

by NADORSTER EINBLICK

DURCHSTARTEN

Motiviert und engagiert im neuen Jahr

GRÜNKOHL

Grünkohl mal anders

GUTSCHEINE VON:

Lamberti Apotheke
Lichthaus Kuck
& FullEvent



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

N NORD
CONCEPT
GBH

Jetzt anrufen!

0441 - 98 481 671
info@nordconcept.de

August-Wilhelm-Kühnholz-Straße 11
26135 Oldenburg

www.nordconcept.de

DEINE SOLARSPEZIALISTEN AUS OLDENBURG



AKTION!

Wir zahlen deine Stromrechnung



Keiner ist schneller:

Schnellste Umsetzung in ganz Norddeutschland garantiert!

Besucht uns
auf der Messe
vom 17.02 - 18.02.2024

**NORD
HAUS**

Europaplatz 12
26123 Oldenburg
Halle 3 · Stand 3402

Weiteres auf Seite 10

50% 30% 10%



ZWEIRAD
BEILKEN

LAGERVERKAUF

Unser Lagerverkauf findet jeden Freitag und Samstag statt (nur solange der Vorrat reicht).

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



2.949,-
1.950 Euro

34%

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



649,-
325 Euro

50%

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



Liebe Leserinnen, liebe Leser,

erst Hochwasser, dann Wintereinbruch und Treckerkolonnen – das neue Jahr ist turbulent gestartet. Wir hoffen, dass Sie bei den vielen ungewöhnlichen Umständen den Durchblick behalten haben.

Durchblicken, durchstarten – unter diesem Motto haben wir auch diese Ausgabe konzipiert. Unter anderem erfahren Sie, welche Aktivitäten die Werbegemeinschaft Die Nadorster e.V. bereits für dieses Jahr geplant haben. Freuen Sie sich schon auf viele gemeinschaftliche Aktionen in unserem bunten Quartier.

Mit dem Februar starten auch wieder vermehrt die Freizeitangebote für Groß & Klein. Es wird Zeit, wieder mehr in Bewegung zu kommen, am besten draußen, soweit es das Wetter

zulässt. Wer genau hinsieht, kann schon die ersten kleinen Frühlingsboten entdecken. Die knackig-kalten Temperaturen sind natürlich ideal, um noch mal nach Herzenslust Grünkohl in allen Variationen zu genießen. Verbinden Sie einen ausgedehnten Winterspaziergang mit einem deftig-wärmenden Essen im Anschluss.

Ansonsten: Schauen Sie mal, was Nadorst und der Stadtnorden im Februar sonst noch zu bieten haben – von Konzerten, Fotoausstellungen, Theateraufführungen, Vorträge und Seminaren oder Events für Kinder ist alles dabei.

Wir wünschen Ihnen einen fröhlichen Februar!

Herzliche Grüße
Ihre Redaktion

Für Ihren Kalender – der nächste Magazin-Termin:

» März-Ausgabe:

Anzeigen- & Redaktionsschluss: 12.2.2024 | Haushaltsverteilung: 1.3.2024

Hier finden Sie die aktuelle Ausgabe:

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



IHRE ANSPRECHPARTNER:INNEN



MARLIES KÖNIG-BERGER
Agenturprodukte
☎ 0441 97 21 22 12
✉ marlies.koenig@mangoblau.de



KATJA MICKELAT
Kundenbetreuung
☎ 0179 905 69 23
✉ anzeigen@mangoblau.de



GEORG KRONE
Kundenbetreuung
☎ 0179 10 15 036
✉ anzeigen@mangoblau.de



RENÉE REPOTENTE
Redaktionsleitung
☎ 0441 97 21 22 31
✉ redaktion@mangoblau.de

IMPRESSUM

Das OYJO! by Nadorster Einblick erscheint monatlich bei der Mangoblau Medien GmbH – Oldenburg und wird kostenlos vertrieben.

V.i.S.d.P. und Herausgeber:

Mangoblau 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:

Mangoblau Medien GmbH,
Nadine Schwengels
Marlies König-Berger,

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:

Mangoblau GmbH, www.freepik.de

Titelbild: www.freepik.de

www.nadorster-einblick.de

Haftungsausschluss:

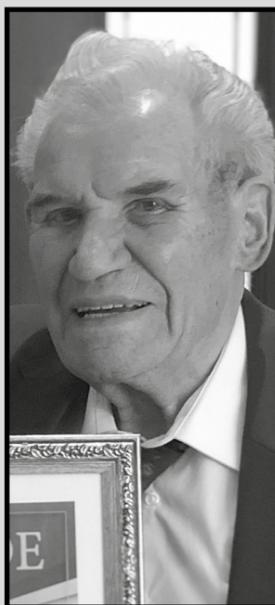
Für Angaben im Serviceteil und unverlangt eingesandte Materialien wird keine Haftung übernommen. Fremdgekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Leserbriefe können gekürzt werden. Es gilt die Anzeigenpreisliste von Januar 2023. Anzeigenvorlagen unterliegen dem Urheberrecht.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

Neuigkeiten aus der Werbegemeinschaft!



Die Nadorster e.V. und der Nadorster Einblick trauern um Ehrenmitglied
Schuhmachermeister Heinz Hasenheit
(* 13.9.1931 † 27.12.2023)

Mit ihm geht ein langjähriges und wertvolles Mitglied unserer Werbegemeinschaft und – was uns noch trauriger stimmt – ein liebgewonnener, herzenguter und allseits geschätzter Mensch. Er war für uns sowohl unternehmerisch als auch menschlich ein Vorbild. Die Lücke, die er hinterlässt, ist groß.



Wir danken Dir, lieber Heinz, für die Bereicherung, die Du im Leben vieler Menschen warst! Wir werden Dich immer in liebevoller Erinnerung behalten. Unser Mitgefühl und unsere aufrichtigste Anteilnahme gilt Emmy und der ganzen Familie.

Für die Nadorster e.V., Der Vorstand und das gesamte Team vom Nadorster Einblick

TERMINE, TERMINE - was geht 2024?

Der Vorstand der Nadorster e.V. hat bereits die Planungen für 2024 aufgenommen. Folgende Termine können Sie sich schon mal im Kalender notieren:

Samstag, 10. Februar | Kohlfahrt
(nähere Details werden noch bekannt gegeben)

Mittwoch, 28. Februar | Sanierungsbeiratssitzung

Mittwoch, 27. März | Jahreshauptversammlung
Beginn 19:00 Uhr

Samstag, 30. März
Die Osterhasen sind in Nadorst unterwegs

Samstag, 14. September
Großer Straßenflohmarkt



Samstag, 28. September
Die Nadorster e.V. beim Kramermarktumzug

Mittwoch, 4. Dezember
Die Nadorster e.V. auf dem Lambertmarkt

Freitag, 6. Dezember
Der Nikolaus läuft durch Nadorst

Gemeinsames Grillen
Datum wird noch bekannt gegeben



Neues aus Nadorst



Konzert „Leo & Friend“ bei Jaques' Weindepot

Einen akustischen Leckerbissen präsentiert das Jaques' Weindepot mit dem Akustik Duo „Leo & Friend“ mit der Ausnahme Sängerin Leona Bert und dem Gitarristen und Vater von Leona Clemens Bert (u.a. Brooklyn Baby, Romeos, Journeymen).

„Leo & Friend“ spielen Songs von Lianne La Havas, Van Morrison, Leon Bridges, Celeste, Lorren, Olivia Dean und schaffen eine wunderbar stimmungsvolle, intime Konzertatmosphäre, mit dem Blick für die Essenz guter Songs. Es sind die intimen, einzigartigen, berührenden Momente an denen „Leo & Friend“ ihr Publikum teilhaben lässt. Beginn ist um 20:00 Uhr in der Wilhelmshavener Heerstraße 55. Der Eintritt ist frei, der Hut geht rum.

(Text und Foto: Jaques' Weindepot, Wilhelmshavener Heerstraße)

KREATIVE KÖPFE GESUCHT Der Kinderschutzbund sucht Künstlerinnen und Künstler für Kooperation

Durch künstlerische Aktivitäten können Kinder ihre Vorstellungskraft, ihre Ausdrucksfähigkeit und ihre sozialen Fähigkeiten stärken. Daher sucht der Kinderschutzbund nach engagierten Künstlern und Künstlerinnen, die ihre Leidenschaft und ihr Talent nutzen möchten, um Kindern diese wertvollen Erfahrungen zu ermöglichen.

