registrierte Portionen: 100 x "Best of": Je 25 Portionen der oben beschriebenen Grünkohlgerichte werden an die Oldenburger Tafel gespendet, finanziert durch die Partner des StadtMarketings Oldenburg. **Den aktuellen Stand der gezählten Portionen kann man hier ansehen:** www.kohlhauptstadt.de/oldenburg/gruenkohlbarometer (Quelle: www.kohlhauptstadt.de)

Stadt-Fleischerei
Bartsch
seit 1957
66 Jahre

UNSERE „ECHTE“ OLDENBURGER KOCHMETTWURST UND FLEISCHPINKEL

In mehr als 70 Lebensmittelmärkten im Raum Oldenburg und Bremen erhältlich.

KENNEN SIE SCHON UNSEREN GRÜNKOHLSHOP?
www.bartsch-oldenburg.de/shop

MÜGGENKRUG
SEIT 1726

FIRMEN SPECIAL KICK OFF KOHLFAHRT
FIRMENRABATT AN FREITAGEN

15% RABATT

TERMIN SICHERN!

Infos & Anfrage: www.mueggenkrug.de
0172/4188250 – Chr. Braasch-Thoss
0160 / 7781760 – S. Borm

meerpohl

DIE GRÜNKOHLSAISON STARTET ENDLICH!

GENIESSEN SIE LECKER OLDENBURGER GRÜNKOHL & FLEISCHPINKEL VON MEERPOHL!

MEERPOHL
Erhaltung schmeckt man.

Online SHOP

MEERPOHL GmbH
Alexanderstraße 370
26127 Oldenburg
Tel. 0441 - 63 63 2
www.meerpohl.de

129 Ausflugsziele im Oldenburger Münsterland



Die neue
Freizeitkarte
ist da!

OM
OLDENBURGER
MÜNSTERLAND
Viel Grün. Viel drauf.

BESUCHE UNS AUF
WWW.OM-TOURISMUS.DE oldenburgermuensterland mein.om



GIB MIR FÜNF!

Das Oldenburger Münsterland: Eine Region, die mit Abwechslung überzeugt.

Ob mit dem Fahrrad, dem Kanu oder dem Pferd, dem Auto oder dem Reisemobil – das Oldenburger Münsterland lässt sich auf erholsame und zugleich unterhaltsame Weise entdecken. Die Region um die Landkreise Cloppenburg und Vechta heißt Sie mit einer facettenreichen Landschaft, einer spannenden Kulturwelt, abwechslungsreichen Freizeitangeboten sowie interessanten Brauchtümern und einer besonderen Kulinarik willkommen. Dazu begeistert die Region mit einer faszinierenden Naturvielfalt: Die waldreichen Dammer Berge mit dem Dümmer See, die buchtenreiche Schärenzone Thülsfelder Talsperre, die ausgedehnten Moorgebiete im Nordkreis Vechta und die beschauliche Flusslandschaft des Hasetals. Hoch im Norden dann das Wasserterritorium Barßel-Saterland mit maritimem Flair und spannender Fehnkultur. Lieblingsplatz schon gefunden? Als Reisemobil- oder Campingurlauber finden Sie im Oldenburger Münsterland beste Voraussetzungen für Ihren Aufenthalt. Verweilen Sie dort, wo es Ihnen gerade gefällt und erleben Sie diese vielfältige Region mit all Ihren Freizeitangeboten. Gern beraten wir Sie auf der Caravan, Freizeit & Reisen in Oldenburg. Sie finden uns in der Kongresshalle an Stand 1210 und unter www.om-tourismus.de. (Text & Fotos: Verund Oldenburger Münsterland)

DIE (REISE-) MOBILE FREIHEIT BEGINNT HIER!

