

NADORSTER EINBLICK

MÄRZ 2010

DAS KOSTENLOSE
STADTEIL-MAGAZIN
DER NADORSTER

Unternehmen
des Monats

Nadorst
aktuell

Lebensart

u.v.m

Webtipp:
www.derHerrenfriseur-ol.de

2. Nadorster Erlebnistag am 8. Mai

Rabatt-Coupons
im Heft

Unternehmen des Monats

Hier lesen Sie was passiert, wenn man ein Interview mit Werbeleuten macht die nebenbei auch noch für den NADORSTER EINBLICK verantwortlich zeichnen. Viel Spaß dabei.

NADORSTER EINBLICK:

„Herr Berger, in 11 kurzen Sätzen, wie würden Sie beschreiben, was Sie und Ihre Lebensgefährtin Marlies Mittwollen so tun in Ihrer kleinen Agentur, in der Ammergastr. 23?“

AXEL BERGER:

„Wir schmieden Ideen und Konzepte. Wir machen Prospekte, Flyer & Layouts. Wir schleifen und feilen an Internetseiten. Wir bauen Sie sogar - die Websites die das Internet bedeuten. Werbung, Grafik und Promotion in Oldenburg und weltweit!

Auch das tun wir. Und wenn das noch nicht reicht, dann schreiben wir Texte, liefern Content und reihen Worte zu Sätzen aneinander. Ergänzt um Absätze und Zeilenumbrüche werden Bücher und Chroniken daraus. Und Monatsmagazine. Um es auf den Punkt zu bringen: Webdesign, Grafik, Werbung und Texte das ist es, was wir tun! Genau so wie ne echte Werbeagentur mit nem Verlag dran eben.“

NADORSTER EINBLICK:

„Gut zu wissen! Und sonst so?“

AXEL BERGER:

„Fragen Sie doch mal nach unserer Qualifikation. Macht sich immer gut sowas in einem Interview!“

NADORSTER EINBLICK:

„Qualifikation?“

AXEL BERGER:

„Vorhanden!“

NADORSTER EINBLICK:

„Gut. Danke dann.“

So, und wem das nicht ausreicht, könnte doch mal auf der Website der Mediengestalterin Marlies Mittwollen und des Webdesigners und Werbetexters Axel Berger vorbei gucken. www.EINZELKIND.biz ist die Adresse. Oder am besten gleich mal direkt im Büro vorbei schauen. 1 Etage, im Dschungelboot. Ammergastraße 23 – direkt an der Abfahrt Nadorst. Kaffee ist meistens fertig!



PS. Telefon funktioniert auch: **0441 – 380 16 24!**

Hätten Sie es gewünscht? Wer weiß mehr?

Gertrudenskapelle (Oldenburg)

Die Gertrudenskapelle in der niedersächsischen Stadt Oldenburg ist das älteste und das einzige erhalten gebliebene mittelalterliche sakrale Bauwerk der Stadt. Sie steht nördlich des Stadtzentrums zwischen der Nadorster und der Alexanderstraße.

Der Baubeginn war um 1250. Erstmals urkundlich erwähnt wurde sie im Jahre 1428. Auf dem Friedhof bei der Kapelle entstand 1778 das großherzogliche Mausoleum. Ursprünglich gehörte die Kapelle zu dem nicht mehr vorhandenen Siechenhaus. Der Ursprungsbau bestand aus einer einschiffigen Backsteinkirche mit Westturm. 1481 erhielt die Kirche ein neues Gewölbe mit figürlichen und ornamentalen Darstellungen, die bei einer Neuverputzung um 1600 überdeckt wurden. Um 1680 wurde die Kapelle neu gotisch ausgemalt. Diese Malereien wurden nach mehreren Überdeckungen erstmals teilweise 1908 freigelegt und werden seit 1964 in mehreren, bisher nicht abgeschlossenen Schritten restauriert.

(Quelle: [http://de.wikipedia.org/wiki/Gertrudenskapelle_\(Oldenburg\)](http://de.wikipedia.org/wiki/Gertrudenskapelle_(Oldenburg)))

So steht es in der freien Enzyklopädie WIKIPEDIA geschrieben. Wissen Sie mehr? Haben Sie Bilder und weitere Informationen für uns?

Machen Sie mit und senden Sie uns Ihre Beiträge an die Redaktion. Wir freuen uns auf Ihre Einsendungen!

So klein, so gut: das neue iMini

iMini von Siemens ist ein besonders diskretes und ausdauerndes Hörsystem, das selbst mit schwierigen Hörsituationen problemlos zurechtkommt.

Klangqualität

Eine neuartige Frequenz-Erweiterung macht den Klang des iMini einzigartig voluminös.

Hörkomfort

iMini senkt Störgeräusche ab und verstärkt Sprache. So haben Sie in nahezu allen Hörsituationen vollstes Verständnis.

Tragekomfort

iMini wird von Spezialisten individuell für Ihr Ohr maßgefertigt – mit Handarbeit „made in Germany“.

Siemens-Testwochen: Ihr Gutschein.

Testen Sie das neue iMini von Siemens kostenfrei und ausgiebig in Ihrem gewohnten Umfeld. Kommen Sie einfach vorbei. Wir freuen uns auf Sie!

Hauptstraße 42, 26122 Oldenburg
Tel. 0441/ 50 20 50
Karuschenweg 1a, 26127 Oldenburg
Tel. 0441/ 80 00 77 57
Nadorster Str. 306, 26125 Oldenburg
Tel. 0441/34 04 40 9

Der NADORSTER EINBLICK erscheint monatlich bei der EINZELKIND GbR – Oldenburg, und wird kostenlos im Stadtteil Nadorst vertrieben.

Impressum: Vi.S.d.P. und Herausgeber des NADORSTER EINBLICK: EINZELKIND GbR, Axel Berger, Marlies Mittwollen (in Zusammenarbeit mit der Werbegemeinschaft: „Die Nadorster e.V.“), Ammergastr. 23, 26123 Oldenburg, Tel. 0441/3801624, Fax 0441/3801753, E-Mail: info@nadorstereinblick.de

Steuernummer: 69/103/05314

USt.-ID-Nr. DE 190914075

Gerichtsstand: Oldenburg (Oldb.)

Verantwortlich für Redaktion:

Axel Berger (Vi.S.d.P.), Satz/Layout: Marlies Mittwollen, Redaktionelle Mitarbeiter: Axel Berger (axl), Marlies Mittwollen (mmi), Martina Siems (klkr), Jürgen König (jüko), Die Nadorster (nad)

Druck: Text Team, 26180 Rastede-Wahnbek

Auflage: 5.000 / Vertrieb: Eigenvertrieb/

Verbreitungsgebiet: Stadtteil Nadorst (Oldb.)

Bildnachweis:

Eigene Bilder / www.fotolia.de

Erscheinungstermin:

Anfang des Monats

Redaktionsschluss:

jeweils der 15. eines Monats

Mediadaten unter:

www.nadorster-einblick.de/mediadaten.php

Anzeigen- & Werbebeilagenberatung:

Axel Berger, Telefon 0172 – 4209807,

E-Mail: vertrieb@nadorster-einblick.de

Daten für Anzeigen per E-Mail an:

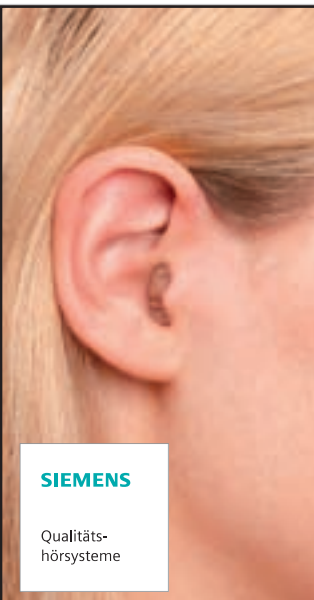
anzeigen@nadorster-einblick.de

Internet: www.nadorster-einblick.de

Bankverbindung: Konto-Nr.: 122231400/

BLZ 29080010

Haftungsausschluss: Für Angaben im Serviceteil und unverlangt eingesandte Materialien wird keine Haftung übernommen. Fremdkennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Leserbriefe können gekürzt werden. Es gilt die Anzeigenpreisliste 1-2010 von Januar 2010. Anzeigenvorlagen unterliegen dem Urheberrecht. Abdruck und Weiterverbreitung sämtlicher Inhalte nur nach Genehmigung. Alle © 2010 liegen bei der EINZELKIND GbR Oldenburg.



SIEMENS

Qualitäts-
hörsysteme

Probieren Sie iMini jetzt aus!
Wir beraten Sie gerne!

iMini

Handgefertigte Qualität von Siemens.

Hörgeräte
Hahm

Ihr Meisterbetrieb für gutes Hören...



Nadorst aktuell

Liebe Nadorsterinnen, liebe Nadorster,

nach langen Planungen, anstrengender Vorbereitung und dank sehr guter Unterstützung der Nadorster Werbegemeinschaft „Die Nadorster e.V.“ ist es nun endlich soweit, das erste Stadtteilmagazin, nur für Nadorst, liegt vor Ihnen.

Der NADORSTER EINBLICK ist da!

