Gratis
ZUM MITNEHMEN

Auch online auf www.oyjo.com

H.U.G.O. Journal

Interessantes aus Ofenerdiek,
Metjendorf, Etzhorn & Alexandersfeld!

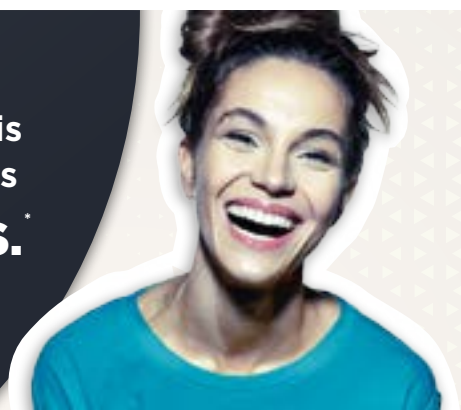
UNTERSTÜTZE KAUFE IN OFENERDIEK HUGO HANDEL · HANDWERK · DIENSTLEISTER

AGENTUR FÜR MEDIEN, GESTALTUNG & TEXT
Mangoblau
www.mangoblau.de

Ausgabe November 2020

Starte Jetzt.

Und trainiere bis Ende des Jahres KOSTENLOS.*



F1 FITNESS OLDENBURG

*FÜR ALLE, DIE UNS NOCH NICHT KENNEN, WIEDEREINSTEIGER UND MITGLIEDER ANDERER FITNESSCLUBS BEI ABSCHLUSS EINER 24-MONATS-MITGLIEDSCHAFT. GÜLTIG BIS ZUM 31.12.2020.

FELIX-WANKEL-STR. 1 | 26125 OLDENBURG
0441 - 97 28 610 | WWW.F1-FITNESS-OL.DE

HOTEL & RESTAURANT
SPARTA

WIR SIND WEITERHIN FÜR EUCH DA!

JETZT ABHOLSERVICE NUTZEN UND 10% SPAREN!
LIEFERSERVICE AB EINEM BESTELLWERT VON 80,- €.

Aufgrund der aktuellen Verordnung bieten wir Euch einen Abhol- und Lieferservice an (Lieferservice ab einem Bestellwert von 80,- €).

Mo. – So. von 17:30 – 21:00 Uhr

10% NACHLASS
Bei Selbstabholung Eurer Bestellung.
Nicht kombinierbar mit anderen Gutscheinaktionen. Keine Barauszahlung möglich!
Gültig von Montag–Sonntag.

Gratis! NACHTISCH
Zu jeder Bestellung (1 Pro Hauptgericht).
Nicht kombinierbar mit anderen Gutscheinaktionen. Keine Barauszahlung möglich!
Gültig von Montag–Sonntag.

· www.restaurant-sparta.com

· www.restaurant-sparta.com

Barometer- & Gutscheinbuch-Rabatt werden nur auf die Platten für 2 oder 4 Personen (Fleisch/Fisch/Vegetarisch) akzeptiert.

DANKE FÜR EURE UNTERSTÜTZUNG!

Bestellungen unter: 0441 20959750 oder 0178 5053210

electronic cash · MasterCard · VISA

Alter Postweg 6 · 26215 Wiefelstede · www.restaurant-sparta.com ·

Foto: repo

SO STRAHLT DER HERBST

DIE NATUR LEUCHTET AUCH IM STADTNORDEN - EIN LICHTBLICK IN UNSICHEREN ZEITEN

Und wieder heißt es: runterfahren. Das öffentliche Leben wird wieder abgebremst, und alle Hoffnung liegt jetzt darauf, dass die Pause im November nur vorübergehend sein wird … Doch viele Herbst- und Winterveranstaltungen müssen jetzt abgesagt oder verschoben werden. Da tröstet es doch ein wenig, dass sich Natur und Wetter gerade von ihrer besten Seite zeigen: So wie hier auf dem Fliegerhorst (s. Bild oben und unten) erstrahlt alles zurzeit in den schönsten Farben. Der Gang nach draußen und der Blick in die Umgebung lohnt sich und bringt einen auf andere Gedanken – am besten auf einem ausgedehnten Spaziergang durch den Stadtnorden.

Eine liebgewonnene Tradition wird es in diesem Jahr in Ofenerdiek leider auch nicht in der bisherigen Form geben: Auch das Lichterfest, das traditionell am Samstag vor dem ersten Advent stattfindet, musste schweren Herzens abgesagt werden. Dennoch müssen die Ofenerdiekerinnen und Ofenerdieker nicht auf vorweihnachtlichen Glanz verzichten, denn die Ofelia wird wie sonst auch an diesem Tag im Lichtermeer erstrahlen. Auf Seite 16/17 dieser Ausgabe stimmen wir Sie bereits jetzt schon darauf ein – und zu gewinnen gibt es auch etwas! Und natürlich bringt sich auch das HUGO Journal so langsam in Weihnachtsstimmung.