Interessierte, die sich darauf freuen, die Welt der Kunst für Kinder zu öffnen, sind eingeladen, sich mit einer Konzeption beim Kinderschutzbund zu melden: Tel.: 0441/84590 oder E-Mail: info@kinderschutzbund-oldenburg.de

(Quelle: Kinderschutzbund Oldenburg)



Ein weiteres Jahr "Raus aus dem Haus" – i-punkt-hilfe e.V. plant neue Aktivitäten

Die Ehrenamtlichen des i-punkt-hilfe e.V. kamen am 5. Januar zur jährlichen Planungssitzung zusammen. Nach erfolgreichen Projekten 2023 dank Spenden, blickt der Verein auf ein ereignisreiches neues Jahr. 2023 umfassten die Aktivitäten Ausflüge zur Eisdielen, Husky-Farm und zum Reiterhof. Am Ende jeder Aktion sah man in glückliche Gesichter der Kinder und Jugendlichen und dafür möchte sich der Verein noch einmal für das großartige Engagement bei der Betreuung der Kinder und Jugendlichen sowie bei den Spender*innen bedanken!

Für das kommende Jahr sind erneut diverse Gruppenaktivitäten geplant. Ein monatlicher Höhepunkt wird der Besuch beim Pferdehof von Meike Bernhardt sein, wo neben Pferden auch kleinere Tiere wie Meerschweinchen betreut werden können. Im Sommer und Herbst stehen weitere Ausflüge an, die viel Spaß und Aufregung versprechen! Es geht in einen Tier- und Freizeitpark mit Spielplatz, Streichelzoo und einem Rollstuhl-Fahrgeschäft. Außerdem geht es ein weiteres Mal zur Husky-Farm. Hier können die Kinder und Jugendlichen in Kontakt mit den Tieren treten und eine rasante Fahrt mit dem Hundeschlitten genießen, auch hier gibt es die Möglichkeit, einen Rollstuhl zu transportieren. Im September geht es dann noch gemeinsam auf den Oldenburger Kramermarkt mit dem nächsten Highlight: Einer Fahrt im rollstuhlgerechten Riesenrad!

All diese Vorhaben wären nicht möglich ohne die Unterstützung durch ehrenamtliches Engagement und Spenden. Interessieren auch Sie sich für die Arbeit des i-punkt-hilfe e.V.? Besuchen Sie die Homepage des Vereins unter www.i-punkt-hilfe.de!

(Text und Foto: i-punkt-hilfe e.V.)

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: 05.02.2024 - 10.02.2024

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

Lamberti Apotheke Fröhlich

Hier bereitet noch ein echter italienischer Chef-Koch die feinsten Speisen für Sie zu.

Denken Sie rechtzeitig an eine Reservierung zum Valentinstag

DA LUIGI
Cucina tipica

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



FÜR EIN LÄCHELN, DAS BLEIBT!

Werde Teil unseres Teams im Bereich
Assistenz als **Zahnmedizinische/r**
Fachangestellte/r m|w|d

Arbeitsbeginn nach Absprache | Teil- oder Vollzeit möglich



Mehr Infos zur Praxis
findest du hier:

WIR SUCHEN DICH!

Du magst die Assistenz, hast
Prophylaxekenntnisse oder bist in
dem Bereich bereits bewandert, dann
haben wir den richtigen Job für Dich.

Wir sind eine kleine, familiäre Zahnarztpraxis
in Oldenburg. Wir lieben und leben echte
Wertschätzung, die nicht nur mit
einem "Danke" gezeigt wird, sondern auch
mit fairer Entlohnung und
überdurchschnittlichem Urlaub.

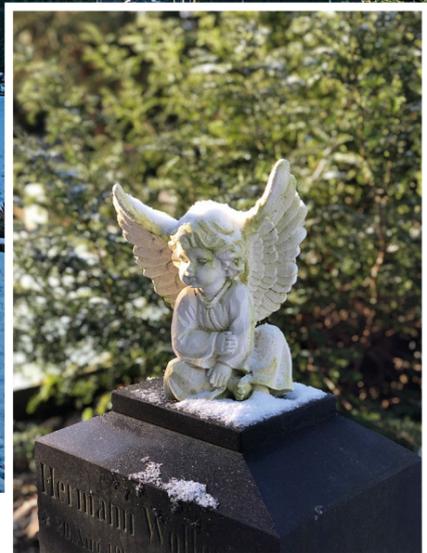
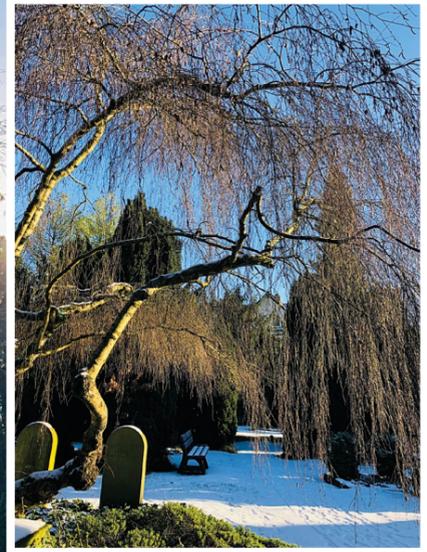
Bewerbungen bitte per Mail an
Zahnärztin Katharina Wernicke:
info@zahnarztpraxiswernicke.de
Nadorster Str. 142 | Tel.: 0441 883077
www.zahnarztpraxis-wernicke.de
Wir freuen uns auf deine Bewerbung.



Winterzauber in Nadorst

Zu Beginn des neuen Jahres wurde es nochmal frostig: Nach dem Regen kam der Winter nach Oldenburg. Klirrend-kalt, dafür teilweise mit herrlichstem Sonnenschein. Eine Wohltat nach den nass-trüben, grauen Wochen davor. Endlich konnte man wieder einen längeren Spaziergang unternehmen, ohne gleich völlig durchnässt zu sein. Für eine erholsame kleine oder auch große Runde bietet sich in Nadorst immer der Gertrudenkirchhof an, der zu jeder Jahreszeit ein besonderer Ort der Muße und der Ruhe ist. Man kann auf altbekannten Wegen immer noch neue Blickwinkel und Details entdecken.

(Text und Fotos: Renée Repotente)



Das kleinste Möbelhaus Norddeutschlands schließt



Nach über 55 Jahren am Hochheider Weg 14 geht Rolf Delang in den verdienten Ruhestand. Der 85-jährige Tischlermeister, Möbelverkäufer und Sachverständiger hat sich mit seinem Möbelhaus Delang einen bundesweiten Ruf im Bereich hochwertige Möbel, insbesondere Fernseh- und Ruhesessel, erworben. Der Räumungsverkauf des Sortiments hat jetzt begonnen. In den kommenden Wochen bietet Delang Möbel, Anbauwände oder Garderoben zu rabattierten Preisen an. Nach der Schließung sollen die Räume saniert und neu genutzt werden: Auf den 168 Quadratmetern Fläche könnte beispielsweise auch eine Praxis oder ein Coworking-Space entstehen.

Der Nadorster Einblick wünscht Rolf Delang alles Gute für die Zukunft!
(Text und Foto: Renée Repotente)



Zahnherzen – zahnmedizinische Versorgung für herzkranke Kinder

Das Projekt, das vom Verein Zahnputzfee e.V. unterstützt wird, wurde von Zahnärztinnen ins Leben gerufen, die schon seit Längerem mit herzkranken Kindern arbeiten oder selbst ein schwer herzkrankes Kind zu Hause haben. Sie möchten mit Beteiligung von Kinderkardiologen,

niedergelassenen Zahnärztinnen und -ärzten und Zahnkliniken betroffene Familien in der Prävention von Anfang an zu begleiten und aufzuklären. Ziel ist es, Eltern und Kinder über die Risiken einer unzureichenden Mundhygiene zu informieren. Frühzeitige Prophylaxeimpulse von Geburt an können Karies und andere Zahnkrankungen verhindern.
(Quelle und Foto: Dr. Katharina Wernicke)



Neues aus Donnerschwee

Stadionneubau – Nutzungs- und Betriebskonzept vorgelegt

Ein weiterer Diskussionspunkt in der Angelegenheit Stadionneubau. Die Vorlage eines neuen Nutzungs- und Betriebskonzeptes sorgt für weiteren Gesprächsstoff.

Das "Stadion MICE Gutachten" befasst sich mit der Erstellung eines Nutzungs- und Betriebskonzeptes für einen Stadionneubau an der Maastrichter Straße. Es umfasst neben mehreren Hauptthemen auch ein mögliches Betriebskonzept, das u.a. folgende Punkte vorsieht: Beim Betriebskonzept des Stadionneubaus an der Maastrichter Straße werden folgende wesentliche Punkte hervorgehoben: Primärnutzung als Fußballstadion: Im Mittelpunkt steht die Nutzung des Stadions als Heimspielstätte für den VfB Oldenburg, wobei die Optimierung der Spieltagerfahrung eine zentrale Rolle spielt. 365-Tage-Nutzung: Neben der Primärnutzung als Fußballstadion soll das Stadion ganzjährig relevante Entertainment- und Community-Angebote bieten, um die wirtschaftliche und gesellschaftliche Bedeutung des Stadions zu maximieren.