Wir hoffen, dass er Ihnen gefällt und viel Freude bereiten wird. In Zukunft jeden Monat! Sie finden den NADORSTER EINBLICK überall dort, wo das Leben tobt. In den Geschäften, an Tankstellen, beim Bäcker und in Wartezimmern, kurz gesagt – überall in NADORST!

MITMACHEN!

Ein Stadtteilmagazin ist nur so gut wie seine Inhalte, daher möchten wir alle Leser, Händ-

ler, Anwohner und Dienstleister bitten uns mit Inhalten zu versorgen. Schicken Sie uns Ihre Veranstaltungstermine, wichtige Adressdaten oder interessante News von Ihrem Verein.

Wir können zwar nicht versprechen, dass wir alles sofort umsetzen können, doch wir werden alles tun, um für Sie ein ansprechendes Medium in Nadorst zu werden und unser Stadtteil etwas schöner zu machen!

In diesem Sinne freuen wir uns auf ein schönes und aufregendes Miteinander, viele tolle Ausgaben vom NADORSTER EINBLICK und wünschen Ihnen nun viel Spaß beim Stöbern!

Axel Berger und
Marlies Mittwollen

Wer soll das bezahlen?

Der Winter hatte uns fest im Griff. Keiner hat mehr Lust auf Schnee, alle sehnen den Frühling herbei. Doch schwindet der Schnee vergehen so einigen die Frühlingsempfindungen. Vor allen Dingen den Herrn und Damen der Straßenwacht.

Zu dieser Zeit sieht man überall die orangenen Fahrzeuge mit den hell blinkenden Lichtern am Straßenrand und auf den Gehwegen. Bestandsaufnahme und Notfallreparaturen heißt die Devise.

Schlaglöcher tief wie Kohlegruben. Für diesen „echten“ Winter müssen wir nun den Preis zahlen. Nach Streusalznotstand kommt nun auch das große Aufräumen, Reparieren und Flickern. Unklar ist aber noch wovon das alles bezahlt werden soll.

Der Normalfall sieht so aus: In der Regel bekommt ein Stadtbauhof einen Pauschalbetrag aus der Stadtkasse, in dem auch Winterdienst und Straßenreparaturen enthalten sind. Der Betrag wird wohl in diesem Jahr bei weitem nicht ausreichen.

Man darf gespannt sein, wo dann gespart werden muss.

Glück im Unglück, Gott sei Danke ist die Nadorster noch verhältnismäßig gut davon gekommen, wenn man sich zum Vergleich mal die Alexanderstraße ansieht.

Trotz allem, freuen wir uns auf den Frühling. Die ersten Krokusse sollen kommen! (axl)



Ausflug in die Geschichte

Es war einmal in Nadorst ... Es war einmal ein Kino.

Viele der jüngeren Nadorster werden es gar nicht mehr wissen, dass in der Nadorster Str. 87/88, dort wo heute Richter's Billard- & Dartcenter zum Billard- & Dartspielen einlädt, es bis zum Jahr 1978 ein Kino gab. Der Name lautete: „Capitol im Lindenhof“ und wurde bis zu seiner „Pensionierung“ von Karl Born betrieben. Born hatte es ca. 1969 gepachtet und die Sitzanzahl für mehr Beinfreiheit und Komfort auf 511 reduziert. Davor gehörte der Lichtspielpalast der Capitol GmbH von Heinrich Hanenkamp, der es wiederum von der Erbenge-

meinschaft von August Peer übernommen hatte.

Doch die Geschichte des Kinos geht noch weiter zurück. Das Kino das am 29. August 1952 unter dem Namen „Lindenhof-Lichtspiele“ seine Pforten öffnete, hatte 700 Plätze und war das dritte Lichtspielhaus von August Peter und Alfred Osterhaus, die auch die „Oldenburger Lichtspiele“ und die „Schauburg-Lichtspiele“ betrieben.

„12 Uhr mittags“ mit Gary Cooper wird wohl einer der ersten Filme gewesen sein, die damals noch in schwarz/weiß, über die Leinwand flimmerten ... (axl)

Good old times!

GESTERN - HEUTE - MORGEN

Die Nadorster Straße erhielt ihren heutigen Namen erst in der Mitte des neunzehnten Jahrhunderts. Die vorher als Friesische Heerstraße bezeichnete älteste Verbindung der Stadt Oldenburg in Richtung Norden führte zum Kloster Rastede. Sie verlief vom Getrudenfriedhof aus durch unbewohntes Heidegebiet zum geistigen Zentrum der damaligen Grafschaft. Die ersten Ansiedlungen an der Straße erfolgten ab etwa 1650.

Seit Beginn des zwanzigsten Jahrhunderts hat sich die Nadorster Straße dann mehr und mehr zu einer abwechslungsreichen Geschäftsstraße entwickelt.

WEBDESIGN

Wir erstellen werbewirksame Websites

MARKETING

Wir entwickeln Strategien

GRAFIKDESIGN

Firmenlogo, Geschäftsausstattung, Flyer & Broschüren, Kataloge, Plakate uvm.

SEO & SEM SERVICE

Onlinemarketing und SEO steigert die Popularität Ihrer Internetpräsenz

SHOWROOM:

Ammergaustraße 23
26123 Oldenburg
(1. Etage im Dschungelboot)
Tel. 0441 - 380 16 24

www.einzelkind.biz

KIND & KEGEL

Die Kinderspielscheune „Das Dschungelboot“ setzt neue Maßstäbe in Sachen Indoorspielplätze!

Spiele, toben und Geburtstage feiern. Abenteuer erleben, im Dschungelboot – Oldenburg ist Spaß Programm. Auf über 1700qm² erleben die Kids eine Spielscheune der ganz anderen Art. Spiel und Spaß auf hohem Niveau. Für Kindern von 1-14 Jahren tun sich unendliche Spielmöglichkeiten auf.

Der Klettervulkan kann bezwungen werden. Man streift durch das Labyrinth, begibt sich auf die Dschungelboot-Schatzsuche oder macht die gewagtesten Sprünge auf dem Trampolin. Für die Kleinen bietet der Kleinkindbereich mit Bällepool ein echtes Erlebnis.

Wie kundenorientiert das Dschungelboot ist beweist Susanne Martens die neue In-

haberin, steht's in dem sie blitzschnell auf Kundenwünsche reagiert. So ist zum Beispiel das Mitbringen von Getränken und Speisen nach mehrfacher Nachfrage ab sofort erlaubt!

„Natürlich freuen wir uns trotzdem, wenn wir Ihnen in unserem Dschungelcafe etwas Leckeres servieren dürfen“, sagt Martens mit einem Zwinkern, „doch die Hauptsache ist, die Kids haben Spaß und genießen Ihren Tag im Dschungelboot.“

Das ist unser Ziel!“

So denn, auf zu neuen Abenteuern! Das Dschungelboot, das Spiel und Abenteuerland, direkt an der Abfahrt Nadorst – immer eine Reise wert!
(axl)



Was ist denn bloß eine

„Ranzen-Party“?

Schulkinder müssen viel schultern. Der gefüllte Ranzen sollte am Ende eigentlich nicht mehr als zehn Prozent des Körpergewichts des Kindes wiegen. Aber die Realität sieht oftmals anders aus.

Ob der Ranzen ergonomisch sitzt und das Gewicht stimmt, können Eltern mit ihren Kindern auf den sogenannten „Ranzen-Partys“ prüfen. Hier werden



den Besuchern - in der Regel vom örtlichen Fachhändler und Hersteller - die neuesten Schulranzen-Modelle präsentiert. Es gibt die Möglichkeit die Schulranzen Probe zu tragen. Oft sind die Kinder beim Schulranzenkauf noch recht klein, machen aber während der Grundschulzeit einen kräftigen Schub. All das gilt es zu berücksichtigen. Ein guter Ranzen muss optimal

am Körper des Kindes anliegen und darf nicht scheuern oder drücken. Öffnen, Packen und Schließen darf für kleine Hände kein Problem sein. Große Seitentasche mit „Dach“ für Trinkflasche und Brotdose sind von Vorteil. Und der oftmals im Set enthaltene Turnbeutel muss ausreichend Platz bieten. Ein Ranzen muss kräftig leuchten. Reflexstreifen und grelle Farbflächen sorgen dafür. Die DIN 58124 gibt Sicherheit beim Kauf.

Trend: Von den populären Trolleys wird aus orthopädischer Sicht oftmals abgeraten, da das Kind beim Ziehen eine schräge Haltung bekommt, dieses ist auf Dauer nicht gut. Eine Ranzenparty weckt Vorfreude auf die Schule und macht die kleinen BaSchuKis stolz.
(Klkr)

Tiere machen glücklich!

Zahlreiche Studien haben bewiesen: Haustiere können die Psyche des Menschen stärken und seinen Gesundheitszustand verbessern. Das Sprechen, Lachen und Kuseln mit dem Tier erheitert nämlich unser Gemüt.