Wir hoffen, dass wir Ihnen mit dieser November-Ausgabe eine kleine Freude in dieser wieder recht bewegten Zeit machen können. In diesem Sinne: Bleiben Sie gesund und zuversichtlich, halten Sie zusammen – und dabei den nötigen Abstand …

Herbstliche HUGO-Grüße von Ihrer Redaktion

Foto: repo

GUTSCHEINE

GÜLTIG IM NOVEMBER 2020

Gutschein
über einen Spannungsprüfer gratis
Gültig bis 30.11.2020
Nur solange Vorrat reicht!
willERS Das Original!
Nadorster Str. 6 | 26123 Oldenburg
Tel. 0441/350 63 60 | info@willers24.de
Mo-Fr: 7.30 - 18 h | Sa: 9.30 - 13 h

GUTSCHEIN
über eine
Pflegende Handcreme
mit Arganöl
(Gültig: 11/2020
Ab einem Einkaufswert von 10€)
Diek APOTHEKE
Inhaber Detlef Leibner
Ofenerdieker Str. 32 • Oldenburg
Tel. 0441/38 03 70
www.diek-apotheke.de

UMNEY GmbH & Co. KG
Heizungsbau- und Sanitärinstallation
Mellumstr. 7b,
26125 Oldenburg
Tel. 0441/935 09 00
Fax 0441/935 09 01
www.roy-umney.de
E-Mail: info@umney-kg.com

Rosen-Apotheke
November
Fit durch das Schmuddel-wetter
Aktionen
Telefon: 0441 - 301665
www.rosenapotheke.cc

LACHMANN'S FISCHKISTE
Der mobile Fischwagen
- bringt Ihnen frischen Fisch und Feinkost-Spezialitäten bis zu Ihrer Haustür! Einfach anrufen und Termin vereinbaren:
Tel. 0170 - 46 46 343
www.lachmanns-fischkiste.de

Wir sind die soziale Bewegung!
Werden Sie Mitglied.
Erfahren Sie mehr unter
www.vdk.de/ov-oldenburg-nord
Vorsitzender A. H. Seebode
Tel.: 0441-8007574
SOZIALVERBAND VdK
NIEDERSACHSEN-BREMEN
ORTSVERBAND OLDENBURG-NORD

Aus der Redaktion!

MIT VERLAUB - ICH HAB DA MAL NE FRAGE ...

WER MACHT HIER WAS? ODER AUCH NICHT?

Hinter dem Post SV-Gelände und an der Grundschule, an der Alexanderstraße entlang, findet sich dieser skurrile Zustand auch in diesem Jahr wieder: Auf den Zentimeter genau ist der Rad-/Gehweg gesäubert, danach wird er zur blätterglatten Rutschbahn. Doch wie kommt sowas, fragt sich der geneigte Betrachter?

Ist die Schule übermotiviert und müsste gar nicht so ordentlich reinigen, oder ist der Post SV zu nachlässig, weil er eigentlich reinigen müsste, es aber nicht tut? Oder müsste gar die Stadt für einen risikolos befahr- & begehbaren Radfußweg sorgen – und tut es nur halb*herzig?

Und was wäre, wenn jetzt jemand aus Richtung Oldenburg kommend auf den Blättern ins Schlingern, aber erst auf dem sauberen Teil des Weges zu Fall käme?

Fragen über Fragen, auf die es wohl auch in diesem Jahr keine Antwort geben wird. Hoffen wir mal, dass nichts passiert ... *(Text & Fotos: axl)*

BAHNAUSBAU: BUNDESVERWALTUNGSGERICHT WEIST KLAGE DER STADT AB

URTEIL LÖST BEDAUERN UND ERNÜCHTERUNG AUS - APPELL AN BAHN: ANLIEGER-RECHTE RESPEKTIEREN

Das Bundesverwaltungsgericht (BVerwG) in Leipzig hat am 15. Oktober 2020 die Klage der Stadt Oldenburg gegen den Planfeststellungsbeschluss zum Ausbau der Bahnstrecke Oldenburg-Wilhelmshaven auf Oldenburger Stadtgebiet abgewiesen. Nach Auffassung des Gerichts ist der am 5. Juli 2019 erfolgte Planfeststellungsbeschluss des Eisenbahn-Bundesamtes rechtmäßig. Die Stadt Oldenburg wollte mit der Klage erreichen, dass der Stadtstreckenausbau nicht durchgeführt wird und stattdessen eine Bahnumgehung im östlichen Stadtgebiet realisiert wird. Die Stadtverwaltung hat das Gerichtsurteil mit Bedauern und Ernüchterung zur Kenntnis genommen. Der Richterspruch führe nun zu kilometerlangen Lärmschutzwänden. Der Rat der Stadt Oldenburg hatte 2019 entschieden, Klage gegen den Beschluss beim Bundesverwaltungsgericht zu erheben. Mit dem nun erfolgten Urteil geht ein Planungsverfahren zu Ende, das die Stadt über viele Jahre beschäftigt und für erhebliche Unruhe gesorgt hat. Neben der Klage der Stadt blieben auch Klagen der Bundesvereinigung gegen Schienenlärm e. V. sowie von mehreren Anwohnern erfolglos. Weitere Rechtsmittel gegen das nun ergangene Urteil gibt es nicht, das Bundesverwaltungsgericht ist diesbezüglich die letzte Instanz. In den nächsten Wochen und Monaten wird es wichtig sein, die Folgen des Urteils zu analysieren und Informationen an Betroffene weiterzugeben.