Wirtschaftliche Anforderungen: Umsatzmaximierung am Spieltag, Schaffung von Umsatzströmen außerhalb der Spieltage, Förderung der ökonomischen Nachhaltigkeit des Stadions. Community-Anforderungen: Etablierung des Stadions als Treffpunkt für Fans und Partner am und außerhalb des Spieltags, Angebotserweiterung über den Fußball hinaus, im Sinne sozialer Nachhaltigkeit, zielgruppenspezifische Angebote, die über die Fußball-Community hinausgehen. Diese Elemente des Betriebskonzeptes zielen darauf ab, das Stadion als vielseitigen und ganzjährig attraktiven Ort zu etablieren, der sowohl den Bedürfnissen des Fußballs als auch einer breiteren Community gerecht wird. (Quelle: Drees & Sommer)

Neue Selbsthilfegruppe: Erwachsene Kinder aus einem narzisstischen Elternhaus

Eine betroffene Frau möchte sich in Oldenburg gern mit anderen erwachsenen Kindern aus einem narzisstischen Elternhaus austauschen. Bei regelmäßigen Treffen geht es um gegenseitige Unterstützung z.B. auch bei Kontaktabbruch.

Für diese neue Selbsthilfegruppe findet Anfang des Jahres ein 1. Informationstreffen statt. Interessierte sind herzlich eingeladen, sich bei der BeKoS, 0441 884848, info@bekos-oldenburg.de zu melden. (Text: BeKoS)

Männer-Selbsthilfe Oldenburg

Männer jeden Alters, die bereits über Therapierfahrung verfügen und sich nun in einem anderen Rahmen weiter mit ihren Themen auseinandersetzen möchten, sind herzlich zur Gründung dieser neuen Männergruppe eingeladen. In der Gruppe kann man sich vertraulich mit seinen Gefühlen, Beziehungen, Rollen und Krisen auseinandersetzen sowie achtsam und konstruktiv darüber ins Gespräch kommen.

Es kann dabei auch um » Traumata » Kind sein von/Aufwachsen mit psychisch kranken Eltern » Psychische Belastungserscheinungen im Alltag » Depressionen & Anpassungsstörungen » Beziehungsproblematiken » (Soziale) Ängste » Kontaktarmut gehen.

Ziel ist es, einen friedlichen und achtsamen Umgang mit sich selbst, der eigenen Vergangenheit und dem Gegenüber zu lernen bzw. zu vertiefen. Es ist auch denkbar gemeinsame Aktivitäten zu planen und sich somit außerhalb des klassischen Selbsthilfegruppensettings zu begegnen. Die Selbsthilfegruppe organisiert sich nicht nach spezifischen Diagnosen oder biografischen Erlebnissen. Einziges Ausschlusskriterium ist eine diagnostizierte Borderline Persönlichkeitsstörung. **Interessierte können sich gerne an die BeKoS wenden: Tel. 88 48 48, Mail: info@bekos-oldenburg.de** (Text: BeKoS)

Heizkosten: Unterstützung für Sozialleistungsbeziehende und andere Betroffene

Aufgrund gestiegener Energiekosten stehen viele vor Nachforderungen. Der Sozialverband Deutschland (SoVD) in Oldenburg und Delmenhorst informiert: Empfänger*innen von Bürgergeld oder Grundsicherung bekommen Heizkosten normalerweise erstattet. Allerdings sind wegen Preissteigerungen Anträge für die Übernahme zusätzlicher Kosten nötig. Thomas Barke vom SoVD betont: „Anträge für Grundsicherung müssen im Fälligkeitsmonat beim Sozialamt eingereicht werden, beim Jobcenter besteht eine Frist von drei weiteren Monaten.“

Auch Nicht-Leistungsbeziehenden sollten aufmerksam sein. Durch hohe Energiekosten könnte ein Anspruch auf Bürgergeld, Grundsicherung oder Wohngeld entstehen. Rentnerinnen und kleine Einkommensbezieher*innen können auch Wohngeld beantragen. Wichtig ist, den Antrag im Fälligkeitsmonat einzureichen.

Kontakt SoVD Oldenburg: Mo, Mi, Do: 9:00-12:30 Uhr, 13:30-16:00 Uhr, Tel: 0441 – 26 887, E-Mail: info.oldenburg@sovd-nds.de.

(Quelle: SoVD Oldenburg-Delmenhorst)

DURCHSTARTEN



KLIMAFREUNDLICH UND GRÜN WOHNEN IN HELLEHEIDE: DAS ENERGETISCHE NACHBARSCHAFTSQUARTIER

Nach sechs Jahren Entwicklungszeit hat das Projekt Energetisches Nachbarschaftsquartier (ENaQ) auf dem ehemaligen Fliegerhorstgelände in Oldenburg einen bedeutenden Meilenstein erreicht. Mit 124 Wohneinheiten auf vier Hektar Fläche demonstriert das Projekt eindrucksvoll, wie moderne Stadtentwicklung nachhaltig und gemeinschaftlich gestaltet werden kann. Das Quartier umfasst nicht nur eine Vielfalt an Wohnformen, darunter über 60 öffentlich geförderte Mietwohnungen und 24 Eigentumswohnungen im energieeffizienten KfW40Plus-Standard, sondern auch innovative Gemeinschaftseinrichtungen wie eine Kindertagesstätte und eine Quartiersgarage. Die ersten Bewohner haben bereits ihre Wohnungen bezogen, und bis Ende 2024 werden weitere Mietwohnungen fertiggestellt. Das Herzstück von ENaQ ist sein fortschrittliches Energiekonzept. Ziel war es, ein Wohnquartier zu schaffen, das sich durch einen möglichst geringen CO₂-Ausstoß und lokale Energieerzeugung auszeichnet. Dazu gehören PV-Anlagen auf den Dächern, die den Bewohnern direkt zur Verfügung stehen, sowie ein ausgeklügeltes System von Luft-Wasser-Wärmepumpen und Nahwärmenetzen. Durch Mieterstrom-Modelle und digitale Tools zur Energieoptimierung wird den Bewohnern ermöglicht, aktiv am Energiekonzept teilzuhaben. Innovative Projekte wie smarte Straßenlaternen, die zugleich als Ladestationen für Pedelecs dienen, und eine im Rahmen des Projekts entwickelte Energieampel tragen zur Bewusstseinsbildung und Partizipation bei. Darüber hinaus wurde das gesammelte Wissen aus ENaQ in ein Brettspiel überführt, das in lokalen Bildungseinrichtungen genutzt wird, um das Konzept eines nachhaltigen Quartiers spielerisch zu vermitteln. ENaQ hat zudem auf nationaler Ebene Impulse gesetzt, beispielsweise durch die Mitarbeit an der Photovoltaik-Strategie der Bundesregierung. Nach dem offiziellen Projektende wird das Quartier Helleheide weiterhin als Reallabor dienen, um neue Ansätze in der Stadtentwicklung zu erproben. (Quelle: Stadt Oldenburg)

APOTHEKE DONNERSCHWEE

UNSERE ÖFFNUNGSZEITEN
Montag – Freitag: 8:30 – 20:00 Uhr
Samstag: 9:00 – 16:00 Uhr

Stadtteilzentrum Donnerschwee (bei REWE)
www.apotheke-donnerschwee.de

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



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



Starttermin:
29. 02. 2024

Perspektive Osteopathie

Eine Osteopathie Ausbildung am IFAOP kann Ihr Berufsleben entscheidend verändern!

Osteopathie ermöglicht:

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

Eine Ausbildung am IFAOP 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

DAS GEHT AUCH ANDERS...

mit der mobilen Einblasmaschine.

DÄMMUNG FÜR PROFIS.

Sprechen Sie uns an:
Martin Wölk
Tel. 0160 123 88 06
martin.woelk@bauzentrum-oldenburg.de





Warum ist jetzt der richtige Zeitpunkt für eine Solaranlage von Nordconcept?

Gelieferter Strom wird immer teurer. Das liegt an Steuern, Abgaben, Umlagen und Entgelten. Deine Solaranlage produziert quasi kostenlos Strom auf deinem Dach.

Die Sonne schickt keine Rechnung. Die Energiewende unserer Gesellschaft besteht aus vielen kleinen Energiewenden. Nämlich denen von einzelnen Haushalten, die sich für mehr Unabhängigkeit und für saubere

Energie entscheiden. Wir möchten es dir so einfach wie möglich machen an der Energiewende teilzunehmen. Dabei legen wir Wert auf perfekt abgestimmte Produkte, die einfach zu bedienen und verlässlich sind.



Das Nordconcept Geheimnis:

Wir sind eines der am schnellsten wachsenden Solarunternehmen in Norddeutschland, aber warum ist das so?