Wer viel Zeit mit seinem tierischen Gefährten verbringt, tut sich selbst etwas Gutes: Tiere beruhigen uns. Beim Streicheln einer Katze zum Beispiel sinkt die Atemfrequenz, wer still in sein Aquarium schaut, entspannt sich automatisch. Doch Tiere bringen ihre Halter auch auf Trab. Mit einem Hund

bewegt man sich automatisch an der frischen Luft. Die Sehnsucht nach der Natur sei tief im Menschen verankert. Mit einem Hund oder einer Katze holen wir die Natur nach Hause.
(mml)



Lebensart

Wedding Planner: Wenn es keine Hochzeit von „der Stange“ sein soll.

Die Liebe zum Detail bereitet vielen Paaren vor dem „großen Tag“ schlaflose Nächte - insbesondere den Bräuten. Erst die Harmonie aller Einzelmodule macht den Zauber einer Traumhochzeit aus.

Eine versierte Hochzeitsplanerin an der Seite gewährt die Sicherheit, dass alle Anliegen genau so umgesetzt werden, wie Sie es wollen und nicht anders! Wer will am schönsten Tag des Lebens schon gern Kompromisse eingehen oder sich mit einem Plan B zufrieden geben?

Eine Braut genießt das Privileg auch zum 5. Mal das Deko-Konzept über den Haufen zu werfen. Sie darf das!

In unseren sozialen Strukturen lassen sich Veränderungen beobachten. Erlebnishochzeiten werden vermehrt ein Thema und erfordern eine individuelle und differenzierte Planung. Oftmals sind sowohl Braut als auch Bräutigam berufstätig und die Trauzeugen können und wollen sich ebenfalls nicht in aller Präzision mit der Planung auseinandersetzen. In dieser Situation ist eine neutrale, vertrauenswürdige

Person, die auf einfühlsame Weise zu vermitteln und charakteristisch zu beraten weiß, die kreative Vorschläge liefert und über einen großen Erfahrungsschatz verfügt, für das Brautpaar und alle involvierten Personen ein Segen. Eine gute Hochzeitsplanerin bucht Location und Dienstleister nicht nur vom Hörensagen – sie ist in der Region zu Hause, kennt sich aus und kann sich auf ihre langjährigen Kontakte und Partner verlassen.

Durch die Zusammenarbeit mit einem Wedding Planner entstehen auch Vorteile finanzieller Art, die man nicht unterschätzen sollte. Die Expertin kann aufgrund ihrer Erfahrung an vielen Stellen Kosten sparen und das Budget sinnvoll einsetzen. Sie achtet darauf, dass die Kosten nicht aus dem Ruder laufen.

(Quelle: Kleines-Königreich.de)

Beauty-Tipp



Selbstgemachte Haar-Kur bei trockenem Haar!

1 TL Honig, 2 EL Olivenöl und 1 Ei. Im gesamten Haar verteilen und etwa 30-45 Minuten einwirken lassen. Ein warmes Handtuch auf dem Kopf verbessert die Pflegewirkung. Anschließend die Kur sorgfältig ausspülen und die Haare mit einem milden Haarshampoo waschen.



MÄRZ-TIPP: Ihre Hochzeitsplanerin hat sicher auch die zündende Idee für einen unvergesslichen, originellen und romantischen Heirats-Antrag. Nur Mut!

Auffallen um jeden Preis?

cobaMedien

Büro für Mediengestaltung | OL 9602509

AM WERBUNG
Andreas Meier

Baumschulenweg 19
26127 Oldenburg
Tel.: 04 41-200 54 32
Fax: 04 41-200 54 33
Mobil: 01 72 - 470 11 66

am-werbung@web.de www.am-werbung.eu

Studienteilnehmerin Alina Reich:

«Genau so stelle ich mir gutes Training vor.»

KIESER TRAINING WIRKT.

Was bringt gesundheitsorientiertes Krafttraining?

Diese Frage untersucht die Studie «Kieser Training wirkt», an der bundesweit 500 Menschen teilnehmen. Besuchen Sie ausgewählte Studienteilnehmer und verfolgen Sie den Verlauf der Studie auf www.kieser-training-wirkt.de.

KIESER TRAINING
FÜR KRAFT UND GESUNDHEIT

Licht für Kübelpflanzen

Bald wird es Zeit die überwinterten Kübelpflanzen und Sommerblumen auf die kommende Saison vorzubereiten.

Die Pflanzen im Keller in Garagen oder auf dem Dachboden, sollten zunächst sorgfältig untersucht werden. Die seit dem Herbst ruhenden Pflanzen (z.B. Geranien oder Fuchsien) haben ihre Blätter abgeworfen und aus Lichtmangel lange, dünne Triebe gebildet. Diese müssen stark beschnitten und oft sogar entfernt werden. Kontrollieren Sie sorgfältig auf Schädlinge, da sich an den weichen Tri-

ben schnell Blattläuse oder Schildläuse ansiedeln.

Für einen buschigen Aufbau der Pflanze, sollten Sie diese in frische Blumenerde umtopfen und sich nicht scheuen, die Pflanzen kräftig auszulichten. Ausgenommen sind Pflanzen in sehr großen Kübeln, diese müssen nicht jedes Jahr umgetopft werden.

Ideal sind helle Plätze, wie Wintergarten oder ein Kleingewächshaus um die Pflanzen warm und hell zu stellen. Auch helle Treppenhäuser sind gut geeignet.

Beim Umtopfen sparen Sie nicht an der Erde. Gute Gar-

ten-Fachgeschäfte oder Gartencenter führen Einheitserde oder Torfkultursubstrate, die sich für Kübelpflanzen und Sommerblumen sehr gut eignen. Vorsichtig gießen und bei mildem Wetter für viel frische Luft sorgen.

Ins Freiland können Kübelpflanzen erst Mitte Mai nach den Eisheiligen. Bitte stellen Sie die Pflanze nicht in die pralle Sonne, denn auch eine Pflanze kann einen Sonnenbrand bekommen. Ein halbschattiger, windgeschützter Platz ist für die ersten Tage im Freiland der richtige Platz.

(mml)

Frühlingsgrüße

aus unserem Gewächshaus!

Angebot:
Primeln
5 Stück nur

3,95 €



NADORSTER STR. 182 - OLDENBURG
TEL. 0441 / 8 63 90
www.blumenhaus-suendermann.de

Tipp des Monats

Anzeige

Frühling, kann's kommen... Wir sind soweit!



Bosch AXT 25 D Leisehacksler

- leistungsstarker „High Power“ Motor mit 2500W
- zerkleinert bis zu 40 mm starke Äste mit einem Drehmoment von bis zu 652 Nm
- automatischer Selbsteinzug ohne Nachschieben
- einzigartiges Block-Release-System löst Blockierungen
- besonders leise durch rückschlagreies Fräsrollenprinzip
- integrierte, ausziehbare 53l Fangbox

369,00

Metabo HS 8755 Heckenschere

- ermüdungsarmes Arbeiten durch ergonomisch geformten Bügelgriff und optimale Schwerpunktlage
- Schnittstärke 20 mm, Schnittlänge 550 mm
- besonders scharf durch diamantgeschliffene Messerzähne
- sehr gute Laufruhe durch gegenläufige Scherenmesser
- Sicherheits-Zweihand-Bedienung und Messerschnellstop in 0,05 Sekunden
- Gewicht 3,9 kg



179,00

Metabo PowerCutter Li Pro

Ausdauernder Helfer für engagierte Hobby- und professionelle Landschaftsgärtner. Für Hecken, Buchs, Lavendel & Co.

- 7,2V Werkzeug schneidet selbst 8 mm dicke Äste
- Li-Ionen Akku für extrem lange Laufzeit (120 min) bei 60 Minuten Ladezeit
- deutlich mehr Kraft durch Drehbewegung der Wendemesser
- transparenter Handschutz

139,00



Werkzeuge | Schlüsseldienst | Baubeschläge | Eisenwaren

WILLERS

Das Original!

Nadorster Str. 6 | 26123 Oldenburg | Tel. 0441 / 88 30 66 | Fax 0441 / 871 24 | www.willers-ol.de | eigener P über die Lindenstraße

Shoppen & Schlemmen



Deutscher Meister in Nadorst!

Im Jahr 2009 schaffte es das kleine Restaurant Al Hay aus der Nadorster Str. 72 an die Spitze der deutschen Döner-Macher! Das Al Hay ist Deutscher Dönermeister!

Mit seinem Team setzte er sich gegen mehr als 300 Teilnehmer aus ganz Deutschland durch und gewann die Deutsche Meisterschaft in Berlin.

„Frische Zutaten, eine besondere Soße und die richtige Reihenfolge in der Zubereitung sind das Geheimnis unseres Erfolges!“, so der Inhaber

Hani Al Hay.

Die innovative Pizzeria mit arabischen & italienische Spezialitäten macht neben Ihrer individuellen Werbung immer wieder durch neue, leckere kulinarischen Ideen auf sich aufmerksam. Zum Beispiel gibt es jetzt auch einen Fisch-Döner nach eigenem Familienrezept. Klingt merkwürdig, muss man probieren! Schmeckt „anders“, aber super lecker!

Zusätzlich bietet das Al Hay übrigens ein großes Angebot an vegetarischen Gerichten.