(Text: Stadt Oldenburg)

BAULÄRM DER BAHN VERÄRGERT ANWOHNER

Ausnahme Nachtarbeit? Lärmschutz? Fehlanzeige. Viele Ofenerdiekerinnen und Ofenerdieker haben in den letzten Wochen ganz andere Erfahrungen gemacht. Generatorbrummen, laute Rammgeräusche, hell erleuchtete Baustellen – die Nachtarbeiten der Deutschen Bahn scheinen wenig Rücksicht auf die Nachtruhe der Anwohner zu nehmen. Beschwerden gab es einige, Transparenz und Kommunikation von Seiten der Bahn anscheinend nicht genügend, was eine vorherige Ankündigung von Nachtarbeiten betrifft. Es bleibt abzuwarten, wie umfassend auf die Anwohnerbeschwerden – sowohl von Bahn als auch Stadt – eingegangen werden wird. *(Text: hugo)*

Wir sind HUGO!

H.U.G.O. Handel und Gewerbe Ofenerdiek e.V.

PSSSSST - DEM HUGO FLURFUNK GELAUSCHT

WIE UNS GEFLÜSTERT WURDE, HAT SICH IN 2020 DOCH TATSÄCHLICH - STILL UND LEISE - DAS EINE ODER ANDERE JUBILÄUM ANGESCHLICHEN:

Herzlichen Glückwunsch zum **30-jährigen Firmenjubiläum, Hilbert Schoe**! Der 1. Vorsitzende des HUGO e.V., hat 1990 seine eigene Firma gegründet, die seit 2005 als Hilbert Schoe Haustechnik GmbH firmiert. **Hilbert Schoe Haustechnik GmbH | Langenweg 130 | 26125 Oldenburg | www.schoe-haustechnik.de**

Schon gehört? **Das HUGO-Journal feiert im Dezember 2020 seine sage und schreibe 100. Ausgabe!** Wir sind selbst völlig von den Socken ... Was für eine Zahl! Freuen Sie sich also jetzt schon auf die nächste Ausgabe.

Hip-hip hurra zu **30 Jahren, Udo Sander**! Ebenfalls 1990 hat der Schriftführer des HUGO e.V. das Familienunternehmen Sander+Sohn von seinem Vater übernommen. Gegründet wurde die Firma bereits 1924 von Udo Sanders Großvater. **Sander+Sohn | Ofenerdieker Straße 40 | 26125 Oldenburg | www.sander-sohn.de**

MIT ABSTAND AUFEINANDER ZU

BÜRGERVEREIN OFENERDIEK UND GEMEINSCHAFT JAN KOOPMANN/ ALEXANDERSFELD BESCHLIESSEN ENGE KOOPERATION

v.l. Ernst Dickermann (bvo), Ralf Bruns (Gemeinschaft Jan Koopmann)

Die Menschen im Stadtnorden der Stadtteile Ofenerdiek und Alexandersfeld werden in ihren Interessen durch den Bürgerverein Ofenerdiek und die Gemeinschaft Jan Koopmann/Alexandersfeld unterstützt. Aktivitäten, Reisen, Veranstaltungen aber auch die Einmischung in Verwaltung und Politik zum Wohle der Bürger von Ofenerdiek/Alexandersfeld haben sich beide Vereine auf die Fahnen geschrieben. Eine enge Vernetzung und Zusammenarbeit für eine starke Stimme ist da zwingend wichtig. In vielen Bereichen ist die Bündelung des Vorgehens und der Meinungen notwendig und sinnvoll, da sind sich die beiden Vorsitzenden des Bürgervereins Ofenerdiek, Ernst Dickermann, und der Gemeinschaft Jan Koopmann/Alexandersfeld, Ralf Bruns, einig. Mit einer Stimme sprechen, wenn es um Fragen der Politik, der Infrastruktur und sonstigen Anliegen der Verwaltung geht, Veranstaltungen attraktiver gestalten und Kapazitäten voll ausschöpfen; das sind die Vorteile einer engen Kooperation. Zunächst stehen Themen wie die Verkehrsführung im Bereich der Bahnquerung Am Stadtrand und Fragen der Oberflächenentwässerung auf der Agenda. Hoffentlich können bald wieder Veranstaltungen und auch Feste und Reisen Teil der gemeinsamen Planung und Durchführung sein. *(Text & Foto: Ralf Bruns, Gemeinschaft Jan Koopmann Siedlung)*

Hilbert Schoe
HAUSTECHNIK GmbH
Bad · Heizung
0171 4141585
www.schoe-haustechnik.de

Thorsten Heyderhoff
Kachelofen - und Luftheizungsbaumeister
Haßforter Str. 25b
26127 Oldenburg
Tel.: 0441 - 53417

Freie Wahl!
Andre Szach
Überprüfung der Heizung und Schornstein-reinigung!
Freier Schornsteinfegermeister
Lachsweg 10a · 26127 Oldenburg
0174 6506366 · andre.szach@ewe.net