Bei uns im Norden scheint die Sonne bekanntermaßen nicht ganz so häufig wie im Süden. Wir haben darum ein System entwickelt, um für unsere Kunden das letzte aus jedem Sonnenstrahl herauszuholen. Darum

gibt es bei uns auch nicht die „Anlage von der Stange“ sondern für jede Wohnsituation das ideale Angebot. Profitiere von Vorteilen, denn nur eine Nordconcept Anlage ist eine Nordconcept Anlage.

- Alles aus einer Hand vom Meisterbetrieb mit über 15 Jahren Erfahrung im Solarmarkt.
- Nur bei uns: Garantiertes All-Inclusive Festpreis ohne versteckte Kosten
- 30 Jahre Garantie auf Wechselrichter und Speicher. Bis zu 30 Jahre auf deine Solarmodule.
- Persönliche Beratung bei dir zu Hause.
- Spezielle Produktentwicklung für höchste Effizienz in Norddeutschland

0441 - 98 481 671
info@nordconcept.de
August-Wilhelm-Kühnholz-Straße 11
26135 Oldenburg
www.nordconcept.de

Jetzt anrufen!
oder
Besuch uns
auf der Messe
vom 17.02 - 18.02.2024

**NORD
HAUS**
Europaplatz 12
26123 Oldenburg
Halle 3 · Stand 3402

	Wir:	Andere:
Regionaler Anbieter mit Service vor Ort	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Eigene fachkundige Monteure und Elektromeister	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jahrelange Erfahrung mit Privat- und Großprojekten	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Keine Anzahlung notwendig	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Spezialist für Solaranlagen (wir machen nichts anderes)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
AKTION: Strompreisübernahme bis zur Fertigstellung	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Nur neueste Technikkomponenten für höchste Effizienz	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Softwareoptimierte Planung kostenlos	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Alles aus einer Hand vom Meisterbetrieb	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
30 Jahre Garantie	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hunderte Referenzen in Norddeutschland	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Speziell optimierte Komponenten für den Norden	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kunden werben Kunden Empfehlungsprogramm	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Persönliche Beratung bei dir zu Hause	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



OLDENBURGER MESSE NORDHAUS 2024 MIT ATTRAKTIVER THEMENWELT „GARTEN“
17./18. FEBRUAR 2024, WESER-EMS-HALLEN

Die Bau- und Einrichtungsmesse NORDHAUS ist seit über 40 Jahren der zentrale Branchentreffpunkt in Oldenburg. Experten und Fachbetriebe aus der Region informieren an den Ausstellungsständen, in Fachvorträgen und in Bauvorführungen über Trends und Entwicklungen in den Bereichen Bauen, Einrichten und Wohnen und geben wertvolle Tipps für private Planungsvorhaben.

Kaum eine Branche ist seit den letzten zwei Jahren so in Bewegung wie die Bauwirtschaft. Der Wunsch nach einem neuen Eigenheim oder frischem Wind in der Wohnung steht für viele nach wie vor ganz weit oben auf der Liste. In diesen Zeiten neu bauen oder doch lieber sanieren? Welche Materialien sind für eine neue Fassade nachhaltig? Was hält die neueste Generation an Luft-Wasser-Wärmepumpen an Vorteilen bereit? Wie beeinflusst eine PV-Anlage die Energiekosten?

Diese und viele andere Fragen werden am 17. und 18. Februar fachkundig beantwortet. Als zentraler Branchentreffpunkt für das Bauhaupt- und Baunebengewerbe ist die NORDHAUS erste Anlaufstelle für Eigentümer, Bauherren und Mieter – ob es nun um das Bauen, Gestalten, Einrichten oder Wohnen geht.

(Quelle: nordhaus-oldenburg.de)

M. BLEY
Zimmerei & Holzbau

Professionelle Lösungen rund um das Thema Holz!

17. & 18. Februar 2024

HALLE 3 STAND 3121
Weser-Ems-Halle, Oldenburg

Von der Natur für die Natur!

Neubau | Holzbau | Trockenbau
Dachsanierung | Dachgauben | Wohnraumfenster
Grünbedachung | Einblasdämmung

Tel.: 04486 - 9 14 81 16 | Mobil: 0170 - 8 12 95 18
www.zimmerei-bley.de | info@zimmerei-bley.de

SICHT- UND SONNENSCHUTZ AUS RASTEDE

WIR SIND DABEI IN DER WESER-EMS-HALLE:

NORDHAUS 2024
VOM 17. - 18. FEBRUAR | STAND 1212

UMBRATEC System

BGM.-BRÖTJE-STRASSE 15 | TELEFON 04402 5059488

DURCHSTARTEN



KNIGGETIPP VON RALF BEYER DURCHSTARTEN, ABER ALS TEAM

„Durchstarten“ ist das Schlagwort, das einem zum Jahresauftakt immer wieder um die Ohren weht. Viele übersehen und vergessen bei diesem Durchstarten ihr Umfeld, das Kollegium und den Freundeskreis. Um erfolgreich starten zu können, benötigt jeder Mensch ein starkes Team. Das wird besonders in der Formel 1 immer wieder deutlich. Ein guter Fahrer allein ist noch lange kein Weltmeister. Aber was und wer gehört zu einem guten Team, wenn man einfach nur richtig durchstarten möchte? 1. Freunde, die einem zur Seite stehen und für einen da sind. 2. Ein Kollegium, das für die Unterstützung unerlässlich ist. 3. Natürlich die Familie, die einen Menschen immer wieder auffängt, aufrichtet und wieder in die Bahn wirft. Das Zusammenleben in der Gesellschaft funktioniert nur, wenn der Mensch sich bei dem Zusammenspiel zwischen Arbeit, Freunden und Familie ausgeglichen fühlt. Darum darf man niemals den Blick zu allen Seiten vergessen – nicht nur nach vorne, sondern auch mal hinten schauen, ob man vielleicht jemanden verloren hat. Den Erfolg des Durchstartens zu genießen, macht erst richtig Spaß, wenn man diese Freude auch mit anderen Menschen teilen kann. Freundschaft muss man pflegen, d.h. nicht nur auf einen Anruf oder Besuch warten, sondern auch einfach selbst mal die Initiative ergreifen. Ihr Ralf Beyer

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

KIDS AKTIV:

„KINDERKARNEVAL“ BEIM BTB

Großer Winterspaß bei "Kids aktiv"! Pack deine Turnschuhe ein und ab gehts in die Sporthalle. Hier können sich deine Familie und du so richtig auspowern und viele neue Spiele ausprobieren. An 5 Sonntagen gibt es tolle Gelegenheiten zum Bewegen, Klettern, Rennen, Toben oder Springen. Die vielfältigen Aktionen finden an zwei Standorten statt: beim BTB und beim TuS Bloherfelde:

Am 11.02. / 10.03.2024 im BTB in den Hallen 1 und 2 in der Alexanderstraße 191. Am 25.02.2024 in der TuS-Halle am Brandsweg 56 (neben Schwimmbad Eversten). Kosten: 0,99 Euro pro Person, Zeiten: 14:30 - 16:30 Uhr.

(Quelle: BTB)

DEIN SPORT. DEIN VEREIN.

btb-oldenburg.de Wir leben Bewegung!



GESUNDHEITSTIPP VON PETRA EBERLEI NEUER SCHWUNG DANK SPORT

Wer kennt das nicht? Trotz ausreichenden Schlafensums fühlt man sich ab und an nicht komplett erholt. Müdigkeit ist ein Phänomen, das häufig von alltäglichem Stress begünstigt wird. Um die trägen Lebensgeister wieder zu erwecken, ist Fitnesstraining optimal.

Damit das Gähnen nicht zum ständigen Begleiter wird, sollte man seinem Kreislauf im wahrsten Sinne auf die Sprünge helfen. Das geht am einfachsten mit einem Besuch im Studio, denn das Auspowern an Geräten oder im Cardiorebereich hilft dabei, die Müdigkeit abzuschütteln. Auch Kursangebote eignen sich hervorragend, um das Beste aus sich herauszuholen. Eine erfrischende Dusche im Anschluss macht die kleine Auszeit dann perfekt. Zusätzlich sollte man auf eine sinnvolle Ernährung achten. So können Kohlenhydrate die Müdigkeitserscheinungen verstärken, da das Verdauen einen großen Teil der Energie erfordert. Wer stattdessen proteinreiches Essen zu sich nimmt, fördert einen aktiven Lebensstil und verbessert damit seine sportliche Leistungsfähigkeit.

Fazit: Zu wenig sportliche Betätigung ist ein Faktor, der Müdigkeit im Körper begünstigt. Zu viel des Guten kann jedoch ebenfalls zur Erschöpfung führen. Hier gilt es, wie so oft im Leben, ein gesundes Mittelmaß zu finden. Zwei bis drei Studiogänge pro Woche sind empfehlenswert. Unter fachlicher Anleitung eines Trainers können Sie sicher sein, dass Sie das richtige Pensum und Programm finden, jetzt heißt es nur noch: dranbleiben und Spaß haben!