Auch auf Süßigkeiten muss man nicht verzichten! Das alle kann man dann in dem kleinen Eckrestaurant in lockerer Atmosphäre entspannt genießen, Sie können sich die Leckereien auch liefern lassen. Es lohnt sich auf jeden Fall, denn wann bekommt man schon von einem Deutschen Meister sein Essen serviert?

(axl)

Gastrofürer:

Restaurant Montenegro

Tel. 0441 - 20 50 035

Lindenhofsgarten

Tel. 0441 - 80 07 271

Kreta

Tel. 0441 - 88 22 76

Neo-Bistro

Tel. 0441 - 777 07 92

Restaurant Rosmarin

Tel. 0441 - 88 37 60

Al Hay Pizzeria

Tel. 0441 - 960 24 24

Gaststätte bei Meyer

Tel. 0441 - 969 43 42

Nadorster Grill-Eck

Tel. 0441 - 38 33 40

Orangerie Imbiss

Tel. 0441 - 998 62 02

Eiscafe Krauss

Tel. 0441 - 988 25 55

Restaurant Athos

Tel. 0441 - 998 62 02

San Marco

Tel. 0441 - 8 19 69

M.C Wok Asia Bistro

Tel. 0441/ 9833553

Rezept des Monats

Spinat- Lachsrolle

Die Spinatsaison startet! Im Herbst wurde gesät, im März wird geerntet.

Zutaten (ca. 4 Personen): 250g frischen, blanchierten, zerkleinerten und gut ausgedrückten Blatt-Spinat, 2 Eier, 250g geriebener Gouda, 200g Kräuterfrischkäse, 1 Paket Räucherlachs

Eier mit dem Spinat vermengen. Die Masse gleichmäßig auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech verteilen. Mit dem

Gouda bestreuen, 20 min. bei 200° Ober- und Unterhitze backen, komplett abkühlen lassen. Mit Frischkäse bestreichen und mit dem Lachs belegen. Vorsichtig von der langen Seite her zusammenrollen, in Alufolie einpacken und im Kühlschrank bis zum Servieren lagern (ideal: 8 Std.). In daumendicken Scheiben anrichten. **Tipp:** Schmeckt auch mit tiefgefrorenem Spinat. (klkr)

Nadorster Gutscheinecke

Guter Schein!
Für 3,-€ machen wir Ihnen 1 x einen Zylinderschlüssel nach.
SEKUNDENSCHNELL
Werkzeuge | Schlüsseldienst | Baubeschläge | Eisenwaren
WILLERS
Das Original!
Nadorster Str. 6 | 26123 Oldenburg
Tel. 04 41 / 88 30 66 | Fax 04 41 / 8 71 24
www.willers-ol.de | eigener

2 FÜR 1 GUTSCHEIN
1 Kind bezahlt
2 Kinder dürfen spielen
DSCHUNGELBOOT
ABENTEUER- & SPIELPARK
Ammergaustraße 23
26123 Oldenburg
(Abfahrt Nadorst)
Telefon: 0441 - 380 19 81
www.dschungelboot.de
(gültig im März 2010)

GUTSCHEIN
gültig vom 01.03.-31.03.2010
mehr als **34%** günstiger
Cetirizin Hexal
50 Filmtabletten
statt 15,20€ **9,98€**
Nur 1 Gutschein und 1 Artikel pro Person
Keine Taler und kein Kundenrabatt
Nadorster Str. 97 • 26123 Oldenburg
Telefon 0441-81342

Gutschein 50%
2 Päckchen Hochleistungs-Zink-Luft Hörgerätebatterien zum Preis von 1 Päckchen!
Bitte diesen Abschnitt mitbringen!
Hörgeräte Hahm
Ihr Meisterbetrieb für gutes Hören...
Hauptstraße 42, 26122 Oldenburg
Tel. 0441/ 50 20 50
Karusenweg 1a, 26127 Oldenburg
Tel. 0441/ 80 00 77 57
Nadorster Str. 306, 26125 Oldenburg
Tel. 0441/34 04 40 9

Vereine & Kultur

Termine und Vereins-News aus Nadorst

20 Jahre SELAM- Lebenshilfe

50 Jahre Lebenshilfe
Oldenburg, 30 Jahre
KIEK-IN, 20 Jahre
SELAM-Lebenshilfe

Um das dreifache Jubiläum gebührend zu begehen, wurde eigens eine Arbeitsgruppe eingesetzt. Diese hat ein für jedermann ein attraktives Veranstaltungsprogramm auf die Beine gestellt.

Den Anfang machte ein Festakt am 24.02.2010 im Theater Laboratorium.

Wissenschaft und Lebenshilfe kommen im Rahmen einer öffentlichen Vortragsreihe unter dem Titel „Behindertenhilfe im Aufbruch – Ziele, Grenzen, Wünsche“, die in Kooperation mit der Carl-von-Ossietzky Universität durchgeführt wird, zusammen. An vier Terminen geht es im BIS-Saal der Universität, Campus Uhlhornsweg, um die Themen „Behindertenhilfe im Wandel der Zeiten“ (23.04., 17 Uhr), „Welche Schule für mein Kind?“ (27.05., 19 Uhr), „Selbstbestimmt und mit-tendrin – Wohnformen für Menschen ‚mit besonderem Bedarf‘“ (09.09., 19 Uhr) und „Schule und was dann? – Integration ins Arbeitsleben“ (18.11., 19 Uhr)

Seien Sie dabei! Infos:
www.selam-lebenshilfe.de

Verein der Mediation 2001 e.V.

Seit Oktober 2009 hat der Gesetzgeber für die hart umkämpften Folgen von Trennung und Scheidung die Mediation verordnet. Die Mediation bietet die Möglichkeit, sich über strittige Fragen außergerichtlich zu einigen. Anstelle eines Rosenkriegs werden Lösungen gefunden, die beide Seiten zufriedenstellen.

Da nur sehr wenige Versicherungen die entsprechenden Kosten übernehmen, haben die Anwältinnen Brigitte Neidhardt und Sabine Hegeler-Lüttgau den Verein Mediation 2001 e.V. Oldenburg gegründet. Somit wird auch einkommensschwachen Familien ermöglicht, gegen eine geringe Selbstbeteiligung eine Mediation in Anspruch zu nehmen.

Dieses Angebot des Vereins, dessen Satzungszweck die Verbreitung, Bekanntmachung und Förderung von Mediation als alternative Konfliktlösungsmöglichkeit zum Zweck hat, ist durch Spenden und den ehrenamtlichen Einsatz der Vereinsmitglieder möglich.

Informationen erhalten Sie unter:

Konsens – Mediation und Konfliktmanagement
Verfahrensbeistand:

Sabine Hegeler-Lüttgau und Brigitte Neidhardt
Staatlich anerkannte Gütestelle, § 794 Abs.1 Nr.1 ZPO
Nadorster Str. 90, Oldenburg, Tel.: 0441-800 7518
www.konsens-oldenburg.de, info@konsens-oldenburg.de

Vereine Nadorst und umzu

SELAM-Lebenshilfe GmbH

Nadorster Str. 26
26123 Oldenburg
www.selam-lebenshilfe.de

1. FC Ohmstede e. V.

Trommelweg 55
26125 Oldenburg
fcOhmstede-jugend@nwn.de

Scuba Dive Club

Nadorster Straße 73
26123 Oldenburg
Telefon 0441/88 51 14

1. Triathlon-Club-Oldenburg

„Die Bären“ e. V.
Scheideweg 131 B
26127 Oldenburg
www.die-baeren.org

Bowling-Sport-Verein 2000 Oldenburg e. V.

Flötenstr. 78
26125 Oldenburg

Die Oldenboulter Petanque-Club e. V.

Theodor-Francksen-Str. 28
26123 Oldenburg
www.oldenboulter.de

1. Rock'n Roll Club Scooby Doo e.V.

Nadorster Str. 77
26123 Oldenburg

Tennisclub Blau-Weiß Oldenburg e.V.

Otterweg 36
26123 Oldenburg
www.tc-bwo.de

Juwelier

GÖBEL

Oldenburg
Nadorster Straße 68
Kaufpark Kreyenbrück
Tel. 0441/87195
www.juwelier-goebel.de

Für Dich in Liebe

Wünsche und Geschenke
von Juwelier Göbel. Ihr
Spezialist für exklusiven
Schmuck, edle Marken-
uhren und aktuelle
Lifestyle-Trends mit Top-
Beratung und Service.

Juwelier Göbel
freut sich auf Sie!



www.Kleines-Koenigreich.de
Event- & Veranstaltungsservice für Ihr Firmen-Ereignis

TAUCHERSCHULE - TAUCHEREIEN - TAUCHSHOP
**TAUCHERTREFF
DEKOSTOP**

Schnuppertauchkurse ab € 25,-

www.tauchertreff24.de
Nadorster Straße 73 | 26123 Oldenburg | Tel.: 0441 885114

Diesen Monat im Interview:

Jürgen König - Hans Dampf in allen Gassen



Jürgen König liebt Musik und engagiert sich für junge Künstler.

Name:
Jürgen König
Funktion:
Mitinhaber der Firma Willers
Interessen:

Vorantreiben der Nadorster Werbegemeinschaft

An Nadorst mag ich/ gefällt mir besonders, dass ...