Energie sparen,
Geld sparen,
Wert steigern,
Umwelt schonen.
Oltmanns®
Energiesparend Heizen. Wohlfühlen im Bad.
(04 41) 6 06 60
www.oltmanns24.de

Rechtsanwaltskanzlei
Kim Müller
Ofenerdieker Straße 59a
26125 Oldenburg
Tel. 0441 / 18 19 373
Notruf (24 h) 0176 / 21 74 04 92
www.kim-mueller.de

INTERESSANTES AUS: OFENERDIEK

(v.l.: Manfred Brüning, Oliver Bruns, Rainer Gavelis, Rolf Glöckner, Weit Kanoder-Brunel, Anita Jurow-Janßen, Dirk Sutor, Marlies Peters, Uwe Lauterbach, Hanna Seipelt, Katja von der Heide, Ursula Kroon, Axel Berger, Andreas van Hooven, Alexandra Schwarting)

BUCHTIPP FÜR DIE WEIHNACHTSZEIT

„ZUKUNFT?!" - EINE ANTHOLOGIE DES LESEFORUM OLDENBURG E.V.

Das Leseforum Oldenburg e.V. hat ein besonderes Buch herausgebracht und dabei den schriftstellerischen Blick auf das Thema Zukunft gerichtet, der sich mit der Frage auseinandersetzt: Wie wird die Welt von morgen aussehen? Die Autorinnen und Autoren – aus Oldenburg und umzu – erzählen mal humorvoll, mal mit leiser Tragik. Die Zukunft strahlt hier in vielen Facetten. **Das HUGO-Journal verlost 5 Exemplare der Anthologie „Zukunft?!". Schreiben Sie uns eine E-Mail mit dem Betreff „Leseforum Oldenburg" an info@hugo-journal.de und hüpfen Sie mit in den Lostopf*.**

Leseforum Oldenburg e.V. (Hrsg.): „Zukunft?! Geschichten und Gedanken von Autorinnen und Autoren des Leseforum Oldenburg" · Norderstedt 2020 · ISBN 978-3-75195-570-6, 12,-€. Mehr Infos auf www.leseforum-oldenburg.de *(Text: repo, Fotos: Leseforum Oldenburg e.V., Svenja Krause)*

**Bitte E-Mail Adresse und Postanschrift nicht vergessen. Die Gewinner werden schriftlich per E-Mail benachrichtigt. Einsendeschluss ist der 15.12.2020. Die Aktion endet am 14.4.2020. Eine Barauszahlung ist nicht möglich. Die Teilnahme ist kostenlos. Die Daten werden vom HUGO Journal nur für den Zweck der eventuellen Benachrichtigung im Gewinnfall und nicht anderweitig genutzt oder weitergegeben.*

„CORONASTURM" HÄLT SHANTYS UNTER DECK

Wie alle Chöre der Region hatte sich auch der Shanty-Chor Oldenburg mit Beginn der Pandemie seit dem 12. März 2020 in eine selbstgewählte Auszeit begeben. An ein Zusammentreffen oder gar gemeinsames Singen war lange nicht zu denken.

Im August gab es – im Freien – einen ersten Versuch, sich mit Maske und Abstand wiederzusehen. Einem Angebot des Tennis Clubs Blau-Weiß folgend, fanden im September und Oktober weitere auf Abstand und Sitzordnung bedachte Treffen in einem großen Saal statt. Bei allen Chortreffen wurden auch einige Lieder gesungen und dabei schnell festgestellt, dass ein gemeinsames Singen mit vorschriftsmäßigen Abständen kaum sinnvoll ist. Als „Masked Singers" wollte sich der Shanty-Chor Oldenburg nicht präsentieren.

Da das Singen den Aerosolausstoß bekanntermaßen erheblich steigert und alle Chorsänger der kritischen Altersgruppe angehören, wird jetzt wieder auf solche sehr Risiko behaftete Aktivitäten verzichtet.

Zunächst bis Ende des Jahres hat der Chor einvernehmlich alle Treffen, Übungsabende und Auftritte abgesagt. Daher sind weitere persönliche Kontakte auf Mail und Telefon begrenzt worden. Hometraining mit CD oder USB-Stick und das Textelernen sind jetzt wieder die Mittel der Wahl.

Sollte sich die Pandemielage entscheidend verbessern, wird auch der Shanty-Chor Oldenburg wieder seine Übungsabende und Auftritte neu beleben.

Bis dahin grüßt er alle Freunde und Fans und wünscht geduldige Achtsamkeit und gesundes Durchhalten mit einem dreifachen: „Schiff – Ahoi!"

(Text: Shantychor Oldenburg e.V., Foto: W. Vogel)

FÜHRUNGSWECHSEL BEI DER LZO IN OFENERDIEK

ANNA-KATHARINA BOOTSMANN FOLGT AUF STEFAN KLOCKGIESSER

Stabwechsel bei der LzO in Ofenerdiek: Stefan Klockgießer nimmt zum 01. Dezember eine neue berufliche Herausforderung in der Vermögensberatung der LzO an. „Sie können mir glauben, seinen Heimathafen verlässt man nicht einfach so. Das sei wohl überlegt. Schließlich sind mir in den vergangenen mehr als zwölf Jahren als Leiter der LzO in Ofenerdiek die Kunden sehr ans Herz gewachsen. Doch jetzt war es mal Zeit für eine neue berufliche Aufgabe", gab Klockgießer zu. Er wechselt in die Filiale der LzO nach Eversten und berät dort zukünftig vermögende Privatkunden.