Schon beim Umdrehen des Zündschlüssel beginnt mit einem Reisemobil die Freiheit und der Urlaub. Lassen Sie den Weg zum Ziel werden. Mit Aussicht, Übersicht und dem Komfort eines modernen Reisemobil hinter dem Rücken. Nicht nur in ausgedehnten Urlaubsfahrten, sondern auch bei spontan Trips am Wochenende oder einfach mal raus in die Natur. Individuell: ob alleine, zu zweit, mit den Kindern oder der Fellnase. In einem Reisemobil sind Sie unterwegs zu Hause. Einfach das schlechte Wetter hinter sich lassen



und dahin fahren wo es schön ist. ...und wenn Sie es erst einmal ausprobieren wollen: Wir vermieten auch unterschiedliche Modelle. Als Ahorn-Camp Handels- & Service-Partner bieten wir Ihnen das fachkompetente, rund-um-sorglos-Paket für Reisemobile in der Einstiegsklasse. Mit über 60 Jahren Erfahrung Renault, ist das Grundfahrzeug bei uns ebenso in guten Händen. Autohaus-Gerdes ...mit Sicherheit besser! (Text & Fotos: Autohaus Gerdes)

**DIE GRÖSSTE
SEHNSWÜRDIGKEIT,
DIE ES GIBT,
IST DIE WELT -
SIEH SIE DIR AN.**

Kurt Tucholsky

KOMFORTABLES CAMPING MIT KINDERN



Mit Kindern unterwegs auf Campingplätzen – das ist für immer mehr Familien eine sehr entspannte Art des Urlaubs. Und wenn dann nicht abends für die Kinderbetten umgebaut werden muss, sondern bereits platzsparend Etagenbetten eingebaut sind, wird es noch einfacher. Auch prima für den Herbsturlaub oder Regentagen als Rückzugsort. Anschauen lassen die sich z.B. bei Camping Bernd Feldhus in Etzhorn.

(Text und Foto: Katja Mickelat)



Z-E3776 - DER ALLES-KÖNNER FÜR IHREN NÄCHSTEN URLAUB IM FIAT DUCATO III (ODER BAUGLEICHEN FAHRZEUGEN)

Sie interessieren sich für neueste Navigation / innovative Multimediafunktion / Wireless Apple CarPlay / Wireless Android Auto™? Der Z-E3776 verbindet sich per WLAN kabellos mit Ihrem Smartphone: damit ist Telefonieren, Navigieren oder einfach Musik hören bequem möglich. Gesteuert werden die Funktionen über Apple Siri, den Google Sprachassistenten oder über den Touchscreen des Zenec-Gerätes. Außerdem werden bis zu 3 Kameras unterstützt und mit dem Motorhome Navipaket erweitern Sie das Gerät einfach zum Reisemobil-Naviceiver. Bei Fragen und für Details helfen Ihnen die Spezialisten um Frank Dost bei ACR, Tel 0441 – 98 330 190 gerne weiter! (Text und Foto: Katja Mickelat)

FFM
FREIZEITMOBILE

Halle 3
Stand
3040

Im Schloor 4 • 26203 Wardenburg • Telefon 04407 63 13
info@freese-freizeit-mobile.de • www.ffmpeg-freese.de

Hobby
GEBAUT FÜRS LEBEN

Es gibt viele Wege zum Glück...
... einer davon ist Campen!

FREIZEIT MIT
FELDHUS
CARAVAN • CAMPING • ZUBEHÖR

Bernd Feldhus GmbH & Co. KG
Ekernstr.4-6 - 26125 Oldenburg
Zentrale 0441 - 9396 00

www.feldhus-camping.de

RENAULT
Passion for life

www.autohaus-gerdes.de

FREIHEIT ERLEBEN

mit einem Ahorn Camp Reisemobil von Ihrem Partner in Oldenburg für Verkauf, Vermietung und Service

BESUCHEN SIE UNS AUF DER CFR VOM 19.-21.1.2024

AHORN Rent **GERDES** AUTOHAUS MIT SICHERHEIT BESSER **AHORN** Camp

Business- & Wohnmobil-Center K. Gerdes GmbH
Wilhelmshavener Heerstr. 325 | 26125 Oldenburg
Tel. 0441 / 30667 | ahorn@autohaus-gerdes.de

IHRE EXPERTEN IM RAUM WESER-EMS FÜR:
Navigationssysteme | Multimediasysteme | Car-Audio
Rückfahrkameras | Camper-Nachrüstung
Originalanlagen Upgrade | Einbauservice

ACR
Ihr Carhifi-Spezialist

Nadorster Straße 229a
Tel. 98 33 01 90 • www.acr-oldenburg.de

Öffnungszeiten: Montag – Freitag 9:00 – 12:30
& 14:00 – 18:00 Uhr | Samstag geschlossen



Outdoor Bergsport Trekking Freizeit

Alles für Dein Fernweh!