... wir so viele vielfältige Einkaufs- und Servicemöglichkeiten haben und eine gute Gemeinschaft bilden.

Warum?

Weil es wichtig ist für unseren Stadt-Teil.

Wenn ich in Nadorst etwas verändern könnte, dann würde ich ...

... mich um die Leerstände in den Geschäften kümmern, mehr Parkplätze schaffen.

Warum?

Um noch mehr Kunden für die Nadorster Straße zu begeistern.

Wenn ich Kaiser(in) von Deutschland wäre, dann ...

... würde ich die Bürokratie vereinfachen.

Warum?

So wird das Leben ein wenig unkomplizierter.

Wenn ich 100.000 Euro hätte, dann ...

... würde ich eine einheitliche Weihnachtsbeleuchtung entlang der Nadorster Straße finanzieren und ansprechende Sitzgelegenheiten.

Warum?

Weil die Stadt hierfür leider kein Geld übrig hat.

Wäre ich ein Tier, dann ...

... komisch Frage!

Wenn ich handwerklich begabt wäre, dann ...

... in meinem Beruf muss ich handwerklich begabt sein, um meine Kunden gut beraten zu können.

Wenn ich eine wichtige Lebensentscheidung rückgängig machen könnte, dann ...

... würde ich wieder alles genauso machen.

Warum?

Weil ich richtige Lebensentscheidungen getroffen habe.

Wenn ich mich erholen möchten, dann ...

... spiele ich Gitarre.

Warum?

Weil es mir Spaß macht und mich gleichzeitig entspannt.

Wenn ich jetzt sofort frei hätte, dann ...

... würde ich mit meiner Familie einen Städtetrip unternehmen.

Wenn ich meine Träume verwirklichen könnte, dann würde ich ...

... meinen Lebensabend in der Sonne des Südens verbringen.

Wenn ich einen Abend mit Prof. Dr. Gerd Schwandner, Dieter Bohlen oder Verona Poth verbringen müsste/ dürfte, dann würde ich ...

... Dr. Schwandner wählen.

Warum?

Ich möchte mit ihm über den Jade-Weser-Port mit dem stark zunehmendem Güterverkehr sprechen. Das ist ein wichtiges Thema.

Wenn ich lese, dann lese ich am liebsten ...

... hauptsächlich Fachzeitschriften.

Warum?

Weil es mich am meisten interessiert.

Möchten Sie auch mal dabei sein? Gerne senden wir Ihnen unseren Fragebogen! Mailen Sie uns an: redaktion@nadorster-einblick.de

Wir dekorieren für Sie auch in der Nadorster Straße. Gewinnen Sie mit uns den „EINBLICK“!

Ihre Spezialisten in allen Fragen der Schauerbegestaltung.

Am Detershof 5
26655 Westerstede
Tel. 04488 / 3993
info@bunterhund.biz
www.bunterhund.biz

Deko-Team **BUNTER HUND**

Hofschlerei Rastede
Reiner Siems

Reiner Siems Tischlermeister

Köllersweg 30, 26180 Rastede
Tel. 04402 884452 - Fax 04402 884453
Mobil 0177 6000818
www.tupftischlerei.de - info@hofschlerei.de

Die Nad☺rster

Die Werbegemeinschaft informiert:

„Die Nadorster e.V. – eine Werbegemeinschaft stellt sich vor.“

Die 2008 gegründete Straßen- und Werbegemeinschaft „Die Nadorster e. V.“ hat es sich zur Aufgabe gemacht, die Interessen der anliegenden Gewerbetreibenden und Bürgern zu bündeln und zu vertreten.

„Der Wunsch, mit den Gewerbetreibenden, den Anwohnern und Vereinen eine starke (Werbe-)Gemeinschaft zu bilden, die das gesellschaftliche Leben in Nadorst fördert und die Bedürfnisse und Belange des Stadtteils vertritt, ist unser erklärtes Ziel“, so Jürgen König, der 1. Vorsitzende des Vereins.

Diese Maxime bestimmt das Handeln.

„Wir müssen etwas für unseren Stadtteil tun. Gemeinsam! Nur so können wir die Entwicklung in Nadorst vorantreiben und unseren Stadtteil schöner und attraktiver machen“, ergänzt Ingrid Siefken, Schriftführerin und Inhaberin eines Hörgerätestudios mitten im Zentrum von Nadorst.

Das sich etwas tut beweisen die vielen Aktivitäten rund um die Nadorster Straße. Neben den jährlichen Flohmärkten, verkaufsoffenen Sonntagen und dem mittlerweile fest etablierten „Nadorster Erlebnistag“, der auch in diesem Jahr wieder die Besucher in die Nadorster Straße locken wird.

Das neueste Highlight ist das in Kooperation mit dem Vereinsmitglied, der Werbeagentur EINZELKIND, ins Leben gerufene Stadtteilmagazin **NADORSTER EINBLICK**.

„Wir hoffen, dass der NADORSTER EINBLICK ein informatives und interessantes Kommunikationsmittel für die Nadorster Unternehmen und Anwohner werden kann“, erklärt Pressesprecher Hans-Joachim Neumann die Ziele und Wünsche, die der Verein mit dem neuen Magazin verbindet. „Das braucht aber auch die Unterstützung von allen, daher wünschen wir uns auch eine besonders rege Mitarbeit der Anwohner und Vereine.“

Alle Infos, Bildern, Veranstaltungen, Terminen und Texten sind willkommen. Die Redaktion wird sich freuen.

„Seien Sie mit dabei!“

Mehr Infos zur Nadorster Werbegemeinschaft finden Sie auch im Internet unter: www.die-nadorster.de (nad)



Der Vorstand des Vereins:

- **Vorsitzender:** Jürgen König
- **Stellvert. Vorsitzender:** Klaus Göbel
- **Schatzmeister:** Burkhard Kujas
- **Schriftführer:** Ingrid Siefken
- **Pressesprecher:** Hans-Joachim Neumann

Veranstaltungen In Nadorst ist was los!

Auch für 2010 sind von der Nadorster Werbegemeinschaft viele interessante Aktionen, Events und attraktive Angebote geplant. Man darf gespannt sein. So wird der 2. Nadorster Erlebnistag am **8. Mai 2010** sicherlich wieder eines der absoluten Highlights werden.

Mit Halli-Galli, guter Musik, interessanten Angeboten und vielen Leckereien geht es dann wieder richtig zur Sache! Desweiteren lädt einer der ersten Flohmärkte im neuen Jahr dazu ein seine alten verstaubten Sachen aus dem Keller zu holen und entlang der Nadorster zu verkaufen. Also – jetzt schon den 8. Mai 2010 rot im Kalender anstreichen!

Es werden noch Musiker für den Erlebnistag gesucht!
Bewerbungen per E-Mail an: info@die-nadorster.de

(nad)



Ab sofort
gemeinsam erfolgreich!

Zwei starke Partner in Sachen Gesundheit

Wir beraten Sie gern:

LVM-Servicebüro
Michael Grote
Nadorster Str. 30
26123 Oldenburg
Telefon (0441) 8 00 72 46
info@grote.lvm.de

LVM 
Versicherungen



2010

8
MAI

HARALD TROST
DIPLO-KAUFMANN & STEUERBERATER

Nadorster Straße 108
26123 Oldenburg
Tel. 04 41-80 00 78 93
Fax 04 41-80 00 78 93
info@steuerberater-trost.de
www.steuerberater-trost.de

NADORSTER EINBLICK

Büro gesucht!

Bis max. 60 m²

Gerne in Nadorst,
Ofenerdiek,
Metjendorf und
umzu!

Telefon
0172-4209807

Hilfe bei Rückenschmerzen

Eine Vielzahl von Maßnahmen, Produkten und Medikamenten versprechen bei Rückenschmerzen heutzutage Linderung.

Doch bringt die übliche Palette passiver Behandlungsmaßnahmen meist nur eine kurzfristige Besserung der Beschwerden, da das Problem nicht ursächlich behandelt wird.

Genau dies ist aber für eine dauerhafte Lösung notwendig. Einen Ausweg bietet die Rekonditionierung der Muskulatur. Wird die wirbelsäulennahe Muskulatur gezielt

gekräftigt, ist sie wieder in der Lage, Stabilität und Funktionalität der Wirbelsäule zu gewährleisten. Die Schmerzen nehmen ab und die Beweglichkeit zu.

Ein gezieltes Muskelaufbautraining wird mittlerweile bei chronischen, muskelbedingten Schmerzzuständen als entscheidende therapeutische Maßnahme angesehen, die sowohl präals auch postoperativ Anwendung findet. Sogar Operationen lassen sich hierdurch vermeiden.

(Quelle: Kieser Training)

€ Finanztipp

Lassen Sie doch mal Ihre Lebens- und Rentenversicherung auf die bisherige und zukünftige Rendite überprüfen. Aktuell haben alle Lebensversicherer wieder die Gesamtüberschussbeteiligung gesenkt. Für jeden Kunden heißt das, weniger Geld im Alter oder eine Deckungslücke, wenn die Lebensversicherung zur Entschuldung des Eigenheims dienen soll. Haben Sie schon mal darüber nachgedacht, Ihre Lebensversicherung steuerfrei zu verkaufen und den Erlös renditestark anzulegen?