Christian Köhler, Direktor Privatkunden der LzO in der Stadt Oldenburg, dankte Klockgießer für seine Arbeit. „Stefan Klockgießer hat sich immer sehr engagiert für seine Kunden eingesetzt. Mit seiner sympathischen Art hat er dem eher sachlichen Bankgeschäft seine ganz persönliche Note verliehen. Für seine neue anspruchsvolle Aufgabe wünschen wir ihm viel Glück und Erfolg." Nachfolger von Klockgießer wird die 29-jährige Anna-Katharina Bootsmann. Die Sparkassenbetriebswirtin und geprüfte Versicherungsfachfrau begann ihren beruflichen Werdegang 2007 bei der LzO. Nach erfolgreichem Ausbildungsabschluss arbeitete sie zunächst in verschiedenen Filialen der Sparkasse. Im Jahr 2018 bestand sie die Prüfung zur „Geprüften Versicherungsfachfrau IHK". Kurz darauf absolvierte Bootsmann erfolgreich den Sparkassenfachlehrgang an der Sparkassenakademie in Hannover. Zuletzt war sie stellvertretende Leiterin der großen LzO-Filiale am Schlossplatz in Oldenburg.

„Mit Anna-Katharina Bootsmann erhält die LzO-Filiale in Ofenerdiek eine versierte Leiterin, die die erfolgreiche Arbeit von Stefan Klockgießer zum Wohle aller Kunden fortsetzen wird", sagte Köhler. Er betonte, dass Filialen für die Beziehungen der LzO zu ihren Kunden bedeutsam bleiben. „Es gibt nach wie vor besondere Ereignisse im Leben, wie beispielsweise die Familiengründung, der Bau eines eigenen Hauses oder die Altersvorsorge – da brauchen die Menschen eine persönliche Beratung. Deshalb halten wir an unserem bestehenden Filialnetz fest", machte Köhler deutlich.

(Text & Foto: LzO Ofenerdiek)

Hinweis: Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird auf eine gendergerechte Sprache verzichtet. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten gleichermaßen für jedes Geschlecht.

GESEHEN BEI EDEKA AM STADTRAND

»OFENERDIEK MIT EIGENEN LIKÖR«

Das hat auch nicht jeder Stadtteil: Ofenerdiek gibt es jetzt auch ganz zünftig in der Flasche - als "Städtekräuter" in Likörform. Wer ihn einmal probieren bzw. käuflich erwerben möchte, bekommt den Kräuterlikör beim EDEKA Markt Am Stadtrand. *(Text: hugo, Foto: axl)*

WIR (DIE HUGO-REDAKTION) SUCHEN EIN CHARMANTES

KLEINES HÄUSCHEN IN ALEXANDERSFELD / OFENERDIEK

ODER UMZU

- WOHNFLÄCHE AB CA. 120 QM.
- MIND. 600 QM GRUNDSTÜCK
- VON PRIVAT (OHNE MAKLER)
- WOHNRECHT N.A. MÖGLICH

MARLIES MITTWOLLEN UND AXEL BERGER
WIEFELSTEDER STR. 19 · ALEXANDERSFELD
0441-0441 304 102 10 · INFO@MANGOBLAU.DE

Das Team der LzO-Filiale Ofenerdiek freut sich auf Ihren Besuch. Gute Beratung gibt es montags bis freitags von 8 – 20 Uhr, einfach Termin vereinbaren.

Noch kein LzO-Kunde? Wir machen den Wechsel ganz einfach und bequem!

Unsere Nähe bringt Sie weiter. Seit 1786. Und auch in Zukunft.

lzo.com/wechsel · lzo-ofenerdiek@lzo.com

LzO meine Sparkasse

OLDENBURGER KULTURSCHAFFENDE UND -VERANSTALTER ZEIGEN SICH MIT „KULTURGESICHTER0441"

AKTION MACHT AUF DIE SITUATION DER VERANSTALTUNGSBRANCHE AUFMERKSAM

Die Aktion #Ohneunsistsstill & #Kulturgesichter ist eine Initiative der deutschlandweiten Veranstaltungsbranche, die seit Mitte März vom bestehenden Veranstaltungsverbot betroffen ist. Mit „Kulturgesichter0441" schließen sich nun auch Oldenburger Kulturschaffende, Kreative und Veranstalter dieser Aktion an und möchten damit auf die vielen Menschen und Schicksale hinweisen, die in Oldenburg hinter dem sechstgrößten deutschen Wirtschaftszweig stehen. Stellvertretend für viele hundert Mitarbeiter*innen in Oldenburg zeigen sich hier einige von ihnen, um der Branche ein Gesicht zu geben.