Unterwegs Oldenburg
Gaststraße 27
26122 Oldenburg
www.unterwegs.biz

22x Sie finden uns in Deutschland

40 JAHRE Seit 1983 Ihr Service-Partner.



Wir bieten Ihnen persönlichen, individuellen, günstigen und flexiblen Service rund um Ihr Auto!



HOPPE & OPPOTSCH GMBH
Gut Rehorn 2 · 26180 Rastede · Tel. 04402 7222
www.hoppe-oppotsch.de



HONDA

Erleben Sie elektrifizierte Mobilität der neuesten Generation.

Honda Frühstück
20. Januar 2024

von 9:00 bis 13:00 Uhr

Ihre Begeisterung ist unsere Bestätigung!

Harmdierks
Ekernstraße 6 · 26125 Oldenburg · Tel. 0441/3502770
Autohaus Bernhard Harmdierks GmbH
info@harmdierks.de · www.harmdierks.de

Kraftstoffverbrauch der hier abgebildeten Honda Modelle in l/100 km (nach WLTP): Kurzstrecke (niedrig) 5,7-3,6 Stadtrand (mittel) 5,8-3,7; Landstraße (hoch) 6,0-3,9; Autobahn (Höchstwert) 6,1-5,8; kombiniert 6,7-4,5 und gewichtet, kombiniert 0,8 (CR-V e-PHEV) bzw. Stromverbrauch in kWh/100 km (nach WLTP): kombiniert 18,2 und gewichtet, kombiniert 15,5 (CR-V e-PHEV). CO₂-Emission in g/km (nach WLTP): kombiniert 131-0 und gewichtet, kombiniert 19 und elektrische Reichweite (EAER) 82 km und (EAER city) 105 km (CR-V e-PHEV). Abbildung zeigt Sonderausstattungen. Verkauf, Beratung und Probefahrten nur innerhalb der gesetzlichen Ladenöffnungszeiten.



CARAVAN FREIZEIT REISEN 2024: URLAUB AUF DEINE ART

Vom 19. bis 21. Januar 2024 findet die renommierte CARAVAN FREIZEIT REISEN Messe in den Weser-Ems-Hallen Oldenburg statt. Die Messe ist ein Treffpunkt für Liebhaber von Reisen und Caravans und verbindet Heimatgefühl mit Fernweh.



Die Highlights der Messe sind vielfältig. Namhafte regionale und überregionale Aussteller präsentieren die neuesten Trends im Caravan- und Reisebereich. Besucherinnen und Besucher können sich auf innovative Angebote und Expertenrat in Bereichen wie Busreisen, Aktivurlaub mit Caravan oder Wohnwagen, Kreuzfahrten sowie Wander- und Fahrradurlaub freuen. Attraktive Vorträge bieten zusätzliche Inspirationen für die nächste Reise.

19. BIS 21. JANUAR 2024



Ein besonderes Highlight ist der Carado Campervan CV590 4x4, ein Fahrzeug ideal für komfortables Reisen abseits befestigter Straßen. Auch das Thema Weltreise wird aufgegriffen, mit spannenden Einblicken in Klima, Klimawandel und Wetter.

Der Fachhandel aus der Region präsentiert zudem neueste Modelle von Wohnmobilen und Wohnwagen, von luxuriösen Vollintegrierten bis zu handlichen Zelt-Anhängern. Aktive Freizeitgestaltung wird ebenfalls großgeschrieben, mit Angeboten wie E-Bikes, Stand-Up Paddling und lokalen Ausflugszielen.

Die CARAVAN FREIZEIT REISEN ist somit nicht nur eine Messe, sondern ein Erlebnis, das die Vielfalt und Faszination des Reisens zelebriert – von lokalen Ausflügen bis zu globalen Abenteuern.

Die Messe ist vom 19. bis 21. Januar 2024 täglich von 10:00 bis 17:00 Uhr für Besucherinnen und Besucher geöffnet.