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

BTB: INFOSTAND SPORTKOORDINATION

Das Sportkoordination-Team wird am 20. Februar 2024 während des Kinderturnens vormittags sowie nachmittags einen Infostand im Foyer Halle 1 / 2 aufstellen. Interessierte können dann Fragen rund um den BTB stellen und werden dabei auch mit Kaffee und Tee versorgt. Hier wird geholfen, in dem großen Sportangebot "das Richtige" zu finden und sich auch schon dafür anzumelden. Auch neue Kursangebote werden vorgestellt. Das Team freut sich auf einen netten Austausch.

(Quelle: BTB)

Steuern? Wir machen das.

VLH.

Daniela Schürmann
Beratungsstellenleiterin
Karuschenweg 1a | 26127 Oldenburg
Daniela.Schuermann@vlh.de
0441-36171888



www.vlh.de

Wir beraten Mitglieder im Rahmen von § 4 Nr. 11 StBerG.

Nur was wirklich gut ist, wird zur Tradition!

Traditionelle Kohlfahrten und das Familienunternehmen Raumaustattung Stöhr & Janßen sind zwei Beispiele dafür.



Raumaustattung Stöhr & Janßen
Nadorster Straße 303 | 26125 Oldenburg

Tel. 0441.3 19 15
info@raumaustattung-stoehr-janssen.de
www.raumaustattung-stoehr-janssen.de

Stöja
RAUMAUSSTATTUNG

40

JAHRE

Seit 1983
Ihr Service-Partner.



HOPPE & OPPOTSCH GMBH

Gut Rehorn 2 · 26180 Rastede · Tel. 04402 7222
www.hoppe-oppotsch.de

oldenburger-volksbank.de/energie

Jetzt beraten lassen und Energie und Kosten sparen!

Energetische Sanierung: Oft dran gedacht – nie gemacht?

Morgen kann kommen.

Wir machen den Weg frei.

Oldenburger Volksbank

Sausewind

„Da geht's wir gut“

TAGESFAHRTEN

Karfreitag in Amsterdam 29.03.	48,- €	Komödie Winterhuder Fährhaus (PK 1)	
Karfreitag in Utrecht 29.03.	48,- €	„Weiße Turnschuhe“ 06.07.	89,- €
Hafengeburtstag Hamburg 11.05.	48,- €	Groningen 20.07.	48,- €
Keukenhof (inkl. Eintritt) 11.05.	68,- €	Komödie Winterhuder Fährhaus (PK 1)	
Muttertag in Giethoorn 12.05.	48,- €	„Keiner hat gesagt, dass Du ausziehen sollst“ 24.08.	89,- €
Kieler Woche 29.06.	48,- €	auf die Insel (inkl. Fähre)	
		Ameland (NL) 10.08.	73,- €

SCHON IN FEIERTAGSSTIMMUNG?

KARFREITAG:

29. März 2024

- Shoppen und Bummeln, während in Deutschland die Geschäfte geschlossen bleiben
- In **UTRECHT** oder **AMSTERDAM** einen schönen Tag genießen

MUTTERTAG:

12. Mai 2024

- **GIETHOORN**: das Venedig der Niederlande. Erleben Sie einen Tag in besonderer Atmosphäre!

KEUKENHOF:

11. Mai 2024

- Lernen Sie den größten Blumenpark Europas kennen und genießen Sie Tulpenfelder in voller Blüte

48,00 €

48,00 €

68,00 €

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

DIE SPIELBANK.
BAD ZWISCHENAHN

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

Wissensdurst immer und überall

Die neuen Kurse starten. Sei dabei!




Volkshochschule Oldenburg gGmbH
Karlstraße 25 | 26123 Oldenburg
www.vhs-ol.de | 0441 92391-50

vhs
oldenburg

DURCHSTARTEN



AUF ZU NEUEN WISSENSWELTEN!

Wir stillen Ihren Wissensdurst – immer und überall. Denn: Volkshochschule heißt Bildung für alle! Ab Februar haben Sie wieder mehr als 1.000 Möglichkeiten, mit uns Ihren Horizont zu erweitern. Holen Sie sich in unserem DigiLab DREI.13 aktuelles Know How für digitale Medien und künstliche Intelligenz. Trainieren Sie Ihr kreatives Denken mit Malerei, Schreiben, Fotografie und weiteren Angeboten in unserem Kunstbereich. Halten Sie sich körperlich fit mit Yoga, Laufen, Hula Hoop und mehr. Gönnen Sie sich leckere und gesunde Inspiration in unserem Kulturraum Küche. Behalten Sie den Durchblick mit unseren Vorträgen zum politischen Zeitgeschehen. Profitieren Sie außerdem von Oldenburgs vielfältigstem Fremdsprachenangebot. Wir freuen uns auf Sie!

(Text: VHS Oldenburg gGmbH)

FLEXHERO VERBINDET MENSCHEN UND EHRENAMTLICHES ENGAGEMENT



FlexHero (www.flexhero.de/lp/ehrenamt-oldenburg-niedersachsen) bietet eine umfassende Plattform für ehrenamtliches Engagement, u.a. auch in Oldenburg. FlexHero bringt Menschen, die ehrenamtlich tätig sein möchten, mit Projekten in Oldenburg und der umliegenden Region zusammen. Die Plattform versteht sich als Brücke zwischen engagierten Bürger*innen und den vielfältigen Möglichkeiten für bürgerschaftliches Engagement in zahlreichen sozialen Projekten und Einrichtungen. Auf FlexHero kann man sich einfach registrieren, um passende ehrenamtliche Projekte zu finden. Neben der Vermittlung von Freiwilligen unterstützt FlexHero Organisationen im Landkreis Oldenburg dabei, ihre eigenen ehrenamtlichen Projekte zu veröffentlichen und sichtbar zu machen.

Über 500 Menschen besuchen täglich die Plattform. FlexHero bietet zudem Unterstützung bei der Refinanzierung von Lizenzen für Vereine und soziale Organisationen sowie Beratung für Unternehmen, die Corporate Volunteering als CSR-Maßnahme durchführen möchten. FlexHero präsentiert sich als nützliche Plattform für alle, die sich in Oldenburg und Umgebung ehrenamtlich engagieren möchten, sowie für Organisationen, die Freiwillige suchen.

(Quelle: FlexHero, Foto: freepik.com)

STRASSEN- UND RADWEGBAU 2024 IN OLDENBURG STADT INVESTIERT 13 MILLIONEN EURO IN INFRASTRUKTURMASSNAHMEN

Stadtbaurätin Christine-Petra Schacht und Tiefbau-Fachdienstleiter Jan Bernath betonen, dass trotz geringerer Investitionen im Vergleich zum Vorjahr, die Arbeiten für verbesserte Verkehrswege fortgesetzt werden. Wichtige Projekte umfassen Asphaltanierungen, Straßenneubau und -ausbau sowie Radwegverbesserungen.

Fördermaßnahmen:

- Alter Postweg 2. BA Windmühlenweg bis Kielweg: April 2024 bis Juni 2025
- Hindenburgstraße 1. BA bis Tappenbeckstraße: März bis Oktober 2024
- Knotenpunkt Bremer Straße/Schützenhofstraße: Dezember 2023 bis Juli 2024
- Knotenpunkt Alexander Straße/Bürgerfelder Straße: Juli bis Oktober 2024

Neubaumaßnahmen:

- Eversten West - Nordseestraße (Endausbau): neue Ausschreibung im Frühjahr 2024 (Investorenmaßnahme)
- Fliegerhorst N-777 F (Erstanlage, teilweise): Mai bis November 2024
- Fliegerhorst N-777 E (Erstanlage, teilweise): Juni 2024 bis Mai 2025
- Fliegerhorst N-777 D (Endausbau): Mai bis November 2024
- Baugebiet S-745 B (Am Bahndamm): März bis Juli 2024
- Hannah-Arendt-Straße(Stichwege): Juni bis November 2024

Ausbaumaßnahmen:

- Knotenpunkt Hundsmühler Straße (Teil Investorenmaßnahme): März bis Juli 2024
- Sandweg 1. BA Müllersweg - Drielaker Heide: August 2024 bis Oktober 2025
- Knotenpunkt Jägerstraße/Schützenweg/Infantrieweg: August bis Oktober 2024
- Aufpflasterungen Hauptstraße/Peterstraße: Juli bis Oktober 2024
- Rückbau der Aufpflasterungen in der Würzburger Straße (FastFlin): Juni bis Oktober 2024

Informationen zu den geplanten Maßnahmen und interaktive Karten sind online unter www.oldenburg.de/strassenplanungen verfügbar. Aktuelle Verkehrstipps und Baustelleninformationen finden sich auf www.oldenburg.de/verkehrstipps. Bürgerbrief-Abonnenten erhalten zudem regelmäßige Updates per E-Mail.