www.kulturgesichter0441.de & www.kulturgesichter0441.com
Facebook: www.facebook.com/kulturgesichter0441
Instagram: #Kulturgesichter0441 *(Text & Foto: Kultur Gesichter 0441)*

BEITRAG ZUM WIRTSCHAFTLICHEN NEUSTART

INVESTITIONSFÖRDERUNG FÜR UNTERNEHMEN MIT UMSATZRÜCKGÄNGEN - ANTRÄGE BIS 30. NOVEMBER

Die Investitions- und Förderbank Niedersachsen unterstützt mit dem Förderprogramm „Neustart Niedersachsen Investition" Unternehmen der gewerblichen Wirtschaft, des Handwerks oder der Automobilwirtschaft, die die Realisierung eines Investitionsvorhabens in Niedersachsen planen. Die Bedingungen der Förderrichtlinie lauten wie folgt:

- Das Unternehmen hat in den Monaten April bis Juni 2020 einen Umsatzrückgang im Vergleich zum gleichen Vorjahreszeitraum durch die Covid-19-Pandemie erlitten.
- Die Investition leistet durch Arbeits- und Prozessoptimierungen einen Beitrag zum Klimaschutz.

Unternehmen der gewerblichen Wirtschaft oder des Handwerks können einen einmaligen, nicht rückzahlbaren Zuschuss von bis zu 50 Prozent der förderfähigen Ausgaben erhalten, Unternehmen der Automobilwirtschaft von bis zu 30 Prozent. Die Förderhöhe beträgt mindestens 5.000 Euro und maximal 800.000 Euro.

„Investitionen sind insbesondere in Zeiten der Corona-Pandemie für die Oldenburger Wirtschaft von großer Bedeutung. Es ist mir daher ein Anliegen, auf diese neue Förderrichtlinie besonders hinzuweisen", betont Ralph Wilken, Leiter der städtischen Wirtschaftsförderung.
Die Antragstellung ist bei der Investitions- und Förderbank Niedersachsen (NBank) noch bis zum 30. November 2020 möglich. Weitere Informationen sind online unter www.nbank.de und dem Suchbegriff „Neustart Niedersachsen Investition" zu finden.

Im Zusammenhang mit der Förderung von Investitionsvorhaben steht auch die Wirtschaftsförderung für die Beantwortung von Fragen gerne zur Verfügung.

Kontakt: Patricia Achtert, Telefon 0441 235 2870, E-Mail patricia.achtert@stadt-oldenburg.de. *(Text: Stadt Oldenburg, Foto: freepik)*

v. l. Alfred Gloystein und Günter Weyen in Anwesenheit der Faustballgruppe

SONNTAGSBOSSELN

Von November bis Ende März treffen sich jeden Sonntag die Boßler des SV Ofenerdiek. Treffpunkt ist um 10:00 Uhr Einmündung Grafestraße in die Straße am Ende. Wer daran Interesse hat, bekommt weitere Infos unter 0157 / 78332002 oder kommt einfach vorbei.

ÜBUNGSLEITERWECHSEL BEI DEN FAUSTBALLERN

ALFRED GLOYSTEIN GIBT AMT NACH 20 JAHREN AB

Nach 20 Jahren Übungsleitertätigkeit bei den SV Ofenerdieker Faustballern gab Alfred Gloystein im Rahmen eines Trainings jetzt dieses Amt an Günther Weyen ab. Weiterhin ist Alfred Gloystein aber noch aktiv in der Gruppe dabei. Gesucht werden noch Männer und auch Frauen, die Lust haben, sich der Truppe anzuschließen. Training findet statt: donnerstags von 8:00 Uhr – 9:30 Uhr.

Weitere Infos unter 0157 / 78332002.

(Text & Fotos: Stefanie Strenge, Pressewartin, SV Ofenerdiek)

OLB SCHLIESST FILIALEN IM STADTNORDEN

FILIALE IN OFENERDIEK EBENFALLS BETROFFEN

Die Oldenburgische Landesbank (OLB) schließt in Oldenburg weitere Standorte. Neben den Selbstbedienungs-Filialen (SB) in Donnerschwee und Friedrichsfehn wird auch die Filiale in Ofenerdiek in den kommenden Wochen geschlossen. Wichtige Faktoren bei der Entscheidungsfindung seien u.a. Zukunftsfähigkeit, Kundenfrequenz, Kundennutzungsverhalten oder personelle Kapazitäten.
Zum 2. Dezember schließt die Filiale Ofenerdiek an der Weißenmoorstraße 293. Die Betreuung und Beratung der Kunden soll die Filiale an der Nadorster Straße 125/127 übernehmen. *(Text: hugo)*

Liebe Möbel- und Küchen-Interessenten!

Das Jahr neigt sich langsam dem Ende zu. Frei nach dem Motto „Jetzt schon an´s Schenken denken!" können Sie sich bei uns einen tollen Standmixer von SMEG sichern*. Entweder Sie beschenken sich selbst oder andere. Profitieren Sie außerdem beim großen MwSt.-Finale von der aktuellen Mehrwertsteuer und erfüllen Sie sich Ihre Einrichtungswünsche für ein noch schöneres Zuhause.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!
Herzliche Grüße

Michael und Kay Weirauch

*AB EINEM EINKAUFSWERT VON 2000€ GIBT ES EINEN STANDMIXER VON **SMEG** GESCHENKT. NUR 1 STK. PRO PERSON / KAUF, NUR SOLANGE DER VORRAT REICHT.