(Text: Renée Repotente, Fotos: Weser-Ems-Hallen)

WILDERNESS TREFFEN IM WALD 8. MAI BIS 14. JULI 2024

In unserer schnelllebigen Zeit scheint die Welt kleiner zu werden. Die Digitalisierung hat uns fest im Griff und die Erde ist in wenigen Stunden umrundet. Um sich selbst und die eigenen Stärken wieder kennenzulernen, ziehen sich Menschen unterschiedlichster Couleur in den Wald und die unberührte Wildnis zurück. Unberührt? Nicht ganz, denn einer lebt schon länger dort. Er kennt das Leben hier bereits, doch Menschen sind ihm fremd geworden. Wie findet sich die Gemeinschaft zusammen? Wie passen unter anderem das bürgerliche englische Paar, das finnische Naturalistenpaar und auch das schüchterne Mädchen in die Welt des Königs der Wälder? Eine akrobatische Reise in die Natur als Regulativ der Neuzeit.

(Text: GOP Variété Bremen GmbH & Co. KG)

Reisen ist leben, wie Leben Reisen ist!

NEU! JETZT AUCH IN DER CITY!

HORIZONT REISEN CITY

Achternstr. 32 | 26122 Oldenburg
Öffnungszeiten:
Di. & Do. 14:00 - 18:00 Uhr & Sa. 10:00 - 16:00 Uhr



HORIZONT REISEN HAFEN | Stau 35 - 37, 26122 OL |
Telefon 0441 - 26 1 33 | info@horizontreisen.de

HORIZONT REISEN UNI | Uhlhornsweg 99, 26129 OL
Telefon 0441 - 77 81 722 | uni@horizontreisen.de
Öffnungszeiten: Mo. bis Fr. von 10:00 Uhr bis 18:00 Uhr



GOP

Tickets gibt's auf der Caravan!

WILDERNESS
Treffen im Wald

8. Mai bis 14. Juli 2024

GOP Variété-Theater Bremen **variete.de**

Events & TERMINE



...HEUTE FANGEN
WIR MIT DEM
DRUCKEN AN.
V.O. STOMPS UND DIE
EREMITEN-PRESSE

Victor Otto Stomps (1897-1970), Schriftsteller und Verleger, gründete nach dem Zweiten Weltkrieg den Verlag Eremiten-Verlag, dessen Schwerpunkt in der Förderung junger literarischer Talente in Verbindung mit einer einzigartigen Buchkunst lag. Die Ausstellung in der Landesbibliothek Oldenburg präsentiert erstmals die umfangreiche private Sammlung des Oldenburger Soziologen Stefan Müller-Doohm. Jedes der Eremiten-Bücher, erschienen in kleinster Auflage, birgt literarische und visuelle Überraschungen: Moderne Lyrik und kleine Prosa, illustriert durch Holzschnitte und Grafiken zeitgenössischer Künstler, wurden mit traditioneller Handwerks-technik auf außergewöhnliche Materialien wie Bütten-, Pack- oder Wellpapier gedruckt. Die Eremiten-Verlag gab später etablierten Autoren ein Forum, darunter H.C. Artmann und Christoph Meckel sowie Künstlern wie HAP Grieshaber.

Collage vom Kurator der Ausstellung: Dr. Wolfgang Schopf
(Text & Foto: Landesbibliothek Oldenburg)

MOND – EINE REISE DURCH DIE NACHT
SO, 7. JANUAR 2024, 16:00 UHR, THEATER WREDE+
FÜR KINDER VON 1 BIS 6 JAHRE UND ERWACHSENE



In „Mond“ verwandelt sich das Theater in ein lebendiges Bilderbuch. Während die meisten schlummern und träumen, erwacht in „Mond“ die Welt der Tiere mit all ihrem Wunder. Mit dem Mondschein beginnt das mysteriöse Orchester, in dem der seichte Wind der Steppe, die quakenden Frösche und die fliegenden Vogelschwärme in eine sanft ruhige Harmonie einstimmen. Mit raumübergreifenden Projektionen und geschickten Animationen sowie komponierter Musik wird erzählt, was nachts in der Welt der Tiere geschieht.