Wie geht das:

Unabhängige Finanzprofis zeigen Ihnen die bisherige Rendite auf, ermitteln für Sie den Rückkaufwert und den wahrscheinlichen Ablaufwert. Gleichzeitig bietet man Ihnen eine sichere und renditestarke Alternative – Ihr Vorteil: Sie behalten die Todesfallleistung trotz Verkauf der Lebensversicherung und das angesammelte Kapital verzinst sich deutlich höher als in der Lebensversicherung.

(Quelle: Andree Buggel, www.finance-vision)

WORKSHOP KOMMUNIKATION



TEIL 1

Haben Sie schon mal gehört, dass man bei Kritik Person und Sache trennen sollte? **Stimmen Sie dem zu? Aber wissen Sie auch, wie das geht?**

Hier kommt das erste Puzzleteilchen: Schreiben Sie auf, worum es geht. Stichpunkte reichen, es kann aber auch eine Skizze oder ein Bild sein. Beim nächsten Mal geht es um die Positionierung.

(Quelle: www.tjarks-coaching.de)

LVM-Büro Michael Grote jetzt hkk-Servicestelle

Ab sofort hat die hkk Erste Gesundheit einen festen Stützpunkt im LVM-Servicebüro Michael Grote in Oldenburg. Für hkk-Versicherte bedeutet das eine Anlaufstelle ihrer Krankenkasse direkt vor Ort. Gleichzeitig profitieren LVM-Kunden und Interessierte vom neuen

Gesundheitsservice: Die Experten des LVM-Büros Michael Grote beraten zum Thema Krankenkassenwahlrecht und informieren, wie sich mit einem Wechsel zur hkk Geld sparen lässt.

Denn die Krankenkasse mit Sitz in Bremen ist die einzige bundesweit geöffnete Kasse, die 2009 trotz zahlreicher

Zusatzleistungen eine Prämie von 60 Euro an ihre Versicherten ausgeschüttet hat.

„Gerade in Sachen Gesundheit gilt: Bedarfsgerechte Vorsorge braucht fachkundige Beratung.“

„Diese bietet das LVM-Büro jetzt persönlich und direkt vor Ort.“

(Quelle: Michael Grote)

Frühling
bei

TUCH FÜHLUNG

Nadorster Str. 62
26123 Oldenburg
Tel./ Fax: 0441 83075
www.tuchfuehlung-ol.de

BRANCHENBUCH

NADORST

Apotheken

Lamberti Apotheke, Beate Fröhlich
Nadorster Str. 101, Tel.: 0441/81342
Nord Apotheke
Nadorster Str. 134, Tel.: 0441/82121

Augenoptiker

Sonnenschein Optik
Nadorster Str. 198, 2Tel.: 0441/885590

Banken

LzO
Nadorster Str. 101, Tel.: 0441/9806011
OLB Bank
Nadorster Str. 125, Tel.: 0441/9507010
Raiffeisenbank Nadorst
Nadorster Str. 295, Tel.: 0441/9502400
Volksbank
Nadorster Str. 15, Tel.: 0441/81907

Bäcker

Bäckerei Brockshus
Nadorster Str. 107, Tel.: 0441/84555
Bäckerei Frank Lindner
Nadorster Str. 172, Tel.: 0441/884461
Bäckerei Egon Meier
Nadorster Str. 218, Tel.: 0441/86100

Beerdigungsinstitut

Beerdigungsinstitut Borchers
Nadorster Str. 102, Tel.: 0441/82088

Bekleidung / Zubehör

Leder-Schomaker
Nadorster Str. 51, Tel.: 0441/81924
US Stock
Nadorster Str. 20, Tel.: 0441/8850610
Schuhhaus Würdemann
Nadorster Str. 48, Tel.: 0441/883908
Bo's Laden Head & Growshop
Nadorster Str. 96, Tel.: 0441/2050446

Tadellos Euroshop
Nadorster Str. 174, Tel.: 0441/2052790

Bioläden + Lebensmittel

Koopmann's Biomarkt GmbH
Nadorster Str. 60, Tel.: 0441/36188650
Fleischerei Stanke
Lamberti Str. 13, Tel.: 0441/81731

Blumen + Pflanzen

Blumen Sündermann
Nadorster Str. 182, Tel.: 0441/86390

Computer + Elektro

H.C.M Electronics Dt. AG
Nadorster Str.162-164, Tel.: 0441/971960
Heick Computer
Nadorster Str. 181, Tel.: 0441/87352
mega & patronus
Nadorster Str. 278, Tel.: 0441/3800747
Radio Licht
Nadorster Str. 49, Tel.: 0441/82323
WebServ it
Nadorster Str. 24, Tel.: 0441/350160

Copyshop/Druckerei

Expressdruck
Nadorster Str. 190, Tel.: 0441/83214

Einrichtungen + Wohnen

Hammer Fachmarkt
Nadorster Str. 290, Tel.: 0441/3800387
Antike Möbel
Nadorster Str. 114, Tel.: 0441/88599696
Lamee Eckard Jürges
Nadorster Str.130, Tel.: 0441/99867703
Porzellan Voss
Nadorster Str. 84, 2Tel.: 0441/82881
Tuchföhlung Gabriele Wundram
Nadorster Str. 62, Tel.: 0441/83075
Stöhr & Janssen
Nadorster Str. 303, Tel.: 0441/31915
Waterbed-Discount
Nadorster Str. 106, Tel.: 0441/36146506

Eisenwaren/Sicherheitshäuser

Sicherheitshaus Redelfs
Nadorster Str. 192, Tel.: 0441/9319904

Willers

Nadorster Str. 6, Tel.: 0441/ 883066

Fahrschule

Fahrschule Kurbjuweit
Nadorster Str. 8, Tel.: 0441/87249

Fotografen

Foto artvision
Nadorster Str. 79, Tel.: 0441/1804850

Friseure

DER Herren Friseur, Norbert Henke
Nadorster Str. 86, Tel.: 0441/9602267
Friseur Figaro
Nadorster Str. 44, Tel.: 0441/9849579

Friseur Jens Runge
Nadorster Str. 228, Tel.: 0441/31160

Groß & Groß Friseur
Nadorster Str. 111, Tel.: 0441/86611

Walter Kienast
Nadorster Str. 96, Tel.: 0441/813130

Harmäleon Friseur
Nadorster Str. 100, Tel.: 0441/9333774

i-Kuh Friseur
Nadorster Str. 12, Tel.: 0441/85259

Kerstin's Haarstudio
Nadorster Str. 179, Tel.: 0441/86157

Spezial-Herrensalon, Wilh. Abeln
Nadorster Str. 177, Tel.: 0441/82613

Gesundheit & Schönheit

BODY & FACE
Nadorster Str. 76, Tel.: 0441/2095628

Cosmetical Store J. Vicky
Nadorster Str. 5, Tel.: 0441/3503297

Ergotherapie Praxis S. Ebert
Nadorster Str. 34, Tel.: 0441/8859009

Nagelstudio Gabriela Kuhne
Nadorster Str. 16, Tel.: 0441/9833333

Gesund und Schön
Nadorster Str. 77, Tel.: 0441/87964

Kirsten Reinke, Gesundheitsberaterin
Nadorster Str. 77, Tel.: 0441/87964

Sunya GmbH
Nadorster Str. 171, Tel.: 0441/87549

Therapiezentrum Nadorst
Nadorster Str. 101, Tel.: (0441) 1 55 65

Getränke

ZISCH Getränke
Nadorster Str. 261, Tel.: 0441/3801012

Hörstudios

Hörstudio Ingrid Siefken
Nadorster Str. 74, Tel.: 0441/8001930

Hörgeräte Hahn
Nadorster Str. 306, Tel.: 0441/3404409

Immobilien

Hillje & Stolle
Nadorster Str. 166 Tel.: 0441/205540
Kuhlmann GmbH
Nadorster Str. 190, Tel.: 0441/8007770