VOLLE KRAFT VORAUS!

SPARTA FEIERT SEIN VERFLIXTES SIEBTES JAHR UND TROTZT DER CORONA-KRISE

Was für ein Jahr war das bisher – das wird sich auch Georgios Zaraklanis das ein oder andere Mal gedacht haben. Doch die Ideen, wie man Krisenzeiten kreativ meistert, gehen dem agilen Gastronom und Hotelier nicht aus. Bereits im ersten Lockdown bewies er, dass er ebenso schnell handeln wie umplanen kann. Machen statt jammern! Wenn alles gut läuft, kann das Restaurant im Dezember wieder öffnen. Bis dahin bietet das Team von Sparta im November die Speisen zur Abholung an. Wie auch in den vergangenen Monaten geben alle ihr Bestes unter dem Motto „Gemeinsam schaffen wir das!“ Natürlich freut sich Georgios Zaraklanis über jede Bestellung unter (0441) 209 597 50, die eingeht. Als Dankeschön für die Kunden gibt es Sonderangebote in Form von Rabatten und ein leckeres Dessert pro Person dazu! Alle Infos, auch zu den Bestell- und Abholzeiten, bekommt man auf www.restaurant-sparta.com. Dass es in diesem Monat auch etwas zu feiern gibt, soll an dieser Stelle nicht vergessen werden: Sparta feiert sein 7-jähriges Firmenjubiläum – das passt doch irgendwie in diese Zeit, dass es auch noch das verflixte siebte Jahr ist. Es passt aber auch zu Georgios Zaraklanis, dass er für seinen Restaurant- und Hotelbetrieb schon das nächste Projekt plant – die Zukunft immer im Blick. Wir vom HUGO Journal sagen: και εις ανώτερα! und τα συγχαρητήριά μου!* Aktuelle Angebote gibt es auf Seite 2.

*(*Weiter so! Und Herzlichen Glückwunsch!)*

(Text: repo, Foto: Mangoblau GmbH)

WIR WÜNSCHEN WEITERHIN ALLES GUTE UND VIEL ERFOLG!
Mangoblau
WWW.MANGOBLAU.DE

GETRÄNKE
ESSMANN
... und alles läuft.
HERZLICHEN GLÜCKWUNSCH ZU 7 JAHREN
SPARTA
WIEFELSTEDE
ALLES GUTE UND WEITERHIN VIEL ERFOLG.
GETRÄNKE ESSMANN KG
Hansacker 21 · 26655 Westerstede
www.getraenke-essmann.de

STEUERBERATER
RÜST • KÄMPFERT • KAUKEREIT
SEMINAR-ZENTRUM
TREUKONZEPT
TREUKONZEPT
UNTERNEHMENSBERATUNG GMBH
RECHTSANWALT
RÖSCHENKEMPER
Schuhmacherstraße 5
26817 Rhauderfehn
Sigiltrastraße 10
49751 Sögel
Telefon (04952) 9398-0
www.StB-RKK.de

Wir wünschen weiterhin VIEL ERFOLG!
Nähe ist die beste Versicherung.
Ganz in Ihrer Nähe:
Hakan Tekce
Staugraben 11
26122 Oldeburg
Tel. 0441 2228-968
Mobil 0152 56467897
hakan.tekce@oevo.de
ÖFFENTLICHE

Metjendorfer Apotheke
Inh. Susanne Kuhlmann-Diercks
Metjendorfer Landstr. 6A · 26215 Wiefelstede
Tel: 0441 61366 · Fax: 0441 664556
Mail: metjendorfer-apotheke@t-online.de
www.metjendorfer-apotheke-wiefelstede.de
Wir wünschen weiterhin viel Erfolg!

FLÜGGE Tischlerei
Viel Erfolg weiterhin!
Möbelbau | Innenausbau | Fußböden
Fenster & Türen | Reparaturenservice
Telefon 0 44 02 / 98 42 992
Kirchweg 2 / 26215 Wiefelstede
www.fluegge-tischlerei.de

INTERESSANTES AUS: METJENDORF + HEIDKAMP

HALLOWEEN WAR NUR MIT ABSTAND MÖGLICH

Halloween mit Abstand: viele Ideen, um den Kindern trotz Corona ein bisschen Freude zu geben. Denn gerade die Kinder können das Ganze nur bedingt verstehen und müssen schon auf so vieles verzichten. So wurde mit Kreide markieren, wo die Tasche und wo das Kind stehen durften, und die Häuser gekennzeichnet, wo Kinder an Halloween willkommen waren.

SCHAUSTELLER UNTERSTÜTZEN

Viele Metjendorfer begrüßen die Fischbude von Dannemann, die auf dem Gelände vom Budni/Schützenverein steht. Und fragen sich, ob man das Angebot dort nicht erweitern und andere Schausteller unterstützen könnte. Z. B. eine Mandelbude/Pommesbude. Die Firma Budni wollte diesbezüglich mit anderen Schaustellern Kontakt aufnehmen.