(Quelle: Stadt Oldenburg)

SIE SUCHEN SERVICE FÜR IHRE HÖRGERÄTE?

WIR SIND UM DIE ECKE!



UNSERE LEISTUNGEN

- **Kostenloser Hörtest!**
- **Firmeneigenes Anpassverfahren!**
- **Kompetente Hörakustiker mit Herz!**
- **Moderne Hörgeräte in allen Technikstufen!**
- **Wir machen den Service für Ihre Hörgeräte, egal wo Sie diese gekauft haben!**

**HÖRAKUSTIK
SCHMITZ**

... wie ein Freund.

Nadorster Str. 196 • 26123 Oldenburg
Tel. 0441 - 962 13 333

41 x in Ihrer Nähe! | www.hoerakustik-schmitz.de

HALLO GRÜNKOHL

EINZIGARTIGES OLDENBURGER GRÜNKOHLBAROMETER

ZÄHLT PORTIONEN FÜR DEN GUTEN ZWECK

Oldenburg, als kulinarische Hauptstadt des Grünkohls, feiert das Gemüse mit dem „Grünkohlbarometer“. Das 2022 eingeführte Instrument zählt verzehrte Grünkohlportionen für einen guten Zweck. Jeder kann seine Portionen auf www.gruenkohlbarometer-oldenburg.de registrieren, egal wo sie verzehrt werden. Silke Fennemann von der Oldenburg Tourismus und Marketing GmbH (OTM) erläutert, das Barometer feiere die kulinarische Tradition und unterstütze bedürftige Menschen.

Aktuell zeigt es knapp 16.500 Portionen, mit dem Ziel, 20.000 zu erreichen, wodurch die Oldenburger Tafel 100 Portionen erhält. Die Aktion wird von lokalen Sponsoren wie Stadt-Fleischerei Bartsch unterstützt, die Grünkohl-Fertiggerichte an die Tafel spenden. Ziel ist, 100.000 Portionen zu zählen und 500 Mahlzeiten zu spenden. Die OTM motiviert zur Teilnahme und zum Teilen der Erlebnisse mit #Grünkohlbarometer in sozialen Medien. Unternehmen können sich per E-Mail oder Telefon bei der OTM melden, um mitzumachen. „Gemeinsam können wir einen wichtigen Beitrag leisten“, so Fennemann.

(Quelle: OTM)

TERMIN FÜRS GRÖN- KOHL-ÄTEN 2024 STEHT:

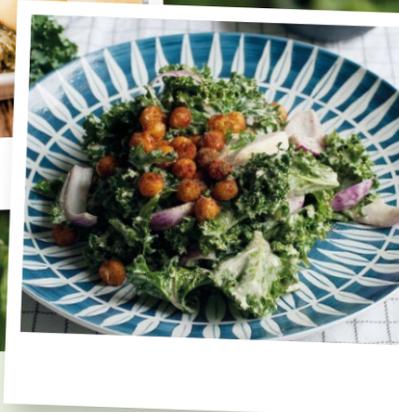
FREUDE ÜBER TOP-ZUSAGE

Auch Traditionsveranstaltungen wie das „Defftig Ollnborger Grönkohl-Äten“ in Berlin sind vor Veränderungen nicht gefeit: Entgegen der sonst üblichen Gewohnheit wird Oldenburgs neue Kohlmajestäät im kommenden Jahr nicht an einem Montagabend, sondern an einem Dienstag in der Niedersächsischen Landesvertretung gekürt.

Der Termin für die 65. Auflage ist der 13. Februar 2024. Auf dieses Datum haben sich die Stadt Oldenburg, das Land Niedersachsen als Hausherr und der amtierende Kohlkönig, Bundesfinanzminister Christian Lindner, verständigt.

Die Gästeliste – das steht jetzt schon fest – wird hochkarätig besetzt sein: Neben Lindner, der an diesem Abend das Amt des Grünkohlkönigs abgeben muss, hat mit Boris Pistorius ein weiteres Kabinettsmitglied aus der Bundesregierung sein Kommen zugesagt. Er gilt als aussichtsreicher Kandidat für die Lindner-Nachfolge als Kohlregent. Die Entscheidung trifft am Veranstaltungsabend das Kurfürstenkollegium.

(Text: Stadt Oldenburg)



REZEPT-TIPP: GRÜNKOHL MAL ANDERS

GRÜNKOHL-SALAT MIT SCHARFEN KICHERERBSEN

FÜR 2 PERSONEN

300 g	Grünkohl
200 g	Kichererbsen (Dose)
1 TL	Paprikapulver
½ TL	Cayennepfeffer
1 TL	gemahlener Koriander
½	rote Zwiebel
4 EL	Oliveneröl (aufgeteilt)
4 EL	Zitronensaft (aufgeteilt)
80 ml	Tahini
120 ml	Wasser
1 Zehe	Knoblauch
Salz, Pfeffer	



Die Stängel vom Grünkohl entfernen. Grob hacken oder mit den Händen zerreißen. Zusammen mit Olivenöl und einem Teil des Zitronensaftes in eine große Schüssel geben. Vermengen und die Blätter mit dem Öl weich massieren. Beiseitestellen.

Etwas Olivenöl in einer großen Pfanne bei mittlerer Hitze erwärmen. Die abgetropften Kichererbsen hinzugeben und für ca. 15 Min. braten, bis sie goldbraun und knusprig sind. Zum Abtropfen auf einen mit Papiertüchern ausgelegten Teller geben. Paprikapulver, Cayennepfeffer, Koriander und Salz in einer Schüssel vermischen. Gebratene Kichererbsen dazugeben und vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Beiseitestellen. Knoblauch fein hacken und Zwiebel in Streifen schneiden. Die Zwiebel zum Grünkohl geben. Tahini, Knoblauch, Olivenöl, Zitronensaft und Wasser verquirlen oder im Standmixer pürieren. Nach Bedarf mehr Wasser hinzufügen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Dressing zum Grünkohl hinzufügen und gut vermengen. Salat in Servierschüsseln füllen und gebratene Kichererbsen darüber geben. Guten Appetit!

(Quelle: www.kitchenstories.com)



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

REWE DEIN MARKT

In Nadorst / Hochheider Weg
mit besonders kundenfreundlichen
Öffnungszeiten:

Mo. – Sa.
7.00 – 22.00 Uhr
durchgehend geöffnet



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

meerpohl

DIE GRÜNKOHLSAISON STARTET ENDLICH!

GENIEßEN SIE LECKER OLDENBURGER
GRÜNKOHL & FLEISCHPINKEL VON MEERPOHL!



Online
SHOP

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



IN RASTEDE
AUCH
SONNTAGS
GEÖFFNET
13-17 UHR

GUT BERATEN IN OLDENBURG & RASTEDE

grün erleben
VORWERK
GARTENWELT

grün erleben
OLDENBURGER
WOHNGARTEN

SCHÖNE AUSWAHL
GANZ IN DEINER NÄHE
STAUDEN. SAISONPFLANZEN. ROSEN.
BIOKRÄUTER. NEKTARPFLANZEN.
SCHNITTBLUMEN. GEHÖLZE.
ZIMMERPFLANZEN.
PFLANZGEFÄSSE. DÜNGER. ERDEN.
DEKO. GESCHENKIDEEN.

BLUMIGE GESCHENKIDEEN
GIBT'S BEI UNS!

AM
14. FEBRUAR!
IST
VALENTINSTAG



MEHR
ERFAHREN!



grün erleben
VORWERK
GARTENWELT

grün erleben
OLDENBURGER
WOHNGARTEN

WWW.OLDENBURGER-WOHNHARTEN.DE

LÖSCHAU
...macht es schöner!

WWW.LOESCHAU.COM

Events & TERMINE



KULTUR HINTERM FELD JAZZ HIGHLIGHTS 2024

Karsten Jahnke präsentiert - ACT Artist in Concert

3. & 4.3.2024 | 20:00 Uhr | Jazz

VIKTORIA TOLSTOY -

Stealing Moments - Releasekonzert

Joel Lyssarides (piano), Mattias Svensson (bass),
Rasmus Kihlberg (drums) & Krister Jonsson (guitar)



13.4.2024 | 20:00 Uhr | Jazz

Anke Helfrich - We'll rise

Anke Helfrich (piano), Dietmar Fuhr (bass)
& Jens Dümpe (drums)



27.4.2024 | 20:00 Uhr | Jazz

Jessica Gall - Spring Awakening

Jessica Gall (vocals), Robert Matt (piano),
Johannes Feige (guitar) & Andreas Henze (bass)



12.10.2024 | 20:00 Uhr | Jazz

Lisa Wulff Quartett - Poison Ivy

Adrian Hanack (sax), Silvan Strauß (drums),
Frank Chastenier (piano) & Lisa Wulff (bass)

Alle Veranstaltungen, Tickets, Informationen und
Highlights unter www.kultur-hinterm-feld.de

(Quelle & Fotos: Kultur hinterm Feld)

29. OLDENBURGER KABARETT-TAGE BIS 29. FEBRUAR 2024

Zum 29. Mal laden die Oldenburger Kulturetage und das Studentenwerk Oldenburg zu den Oldenburger Kabarett-Tagen ein. Unter dem Motto „Groteskbeziehung“ erwarten dich 8 Veranstaltungen. Die Künstlerinnen und Künstler widmen sich in satirischer Form Bewegungen wie den Querdenkern oder Reichsbürgern und möchten so die Absurditäten des Lebens aufzeigen.