(Quelle und Foto: theater wrede+)



NEW YORK GOSPEL STARS
SIND AUF DEUTSCHLAND-
TOURNEE 2023/2024

Über 15 Jahre begeistern sie mit dynamischen Auftritten und Hits wie "Walk in Jerusalem". Ihre Shows verbinden starke Stimmen mit Piano und Schlagzeug. Sie vermitteln Gottes Liebe und Hoffnung. Highlights: "God Is on Your Side", "Oh Happy Day". Am 22.01.2024 gastieren die New York Gospel Stars in Oldenburg in der St.-Johannes-Kirche (Beginn 20:00 Uhr). Tickets ab 35 € auf www.lb-events.de oder 0234-9471940.

Gewinnen Sie 1 x 2 Karten für das Konzert in Oldenburg - schreiben Sie eine E-Mail an info@nadorster-einblick.de mit dem Betreff "New York Gospel Singers". Bitte geben Sie dabei Ihren vollständigen Namen an. Einsendeschluss ist der 7. Januar 2024. Viel Glück!

(Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Der Gewinn kann nicht in bar ausgezahlt oder umgetauscht werden. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Die Kontaktdaten werden vertraulich behandelt und lediglich zum Zwecke der Gewinnbenachrichtigung genutzt. Nach Abschluss der Verlosung werden diese Informationen gelöscht.)

(Quelle und Foto: LB Events, Text: Renée Repotente)

AUSSCHREIBUNG VON MEDIENKUNST-
STIPENDIEN AM EDITH-RUSS-HAUS



Ermöglicht durch die Stiftung Niedersachsen vergibt das Edith-Russ-Haus für Medienkunst im Jahr 2024 wieder drei Stipendien zur Förderung künstlerischer Arbeiten im Bereich der Medienkunst. Es handelt sich um drei Produktions- und Aufenthaltsstipendien zu je 12.500 Euro, mit denen ein breites Spektrum der Medienkunst gefördert werden kann: von Videokunst und netzbasierten Projekten bis hin zu Klang- oder audiovisuellen Installationen. Interessierte können ihre Anträge im Internet unter www.edith-russ-haus.de/stipendien einreichen. Die Bewerbungsfrist läuft bis zum 29. Februar 2024. Die Stipendien gelten für eine Dauer von sechs Monaten, von Juli bis Dezember 2024. In diesem Zeitraum sollte die künstlerische Arbeit abgeschlossen werden. Bewerben können sich Künstlerinnen und Künstler sowie Künstlergruppen, aber keine Institutionen. Weitere Informationen für Interessierte gibt es online unter www.edith-russ-haus.de/ueber-uns/stipendien sowie per E-Mail an info@edith-russ-haus.de oder telefonisch unter 0441 235-3194.

(Quelle & Foto: Edith-Russ-Haus)

...heute Nacht fangen wir
mit dem Drucken an.

V.O. Stomps
und die
Eremiten-Verlag



Ausstellung
1.12.2023
-26.2.2024

Landesbibliothek Oldenburg
Montags-Freitags 10-19 Uhr und Samstags 9- 12 Uhr
Der Eintritt ist frei. www.lb-oldenburg.de



KAFFEE
und
KUCHEN

JEDEN SONNTAG

Wir spendieren
Ihnen eine Tasse Kaffee
oder Tee und ein
Stück Kuchen*.

*Solange der Vorrat reicht.

Sonntags ab
14:00 Uhr



[f](https://www.facebook.com/spielbank-bad-zwischenahn.de)
spielbank-bad-zwischenahn.de
karriere-spielbank.de

DIE SPIELBANK.
BAD ZWISCHENAHN

Ab 21 Jahren · Ausweispflicht · Glücksspiel kann süchtig machen · Hilfe unter: www.check-dein-spiel.de

"OLDENBURG UND
ICH" 2.-29.1.2024,
VHS OLDENBURG

Die Künstlerin und Dozentin Petra Jaschinski präsentiert unter dem Titel „Oldenburg und ich“ gemeinsam mit ihren Kursteilnehmenden eine beeindruckende Ausstellung, die nicht nur die künstlerische Vielfalt, sondern auch die Verbundenheit mit der Stadt Oldenburg hervorhebt. Öffnungszeiten: Mo - Fr: 8:30 - 21:00 Uhr | Sa: 11:00 - 17:00 Uhr. An Feiertagen geschlossen. Sonntags und in den Ferienzeiten gelten eingeschränkte Öffnungszeiten. Weitere Infos unter info@vhs-ol.de oder 0441 92391-50. (Quelle: VHS Oldenburg)

ZUSTELLER:IN FÜR AUSLAGESTELLEN GESUCHT!