Immobilien Rüdebusch
Nadorster Str. 69, Tel.: 0441/81088

Immobilien Tobias Schwerdt
Nadorster Str. 149 a, Tel.: 0441/983720

Juwelier / Uhrmacher

Uhren Göbel
Nadorster Str. 68, Tel.: 0441/87195

KFZ

Auto - Küpker GmbH
Nadorster Str. 284, Tel.: 0441/31360

Autohandel Krzykowski
Nadorster Str. 265, Tel.: 0441/32427

Automobil-Service, Dieter Wilkens
Nadorster Str. 184, Tel.: 0441/88594

C&S Autokosmetik
Nadorster Str. 202, Tel.: 0441/202168

Euromaster GmbH
Nadorster Str., Tel.: 0441/32081

Joel's More Holger Witthus-Kleinfeldt
Nadorster Str. 118, Tel.: 04402/916668

Liepisch GmbH
Nadorster Str.291, Tel.: 0441/9329011

Sportwagen-Center, Schmidt+Koch
Nadorster Str. 202, Tel.: 0441/980540

Kinder

Dschungelboot Spiel- u. Abenteuerpark
Ammergastr. 23, Tel.: 0441/38019-87

Kindersprachschule für Englisch
Nadorster Str. 92, Tel.: 0441/82537

Kranken- und Altenhilfe

AWO Wohnen & Pflegen
Nadorster Str. 298, Tel.: 0441/9318-0

Das Pflegeeam
Nadorster Str. 116, Tel.: 0441/884282

Sanitas
Nadorster Str. 78, Tel.: 0441/36514

Stiftung Gertrudenheim
Friesenstr. 27, Tel.: 0441/980570

Lebenshilfe

SELAM
Nadorster Str. 26, Tel.: 0441/361692-10

LUGEO.de
Ammergastr. 23, Tel.: 0441/3801624

Tagesaufenthalt Udo Feike
Ehnenstr. 2, Tel.: 0441/883008

Musik

Musik-Computerschule
Nadorster Str. 70, Tel.: 0441/9833130

Music-Station
Nadorster Str. 254, Tel.: 0441/3800333

Perücken

Oltmann Perücken
Nadorster Str. 22, Tel.: 0441/88050

Rechtsanwälte

Rechtsanwalt Claus-W. Neidhardt
Röwekamp 15, Tel.: 0441/9849224

Reisebüros

Reisebüro Tamira Travel
Nadorster Str. 38, Tel.: 0441/9849727

Tui Reisebüro Andrea Schütte
Nadorster Str. 42, Tel.: 0441/9602200

Steuerberater

Steuerberater Harald Trost
Nadorster Str. 208, Tel.: 0441/8007892

Steuerberater Berthold Wehming
Nadorster Str. 149 a, Tel.: 0441/9849744

Steuerberater Johannes Buscher
Nadorster Str. 164 a, Tel.: 0441/6001900

Second Hand

Madonna Secondhand
Nadorster Str. 30, Tel.: 0441/8007339

Schneider

Blitz Änderungsschneiderei
Nadorster Str. 72, Tel.: 0441/882048

Änderungsschneiderei Semra Biliz
Nadorster Str. 305, Tel.: 0441/3845756

Steinmetz

Jan Wandscher
Nadorster Str. 10, 2Tel.: 0441/8853163

Sport und Freizeit

Fitneß Kieser
Nadorster Str. 228, Tel.: 0441/3844040

Richter's Billard-Dartcenter
Nadorster Str. 87, Tel.: 0441/885755

Tanzschule Gehrman
Nadorster Str. 261, Tel.: 0441/2488084

Tauchertreff Dekostop, M. Schlifski
Nadorster Str. 73, Tel.: 0441/885114

Earl Entertainment GmbH
Nadorster Str. 4, Tel.: 0441/5098006

Tiere / Tierzubehör

Das Futterhaus
Nadorster Str. 261, Tel.: 0441/3845979

Pfötentreff
Nadorster Str. 18, Tel.: 0441/882676

Tischler

Tischlerei Huntemann
Nadorster Str.196, Tel.: 0441/81980

Möbelbau 32
Deelweg 19 c, Tel.: 0441/3049539

Versicherungen

AXA Versicherung
Nadorster Str. 171, Tel.: 0441/98370-0

Hamburg Mannheimer C. Zellmer
Nadorster Str. 14, 2Tel.: 0441/1819599

LVM Versicherung M. Grote
Nadorster Str. 30, Tel.: 0441/8007246

Versicherung K.D. Schürmann
Nadorster Str. 14, 2Tel.: 0441/885114

Wüstenrot
Nadorster Str. 149, Tel.: 0441/82051

Videothek

Video Buster
Nadorster Str. 228, Tel.: 0441/3845013

Video Welle
Nadorster Str. 129, Tel.: 0441/884949

Werbeagenturen

Werbeagentur Einzelkind
Ammergastr. 23, Tel.: 0441/3801624

Zweiräder

Drahtesel I.&D. Evertz
Nadorster Str. 90, Tel.: 0441/9333622

Kein Anspruch auf Vollständigkeit. Angaben ohne Gewähr.

Fehler entdeckt?

**Bitte mailen an:
info@nadorster-einblick.de**



Sicherheitshaus Redelfs
GROSS- UND EINZELHANDEL
Nadorster Straße 192 · 26123 Oldenburg
www.sicherheitshaus-redelfs.de

Große Umtauschaktion
März 2010

Beim Kauf eines
KESO-Zylinders
vergüten wir Ihnen
für Ihren
alten Zylinder **20,- €**

- aufbohrsicher • Wendeschlüssel •
- Kopierschutz • Schweizer Präzision •

*ausgenommen Sonderverstellzylinder!

Seit über 25 Jahren in Oldenburg
Telefon 0441 / 931 9904

Das schwedische Königshaus gehört zu den ältesten Monarchien der Welt.



REISETIPP

REISETIPP: Stockholm

Mit über 800.000 Einwohnern ist die schwedische Hauptstadt Stockholm nicht nur die größte Stadt Schwedens, sondern auch die größte Stadt in Skandinavien. Stockholm hat den Ruf als eine der saubersten Hauptstädte Europas. Die Flüsse und Seen in Stockholm sind so sauber, dass in der Innenstadt ohne Bedenken gebadet werden kann. Die Stadt erstreckt sich über 14 Inseln. 53 Brücken verbinden diese.

Stockholm ist eine Stadt voller Facetten. City erhält durch die vielen Grün- und Wasserflächen einen einzigartigen

Charakter. In den vielen Cafés, Theatern und Boutiquen pulsiert das Leben. Besonders im Sommer herrscht ein reges Treiben in den Straßen und Gassen. Beim Blick in die kleinen Gassen hat man gelegentlich das Gefühl man wäre in Italien.

Besichtigen Sie eines der schönsten Schlösser Europas

Im Zentrum befindet sich das Königliche Schloss, die offizielle Residenz der Königsfamilie. Der Palast ist das ganze Jahr für Besucher geöffnet. Der im

italienischen Barockstil errichtete Bau aus dem 18. Jahrhundert bietet der königliche Schatzkammer und einer kleinen Auswahl an Museen (z. B. das Kronor Museum, welches die Geschichte des Palastes im Mittelalter zeigt und das Museum von Gustav III.) Unterkunft.

Auch für den kleinen Geld-

beutel ist Stockholm durchaus geeignet. Ryanair fliegt zu vielen Zeitpunkten für ein Taschengeld ab Bremen. Im Zentrum Stockholms, bzw. in der nahen Umgebung gibt es viele günstige Unterkünfte. Durch sehr gute Bus- und Bahnverbindungen ist das Zentrum Stockholms schnell zu erreichen. (mimi)

HÖRSTUDIO SIEFKEN

Treffpunkt gutes Hören



- kompetente Beratung in angenehmer Atmosphäre
- Große Auswahl an Hörsystemen in allen Preisklassen
- Anpassung im Hörerlebnis-Studio mit natürlichen Klangbeispielen
- Service für alle Hörgeräte - egal wo gekauft!

Besuchen Sie uns zu einem kostenlosen Hörtest, wir beraten Sie gerne!

Nadorster Straße 74 · 26123 Oldenburg
Tel.: 0441 / 8001930

P eigene Parkplätze am Haus **H** in der Nähe

Machen Sie mit!

Sie möchten Ihren Verein vorstellen oder auf die nächste Veranstaltung in Ihrem Verein aufmerksam machen? Schicken Sie uns Ihren Text bis 15. des Monats per Email oder Fax an: info@NADORSTER-EINBLICK.de, Fax 0441 - 380 17 53



MARTINA SIEMS
Event- & Veranstaltungsservice

Köttersweg 30

26180 Rastede

Tel. 04402 984452

Mobil 01577 8305467

info@Kleines-Koenigreich.de

www.Kleines-Koenigreich.de



STEUERTIPP!

Hilfe für Haiti

Um den Erdbebenopfern zu helfen und um die Spendenbereitschaft in Deutschland zu erhöhen hat das Bundesfinanzministerium den Zuwendungsnachweis für die steuerliche Berücksichtigung von Spenden vereinfacht.

Es genügt hier als Nachweis der Bareinzahlungsbeleg oder die Buchungsbestätigung (z.B. Kontoauszug) eines Kreditinstituts oder der PC-Ausdruck bei Online-Banking. Dies gilt ohne betragsmäßige Beschränkung.

(Quelle: Harald Trost)



Winter vorbei?! Machen Sie Ihr Auto fit für den Frühling!

Der Schnee ist geschmolzen die Sonne gewinnt an Kraft und es regnet nicht mehr. Die richtige Zeit für einen Frühjahrsputz beim Auto.

Erst und wichtigste Grundregel: „Der Dreck muss runter.“ Nur so erkennt man eventuelle Schäden am Lack oder Unterboden. Gucken Sie genau hin. Auch an den untern Türkanten, die von Schneehügeln beschädigt worden sein könnten.

Ab in die nächste Waschanlage. Hier wählen Sie bitte das „volle Programm“. Wer hier spart, spart am falschen Ende, den der zweite Grundsatz lautet: „Das Salz muss weg.“ Und zwar restlos.