PROGRAMM DER OLDENBURGER KABARETT-TAGE 2024

Veranstaltungen in der Kulturetage | www.kulturetage.de

Samstag, 10. Februar: Jochen Malmsheimer – Statt wesentlich die Welt bewegt, hab' ich wohl nur das Meer gepflegt...

Samstag, 24. Februar: Christian Ehring – Stand jetzt

Veranstaltungen im Unikum | www.theater-unikum.de

Donnerstag, 15. Februar:

Stefan Waghubinger – Ich sag's jetzt nur zu Ihnen

Donnerstag, 22. Februar: Kerim Pamuk – Erleuchtet und verstrahlt

Donnerstag, 29. Februar: Jess Jochimsen –

Meine Gedanken möchte ich manchmal nicht haben

Karten gibt es online oder vor Ort in der Oldenburg-Info im Lappan.

(Quelle: OTM)

WORLD PRESS PHOTO IN OLDENBURG

Vom 17. Februar bis 10. März 2024 zeigt das Landesmuseum Kunst & Kultur in Oldenburg die renommierte World Press Photo Ausstellung. Zum neunten Mal werden hier prägende Bilder des Journalismus präsentiert.



Im Fokus steht ein Foto von Evgeniy Maloletka, das die hochschwangere Iryna Kalinina in Mariupol zeigt und den World Press Photo Award gewann. Dieses und weitere 60.000 Werke unterstreichen den journalistischen Anspruch der Schau. Besonders hervorgehoben wird die Arbeit von Lee-Ann Olwage, deren Bild „The Big Forget“ den Afrika-Regionalentscheid gewann. Sie thematisiert Demenz in „Hexencamps“ in Ghana und ist Ehrengast der Eröffnung. Neben der Hauptausstellung bietet das Rahmenprogramm eine Winners Wall mit Siegerfotos seit 1955, Audioguides, Führungen für Gehörlose und Sehbeeinträchtigte sowie Schulprojekte. Die Sonderschau von Everyday Africa ergänzt das Angebot. Die Ausstellung, unterstützt von zahlreichen Partnern, ist ein kulturelles Highlight in Oldenburg.

Veranstaltungsdetails:

World Press Photo – Exhibition 2023

17. Februar – 10. März 2024

Landesmuseum Kunst & Kultur Oldenburg (Schloss)

Öffnungszeiten:

Dienstag/Mittwoch und

Samstag/Sonntag

10:00-18:00 Uhr,

Donnerstag/Freitag

10:00-20:00 Uhr.

(Quelle: Mediavanti,

Foto: Simone Tramonte)



BEYER
ADTV-Tanzschule

**DURCHSTARTEN?
JETZT BEI UNS!**

FÜR EINEN GESUNDEN KÖRPER
& EINE GLÜCKLICHE SEELE

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

ZU DEN KURSEN

Neues Jahr Neuer Look!



Unsere **Messeneuheiten** sind eingetroffen.
Von klassisch schick, bis farbenfroh und trendy.

- TOM FORD
- ULLI MAHLER
- GÖTTI
- REIZ
- MOSCOT
- COLIBRIS
- WOOW
- ETNIA
- HAMBURG EYEWEAR
- HYMPHREYS
- JETTE
- SILHOUETTE
- BLACKFIN
- MOTIVUM

++ UVM. ++



**All-In-Ein-
stärkengläser**
Kunststoff gehärtet,
Superentspiegelt
inkl. Markenfassung
99,- €

**All-In-Gleit-
sichtgläser**
Kunststoff gehärtet,
Superentspiegelt
inkl. Markenfassung
222,- €

Rodenstock Gleitsichtgläser
BIG Norm 1.6
Kunststoff höherbrechend UV
Superentspiegelt Extra Clean
pro Paar
1.099,- € UVP 1.280,- €

NICHT ALLE LABEL IN DEN FILIALEN VORRÄTIG.

die brillenschmiede

OLDENBURGER STR. 215 | 26180 RASTEDE
04402 83663 | DIE-BRILLENSCHMIEDE@EWE.NET

der brillenmacher

HAUPTSTRASSE 14 | 26215 WIEFELSTEDE
04402 6760 | DER-BRILLENMACHER@EWETEL.NET



BLOHERFELDER STR. 132 A
26129 OLDENBURG | 0441 58243

Neues aus Ohmstede



Spendenübergabe von links: Martin Grapentin, Mirja Viertelhaus-Koschig, Dirk Heitkötter, Dr. Falk Bartels, Eike Weinreich, Gerhard Wessels

Spende für inklusives Serienprojekt in Oldenburg

Im Frühjahr 2024 können die Dreharbeiten für die Produktion eines fünfminütigen Teasers zur geplanten Mini-Serie "Das unorganisierte Verbrechen" beginnen. Eine Spende in Höhe von 7.500 Euro überreichten die Vertreter*innen des Wirtschaftliche Vereinigung Oldenburg DER KLEINE KREIS e.V. an den Vorstandsvorsitzenden Martin Grapentin und den Geschäftsführer Gerhard Wessels der Stiftung Teilhabe aus Oldenburg sowie Regisseur Eike Weinreich. Damit ist die erforderliche Fördersumme für die Produktion des Teasers nun erreicht. Bereits 2020 hatte Weinreich gemeinsam mit Menschen mit Behinderungen von dem Gemeinnützige Werkstätten Oldenburg e.V. den Stoff zur diversen Serie Das unorganisierte Verbrechen entwickelt. Entstanden ist eine Gangsterkomödie, in der Schauspieler*innen mit und ohne Behinderung mitspielen werden. Mit dem Teaser soll das spannende Konzept vorgestellt und ein erster Eindruck von der Geschichte vermittelt werden. Weinreich hat bereits namhafte Schauspieler*innen für das Projekt begeistern können und auch bekannte Streamingdienste und Sender sind interessiert. Dass ein solches inklusives Konzept funktioniert, hat Weinreich auch 2017 mit seinem Film "Von komischen Vögeln" gezeigt, den er gemeinsam mit Alexej Hermann entwickelt hat.

(Quelle und Foto: GWO e.V.)

Plattdeutsches Theater 2024: "Rismus Rasmus oder De Bandschievenvorfal"

Der Ohmster Plattdütsche Vereen e.V. ist aktuell unter der Regie von Maren Groth-Ische in den Vorbereitungen für das Stück: "Rismus Rasmus oder De Bandschievenvorfal". Eine Farce von John Graham, ins Deutsche übertragen von Paul Overhoff, Niederdeutsch von Arnold Preuß, Aufführungsrechte: Vertriebsstelle und Verlag Deutscher Bühnenschriftsteller und Bühnenkomponisten GmbH.

Die Premiere findet am **Samstag, den 10. Februar 2024 um 19:30 Uhr im Kulturzentrum Rennplatz in der Kurlandallee 4, Oldenburg, statt.**

Vorverkaufsstellen:

- Apotheke Donnerschwee (Wehdestraße 2, Tel. 04 41 - 3 17 27)
- Blumen Lüschen (Hochheider Weg 262, Tel. 04 41 - 3 14 80)
- Familie von Minden (Hermann-Tempel-Str. 3, Tel. 04 41 - 38 38 04)
- Weitere Informationen unter www.ohmster.de

Neuer Aufsichtsrat bei den Gemeinnützigen Werkstätten Oldenburg e.V.



Aufsichtsrat und Vorstand des GWO e.V. (v.l.): Gerhard Wessels, Michael Thanheiser, Christian Buss, Sabrina Biondi, Anke Fasse, Dr. Christian Pundt, Wolfgang Hündling

Am 11. Dezember 2023 wählte die Mitgliederversammlung der Gemeinnützigen Werkstätten Oldenburg e.V. neue Aufsichtsratsmitglieder: Frau Anke Fasse, Pfarrerin und Krankenhausseelsorgerin, sowie Herr Christian Buss, Richter am Amtsgericht Oldenburg. Herr Dr. Christian Pundt, Landrat des Landkreises Oldenburg, wurde zum Vorsitzenden und Herr Buss zu seinem Stellvertreter ernannt. Die bisherigen Amtsinhaber, Herr Detlef Mucks-Bücker und Herr Bernd Osterloh, traten zurück, bleiben jedoch Mitglieder.