Du oder Ihr verteilt schon Zeitungen, ein Vereins-, Kirchenblatt oder regelmäßig Flyer an Auslagestellen in ganz Oldenburg? Ihr habt Lust, unsere Produkte mitzunehmen? (Selbstverständlich gegen Vergütung!!)

Dann füllt bitte diese Karte aus und maile oder schicke uns diese zurück.

Name, Vorname: _____

Wohnort: _____ Alter: _____

Telefonnummer/E-Mail: _____

Ich verteile regelmäßig Zeitungen Flyer Briefe/Pakete Sonstiges
 monatlich (Monatsanfang) monatlich (Monatsende) wöchentlich

MANGOBLAU MEDIEN GMBH · Jörnweg 7 · 26215 Metjendorf · E-Mail: marlies.koenig@mangoblau.de

Unsere besten Handwerker

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

KFZ-Meisterbetrieb RIEGER GmbH

Ihr Meisterbetrieb in Metjendorf!

Karl-Fischer Str. 8 | 26215 Metjendorf | ☎ 0441/8 49 29 | Fax 0441/88 32 85
www.meisterbetrieb-rieger.de | 🕒 Mo – Fr von 7:30 – 17:00 Uhr | GTÜ täglich



Ob gewerblich oder privat, wir machen Ihren Wohnwunsch wahr!

Von der Planung und dem Entwurf bis hin zur Fertigung und Montage, bei uns sind Sie von Beginn an gut betreut. Ganz gleich in welchem Raum, wir finden die passende Stauraum-, Nischen- oder Dachschrägenlösung für Sie.

kirstein+schubert
wir machen möbel

- Wohnmöbel
- Schlafzimmer
- Küchen
- Badezimmer

die Moebelwerkstatt Kirstein Schubert oHG
Felix-Wankel-Straße 3a | 26125 Oldenburg | Tel. 0441 - 932 932
info@kirstein-schubert.de | www.kirstein-schubert.de

Trends 2024: Haussanierung, Badsanierung und Gartengestaltung

Haussanierung: Energieeffizienz und Smart Home

Bei der Haussanierung steht Energieeffizienz an oberster Stelle. Die Verwendung von hochisolierenden Materialien und die Installation von energieeffizienten Fenstern und Türen sind wichtige Maßnahmen. Zudem gewinnt die Integration von Smart Home-Technologien an Bedeutung. Diese ermöglichen es, Heizung, Beleuchtung und Sicherheitssysteme effizient zu steuern und tragen zur Reduzierung des Energieverbrauchs bei.

Badsanierung: Wellness und Nachhaltigkeit

Im Bereich der Badsanierung geht der Trend hin zu einem Wellness-Oasen-Gefühl. Freistehende Badewannen, großzügige Duschen und natürliche Materialien wie Holz und Stein sind gefragt. Zudem spielt Nachhaltigkeit eine große Rolle, beispielsweise durch den Einsatz wassersparender Armaturen und umweltfreundlicher Materialien. Intelligente Beleuchtungskonzepte, die eine entspannende Atmosphäre schaffen, sind ebenfalls im Trend.

Gartengestaltung: Biodiversität und Outdoor Living

In der Gartengestaltung steht die Förderung der Biodiversität im Vordergrund. Naturnahe Gärten mit heimischen Pflanzenarten, die Insekten und Vögeln Lebensraum bieten, sind beliebt. Der Trend zum "Outdoor Living" bleibt bestehen – Terrassen und Gärten werden als Erweiterung des Wohnraums gesehen, mit bequemen Möbeln, Feuerstellen und Outdoor-Küchen. Vertikale Gärten und Dachbegrünungen sind weitere innovative Ansätze, die sowohl ästhetisch als auch ökologische Vorteile bieten.