Achten Sie bei der Vorwäsche mit dem Dampfstrahler darauf, nicht direkt auf die Reifenflanken und zu intensiv

auf den Unterbodenschutz zu sprühen, damit es keine Beschädigungen gibt!

Ist außen alles geschafft und der Lack mit neuem, schützenden Wachs versiegelt, geht es innen weiter.

Das Motto lautet: „Alles einmal raus!“

Fußmatten, Aschenbecher leeren und liebgewonnene Winterbegleiter wie Handschuhe, Eiskratzer und Ladekabel ordentlich wegpacken. Ruhig auch mal unter den Sitzen und am Teppich nachgucken und prüfen, ob es sich feucht anfühlt. Sollte das der Fall sein, helfen alte Zeitungen oder eine Schale mit Salz die Feuchtigkeit herauszuziehen.

Nun noch die Scheiben von Schlieren befreien und einen

Duftbaum mit Frühlingsgeruch besorgt.

Freie Fahrt für den Frühling! PS. Denken Sie noch ans Scheibenwaschwasser und den Ölstand. Mal eben nachgucken schadet nicht! (axl)

Angebot des Monats

INSPEKTION

für jede Marke nach Herstellervorgaben – die **Garantie bleibt erhalten!**

Inkl. Innen- und Außenreinigung

69,-

zuzügl. Material und Zusatzleistungen

www.liepinsch.de

LIEPINSCH

Die **Alle** Markenwerkstatt

Nadorster Str. 291 • 0L 9329018

AUT Tipp

Neu im März: der 5er von BMW

Die neue Fünfer-Limousine rollt am 20. März zu den Händlern, der Kombi soll im Sommer kommen.

Zum Start stehen 6 Modell zur Auswahl. 4 Benziner, 2 Diesel. Der Preise beginnen ab rund 40.000 Euro.



(Foto: BMW)

Honda Shadow RS:

Hondas Einsteiger-Version kommt ohne ABS. Für den Antrieb der neuen Shadow RS sorgt der flüssigkeitsgekühlte 750 ccm Zweizylindermotor aus der VT-Shadow-Baureihe, der es auf 31,7 kW/43 PS bringt und die Kraft über eine O-Ring-Kette auf das 16-Zoll-Hinterrad überträgt. Die Shadow RS kommt ab Mai 2010 in den Handel.



(Foto: Honda)

Seit 1945

Auto-Küpper GmbH

Ihr zuverlässiger Autopartner im Stadtnorden bietet an:

- Freie KFZ-Werkstatt
- Gebrauchtwagen
- Jahreswagen
- Neuwagen
- EU-Importe

Nadorster Straße 284-286
26125 Oldenburg
Telefon 0441/31360

www.auto-kuepper.de

Zwei Ladenflächen, ca. 60 m² und 84 m²,

in unserem Neubauprojekt „Nordtor“,
Nadorster Straße 229 zu vermieten.

Telefon (04102) 804-130

ANKÜNDIGUNG für die nächste Ausgabe ...

Auch für die nächste Ausgabe, die Anfang April erscheinen wird, haben wir schon spannende und interessante Themen in Vorbereitung. Wir werden ausführlich über die Planungen zum 2. Nadorster Erlebnistag am 8. Mai berichten, ein

Interview mit Ingrid Siefken vom Hörstudio Siefken führen, den Tauchertreff von Martin Schlifski ausführlich als Unternehmen des Monats vorstellen und uns wieder in NADORST umtuen, auf der Suche nach interessante und lesenswerten Themen!

NADORSTER EINBLICK

Seien Sie mit dabei! Auch Ihre Anmerkungen, Texte und Ideen, werden gerne von uns aufgenommen. Schicken Sie uns alles interessante aus und über NADORST per Post, Fax oder E-Mail an die Redaktion.

RANDNOTIZ

Muss „die Nadorster“ schöner werden?

Ich würde sagen Ja ... äh ... Nein ... Vielleicht ...

Vieles könnte, einiges müsste, aber eigentlich ist es doch ganz nett hier, oder?

Die Nadorster ist nicht wirklich schön, ist nicht aalglatt, aber gerade das macht ihren Reiz aus! Multikulti mit dem Flair einer ländlichen Großstadt.

Die Nadorster ist besonders. Besonders in ihrer Vielfalt und ihren Möglichkeiten. Manchmal etwas dunkel, manchmal etwas schmutzelig, hier und da ein graues Haar und die eine oder andere Falte im Asphalt, aber immer ehrlich und direkt.

In diesem Sinne Nadorster, mein Wunsch für dich: bleib wie du bist und erfinde dich immer wieder neu!

Verkauf dich nicht unter Wert und zeig was du zu bieten hast! Schön das es dich gibt du „Langes Ende“, du Durchgangstraße mit Herz!

PS. Ne schöne Weihnachtsbeleuchtung wäre trotzdem nett. Halt dich ran, es sind nur noch knappe 9 Monate bis X-MAS!
(axl)

OLDENBURG STEHT KOPF

GLAS
PORZELLAN
HAUSRAT
BESTECKE
GESCHENKE
KÜCHENMESSER

Vom 19. Feb. bis 13. März 10

TOTAL-LAGERVERKAUF

20%* bis **AUF ALLES**

50%*

TOP-MARKEN VON A-Z

ALFI · ARZBERG · HUTSCHENREUTHER
ROSTI · BODUM · BSF
KÜCHENPROFI · LEONARDO · WMF
RITZENHOFF · NACHTMANN
SCHULTE-UFER · TETTAU · ROSENTHAL
VILLEROY & BOCH · SELTMANN
THOMAS · ZASSENHAUS · ZWILLING
UND VIELE MEHR

*außer Sonderangebote und reduzierte Ware

V O I S S

Tischlein deck' Dich

www.voss-tischleindeckdich.de

Nadorster Straße 84/Ecke Bürgereschstraße - OL

Öffnungszeiten: Montag-Freitag 9.30-18.30 Uhr - Samstag: 9.30-18 Uhr

Alle Werbeagenturen
sind dooff!

WERBEAGENTUR
EINZELKIND
nicht dooff!

Ammergastr. 23 · 26123 Oldenburg
Tel.: 0441-3801624 · www.EINZELKIND.biz



HATSCHI

Leiden auch Sie unter Heuschnupfen?

Plötzlich fängt die Nase an zu jucken. Sie läuft und läuft und der Taschentuchkonsum steigt ins Unendliche. Auch die Augen jucken, werden rot und brennen, Niesattacken kommen hinzu.

- Man fühlt sich elend.
- Will nicht mehr raus an die frische Luft.
- Man fühlt sich schlapp und unattraktiv.
- Man schmeckt nichts mehr.
- Man wacht nachts auf, weil man keine Luft mehr bekommt oder einem die Nase läuft.
- Die eigene Lebensqualität wird beeinträchtigt.

Die Symptome können heute mit modernen Arzneimitteln wirksam behandelt werden.

Wir haben diese Medikamente vorrätig und beraten Sie gerne. Schauen Sie doch mal bei uns vorbei!

Ihr Team von der Lamberti-Apothek-Fröhlich

KOSTENLOS für Sie 1 Pollenflugkalender

März-Aktion Kostenlose Hautberatung



durch die Firma
Louis Widmer
am 31.03.2010



Gesund ist bunt

APOTHEKEN

Nadorster Str. 97 • 26123 Oldenburg
Telefon 0441-81342

Therapiezentrum Nadorst

- Die Physiospezialisten -

Unser neues Kursangebot ist da!

Anti Sturz Training

Sie sind unsicher beim Gehen und Treppensteigen? Sind Sie schon öfter gestürzt? Dann trainieren Sie in einer Gruppe von Gleichgesinnten Ihr Gleichgewicht und verbessern Sie Ihre Beweglichkeit.

Haltung bewahren

Jeder hatte sie schon mal – Rückenschmerzen! Erfahren Sie von Experten alles Wissenswerte zum Thema rückengerechtes Verhalten im Alltag. Sie bekommen ein komplettes Heimübungsprogramm an die Hand, zur Stärkung der Rückenmuskulatur.

Bei Interesse erkundigen Sie sich bitte bei uns nach einem Kursbeginn.

Therapiezentrum Nadorst - die Physiospezialisten

Leitung: Maïke Wöhlthjen

Nadorster Str. 99, 26123 Oldenburg

Tel.: (0441) 1 55 65, Fax: (0441) 21 77 98 44

Email: physiospezialisten@t-online.de

Weitere Infos auf unserer Homepage:

www.therapiezentrum-nadorst.de

DER HERRENFRISEUR



In Oldenburg Nadorst
NORBERT HENKE
... für Jung & Alt!

Nadorster Str. 86
26123 Oldenburg
(Ecke Bürgereschstraße)

Telefon:
04 41 / 304 39 55

www.DerHerrenFriseur-ol.de | E-Mail: norberthenke1@aol.com

Andree Buggel

finance-vision

Finanz- und Versicherungsmakler

Weißmoorstraße 289 · 26125 Oldenburg
Tel: +49 441 935 14 74 · Fax: +49 441 99 8 66 50
Mobil: 0172 420 38 14 · www.finance-vision.de
email: andree.buggel@finance-vision.de