Vorstände und Aufsichtsrat sehen der Zukunft positiv entgegen.
(Quelle und Foto: GWO e.V.)



- So., 11. Feb. 2024
- 🕒 16:00 Uhr
- Di., 13. Feb. 2024
- 🕒 19:30 Uhr
- Do., 15. Feb. 2024
- 🕒 19:30 Uhr
- So., 18. Feb. 2024
- 🕒 16:00 Uhr
- Mi., 21. Feb. 2024
- 🕒 19:30 Uhr
- Sa., 24. Feb. 2024
- 🕒 19:30 Uhr
- Di., 27. Feb. 2024
- 🕒 19:30 Uhr
- Do., 29. Feb. 2024
- 🕒 19:30 Uhr
- Sa., 2. März 2024
- 🕒 19:30 Uhr
- So., 3. März 2024
- 🕒 16:00 Uhr
- Mi., 6. März 2024
- 🕒 19:30 Uhr

Weitere Termine:

(Text: Ohmster Plattdütsche Vereen e.V.)



Unsere besten Handwerker

Kita-Wettbewerb bringt Kinder und Handwerksbetriebe zusammen

Unter dem Motto „Kleine Hände, große Zukunft“ treffen Kita-Kinder von 3 – 6 Jahren echte Handwerkerinnen und Handwerker, dürfen ihnen die vielfältigen Berufe aus der Welt des Handwerks kennenlernen und sogar selbst mit anpacken! Auf dem Riesenposter ist viel Platz, die Erlebnisse des Besuchs auf kreative Weise zu verarbeiten. Dabei kann mit verschiedensten Werkstoffen gebastelt, gemalt und geklebt werden – der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt! Einsendeschluss: 15. März 2024. **Als Landessieger gibt es 500 Euro für ein Kita-Fest oder einen Projekttag zum Thema „Handwerk“ zu gewinnen. Mehr zum Wettbewerb: www.kita-wettbewerb.de** (Quelle: www.kita-wettbewerb.de)

Existenzgründerinnen-Sprechtag am 20. Februar 2024

Die Anzahl der Handwerksmeisterinnen steigt kontinuierlich an, gerade auch in den männerdominierten Berufen. Immer mehr Frauen gründen im Handwerk ihr eigenes Unternehmen und immer mehr Töchter übernehmen den elterlichen Handwerksbetrieb. Diese Entwicklung wird sich in der Zukunft weiter fortsetzen. Die Handwerkskammer Oldenburg möchte noch viel mehr Frauen im Aufbau der eigenen Selbstständigkeit bestärken.

Die Selbstständigkeit verschafft den gründungsinteressierten Frauen zudem mehr Flexibilität, die in einem Angestelltenverhältnis oftmals nicht realisierbar ist. Das eigene Unternehmen zu gründen, ist eine sehr gute Möglichkeit, Beruf und Familie in Einklang zu bringen. Die Handwerkskammer bietet in individuellen Gesprächen die Möglichkeit, eine Geschäftsidee vorzustellen, Antworten auf finanzielle Fragen zu erhalten, die Gründungsschritte zu erfahren sowie Hilfestellung bei der Erstellung eines Businessplans zu bekommen.

Anmeldungen für den nächsten Gründerinnen-Sprechtag am Dienstag, 20. Februar, der wahlweise online oder vor Ort durchgeführt wird, können unter Telefon 0441 232-239 vereinbart werden.

(Text: Handwerkskammer Oldenburg)



Schadensregulierung mit Ihrer Versicherung

GLASEREI FRÖLJE

DETLEF FRÖLJE
GLASERMEISTER

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

NOTDIENST - TELEFON:
0175 - 68 12 764

24-STD. NOTDIENST

Freie Werkstatt KIA Service

Freie Werkstatt Land Rover Service

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

KIND + KEGEL



Jugendleiterausbildung 2024 in Oldenburg: Engagiere dich für die Jugend!

Das Kinder- und Jugendbüro der Stadt Oldenburg bietet eine kostenlose Ausbildung für Jugendleiterinnen und Jugendleiter an. Gesucht werden motivierte Oldenburgerinnen und Oldenburger zwischen 16 und 40 Jahren. Die Ausbildung beginnt in den Osterferien, am 18. März, und findet im Blockhaus Ahlhorn statt. In fünf Tagen lernen Teilnehmende alles über Jugendarbeit, Planung von Aktivitäten und erhalten einen Erste-Hilfe-Kurs. Ein Vertiefungswochenende folgt vom 26. bis 28. April 2024.

Einsatzgebiete für ausgebildete Jugendleiter sind vielfältig: Ferienpass-Aktionen, gesellschaftliches Engagement, politische Bildung und mehr. Bewerbungen können per E-Mail an kijubuero@stadt-oldenburg.de oder telefonisch unter 0441 235-4737 bei Britta Unfried eingereicht werden. Mehr Informationen gibt es auf www.oldenburg.de/kijubuero. Absolventen können zudem die Niedersächsische Ehrenamtskarte mit Vergünstigungen erhalten. (Quelle: Stadt Oldenburg)

23. Oldenburger Kindermusikfestival „gut gelaunt“

Vom 1. bis 3. März 2024 wird das 23. Oldenburger Kindermusikfestival mit fünf Konzerten wie gewohnt im Kulturzentrum PFL, Peterstraße 3, stattfinden. Und für die gute Laune sorgt neben den Blindfischen die junge Band Larifari aus Mannheim mit fröhlich frechen Liedern, die das Publikum zum Tanzen und Mitmachen einladen – und natürlich Friedrich der Zauberer, der mit blitzartigen Blöfss und Blödeleien Spaß für alle bringt. Weiter werden wieder bei zwei Konzerten Kinder aus der Musikschule der Stadt Oldenburg in die Konzerte eingebunden.

Freitag, 1. März 2024, 16:00 Uhr:
Larifari, Friedrich der Zauberer und die Blindfische

Samstag, 2. März 2024, 11:00 Uhr:
Larifari, Friedrich der Zauberer und die Blindfische

Samstag, 2. März 2024, 15:00 Uhr:
Larifari, Friedrich der Zauberer, die Blindfische sowie der Kinderchor und die Rappelkiste der Musikschule der Stadt Oldenburg

Sonntag, 3. März 2024, 11:00 Uhr:
Larifari, Friedrich der Zauberer, die Blindfische sowie der Kinderchor und die Rappelkiste der Musikschule der Stadt Oldenburg

Sonntag, 3. März 2024, 15:00 Uhr:
Larifari, Friedrich der Zauberer und die Blindfische (Quelle: Stadt Oldenburg)

Februar-Gutscheine

Bitte die Gutscheine beim Einlösen mitbringen.

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

www.huepfburgen-oldenburg.de

Coupon ausschließlich auf Mietmaterial einlösbar.
Gültig bis 31.12.2024. Barauszahlung nicht möglich.

• Event
• Promotion
• Marketing

www.fullevent.de

GÜLTIG IM FEBRUAR 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

Gutschein für WATTSTÄBCHEN

Lamberti **Apothek Fröhlich**

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

Nur ein Gutschein pro Kunde, solange der Vorrat reicht!
Gültig vom 1. bis 29.02.2024.

aponorm® Fieberthermometer basic

statt 3,15 €
jetzt
1,98 €



SIE SPAREN 37 %

ASS 100 - 1 A Pharma® TAH

100 Tab.

statt 2,86 €
jetzt

1,98 €



SIE SPAREN 30 %

Cetirizin HEXAL® bei Allergien

50 Fta.

Dauer-
tiefpri
6,98 €



DR. THEISS MELATONIN EINSCHLAFSPRAY

20 ml

statt 10,99 €
jetzt

6,98 €



SIE SPAREN 36 %

Eucerin® UreaRepair PLUS Körperlotion

250 ml

statt 20,98 €
jetzt
16,98 €



SIE SPAREN FAST 20 %

meridol® Mundspülung

400 ml

statt 6,98 €
jetzt

5,48 €



SIE SPAREN 21 %

MOMETA HEXAL®

Heuschnupfenspray

60 Sprühstöße

statt 13,60 €
jetzt
6,98 €



SIE SPAREN 48 %

TePe® Zahzwischenraumbürsten versch. Sorten

6 Stück

statt 3,78 €
jetzt

2,98 €



SIE SPAREN 21 %

Thomapyrin® CLASSIC Schmerztabletten

20 Tab.

statt 8,69 €
jetzt
4,98 €



SIE SPAREN 42 %

Voltaren Schmerzgel

120 g

Dauer-
tiefpri
9,98 €