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 - 6812764

24-STD. NOTDIENST

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



DIES & DAS

Grünkohl - gibt es auch auf dem Karolinenhof

Der Karolinenhof in Bad Zwischenahn, ein familiengeführter Freizeithof, bietet eine Vielfalt an Aktivitäten sowie besondere Kohltouren auch für kleine Gruppen. Der Hof freut sich momentan über Unterstützung in Form von Spenden, insbesondere zur Bereitstellung von Winterfutter für die Tiere. Für weitere Informationen, Buchungen oder Spendenanfragen steht Inhaberin Janna Schmidt zur Verfügung, erreichbar unter der Adresse Woldlinie 4, 26160 Bad Zwischenahn, Telefon 01522 / 67 89 360, E-Mail Info@karolinen-hof.de. (Text: Renée Repotente)

Tierischer Trost für die Kinderseele
Egon Pollmann spendet 1.300 € für die Organisation Kinderschutzensel e. V.



Hunde im Krankenhaus? Aber ja! Zumindest, wenn es sich um die Kinderschutzensel handelt. Kinderschutzensel e. V. kümmert sich seit über 15 Jahren um die Begleitung kranker Kinder. Denn auch dank der Unterstützung der Spender besuchen acht Therapiebegleithunde regelmäßig Kinder in Kliniken. Die Wirkung der Hunde auf die kleinen Patienten ist herz-wärmend. Oftmals hat der Besuch einen entscheidenden Einfluss auf ihren Genesungsprozess: Bei schwerkranken oder mehrfach behinderten Kindern kann das ruhige Anschmiegen an den Hund den Atemrhythmus und den Muskeltonus normalisieren. Das Streicheln beruhigt die Kinder und ist stets eine willkommene Ablenkung im Klinikalltag. Außerdem bringen die Fellnasen jede Menge Fröhlichkeit ans Krankenbett – und Lachen ist ja bekanntlich die beste Medizin. (Text und Foto: Egon Pollmann)

Januar-Gutscheine

Bitte die Gutscheine beim Einlösen mitbringen.

Gutschein für KUSCHELSOCKEN

Lamberti **Apotheken Fröhlich**

Nur ein Gutschein pro Kunde, solange der Vorrat reicht! Gültig vom 1. bis 31.01.2024.

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

HERZLICH WILLKOMMEN IM TEAM LIEBE SVENJA!

AGENTUR FÜR MEDIEN, GESTALTUNG & TEXT

Mangoblau

WWW.MANGOLAU.DE

HÖRAKUSTIK **DREI KLING** Einfach mehr vom Leben.

Kooperationspartner vom Hörzentrum Oldenburg ACALES Mitglied im Verband DER HÖRAKUSTIKER

Ihr inhabergeführter Hörakustiker in Oldenburg!

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

GÜLTIG IM JANUAR 2024

Gutschein über 1 Lichttest

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

Lichthaus Kuck

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

Hier könnte Ihr Gutschein stehen!

PROBIO CULT® DUO

100 Kapseln

statt 71,82 €
jetzt
49,98 €



SIE SPAREN 30 %

Sinupret® forte

20 Kapseln

statt 12,09 €
jetzt
6,98 €



SIE SPAREN 42 %

Talcid® Kautabletten

20 Kautabletten

statt 7,97 €
jetzt
4,98 €



SIE SPAREN 37 %

Sidroga® Blasen-Nieren-Spültee

20 Beutel

statt 4,28 €
jetzt
2,98 €



SIE SPAREN 30 %

Bepanthen® Wund- und Heilsalbe

100 g

statt 18,98 €
jetzt
10,98 €



SIE SPAREN 42 %

WELEDA Handcreme versch. Sorten

50 ml

statt 6,78 €
jetzt
4,78 €



SIE SPAREN FAST 30 % 100 ml = 9,56 €

ipalat® Halspastillen versch. Sorten

40 Stück

statt 7,10 €
jetzt
3,48 €



SIE SPAREN 51 %

neo-angin® Halstabletten versch. Sorten

24 Stück

statt 10,50 €
jetzt
5,98 €



SIE SPAREN 43 %

Vitamin C+Zink Depot

60 Kapseln

statt 5,98 €
jetzt
3,98 €



SIE SPAREN FAST 33 %

Aciclostad® gegen Lippenherpes

Creme, 2g

statt 5,11 €
jetzt
2,48 €



SIE SPAREN 51 %