FEUERWEHR METJENDORF BERICHTET:

„Wir haben leider schlechte Nachrichten. Aufgrund der anhaltenden Situation um das Coronavirus und die erneut steigenden Infektionszahlen wurde auf Kreisebene entschieden, dass die Treffen der Kinderfeuerwehr und Jugendfeuerwehr leider bis auf Weiteres entfallen. Auch die Übungsdienste der Einsatzabteilung wird es erst einmal wieder nur online geben. Wir denken zwar, dass diese Entscheidung keine Überraschung darstellt, möchten dennoch nochmals darauf hinweisen, dass auch wir, die Freiwillige Feuerwehr Metjendorf, versuchen, sämtliche Quarantänemaßnahmen innerhalb unserer Wehr zu vermeiden, um stets einsatzbereit zu sein. Es tut uns sehr leid - bleibt gesund!"

(Text & Fotos: Alexander Geisler)

AM HEIDEPLACKEN LEUCHTEN DIE „LATERNEN FENSTER“

AKTION ZUM LATERNE LAUFEN IN CORONA-ZEITEN

Ein sehr schönes Beispiel für Engagement in der eigenen Nachbarschaft haben wir bei Facebook gefunden: in der Gruppe „Metjendorf news and more“ wurde ein Aufruf von Kindern des Wohngebietes Am Heidplacken gepostet, in dem sie zur Aktion „Laternen Fenster“ aufrufen. Da alle Kinder in diesem Jahr keine großen Laternenfeiern oder -läufe abhalten können, soll stattdessen das Wohngebiet zum Leuchten gebracht werden: Die Anwohner sollen eine oder mehrere Laternen in die Fenster hängen oder auch ihren Vorgarten mit einer Lichterkette schmücken. So können die Kinder, wenn sie durch ihre Nachbarschaft gehen, möglichst viele erleuchtete Häuser und Gärten bestaunen. Eine wunderschöne Idee und eine tolle November-Aktion! Wer Fotos von den Laternen gemacht hat: die Redaktion freut sich sehr über Einsendungen. Kennen Sie noch weitere solcher Nachbarschaftsaktionen oder haben Sie vielleicht selbst eine Idee, wie man gemeinsam mit einem kleinen Aufwand oder einer kleinen Geste Kindern, Senioren oder einfach seinen Mitmenschen eine Freude machen kann? Dann schreiben Sie uns: info@hugo-journal.de

(Text: hugo, Foto: Anja Lorenz)

Pflegedienst Müller GmbH
PFLEGEDIENST Müller TAGESPFLEGE
0441 72 977
... zu Mensch
Von Mensch ...
Tel.: 0441 72 9 77
Ofenerdieker Straße 10 | 26125 OL | www.pflege-in-oldenburg.de

EDEKA
Husmann
„Mein Markt“
Oldenburg - Ofenerdiek
Am Stadtrand 14 • Tel.: (04 41) 80 09 78-0
Wiefelstede - Metjendorf
Ofenerfelder Str. 1a • Tel.: (04 41) 20 94 901-0
Seit über 90 Jahren:
solide einkaufen beim Fachmann für genußvolles Essen und Trinken.
Wir wissen, was gut schmeckt!

ETZHORN + WAHNBEK

FARBENFROHER KREATIV-ORT: DAS ATELIER ARTEFAKT IN ETZHORN

KÜNSTLERIN PETRA SCHMIEDECKE LIEBT FARBE UND DIE GEZEICHNETE LINIE

Ist man auf der Butjadinger Straße unterwegs, fällt einem ein Schild immer wieder ins Auge: die Galerie Artefakt. Die Malerin Petra Schmiedecke bietet hier regelmäßig stattfindende Malkurse an und stellt auch eigene Bilder aus. Die farbenfrohen Arbeiten spiegeln Dynamik und Lebensfreude wider. Neben wöchentlichen Malkursen mit Acrylfarben wird auch ein kreativer Samstag oder eine Sommermalwoche angeboten. Die Kurse richten sich sowohl an Anfänger wie Fortgeschrittene, die sich im freien Malen ausprobieren und Lust aufs Experimentieren mit Farben und anderen Materialien haben.
Tipp: Im November haben Atelier und Galerie noch geschlossen – doch für die Zeit danach lässt sich wunderbar ein Gutschein zum Malen im Atelier verschenken! Mehr Infos und Kontakt unter www.artefakt-etzhorn.de *(Text: hugo, Fotos: www.artefakt-etzhorn.de)*

TIPP DER REDAKTION:

HISTORISCHE BILDER AUF „ALT-OLDENBURG“ ENTDECKEN

Es ist ein wahre Fundgrube für jeden Oldenburg-Fan, Geschichtsinteressierte und Nostalgiker: Auf www.alt-oldenburg.de begibt man sich auf eine Zeitreise durch Oldenburg. 140 Jahre Stadtgeschichte geben Auskunft über die städtebauliche Geschichte. Auch der Stadtteil Etzhorn (der Name leitet sich von „Eddas Horn“ ab und bezeichnet einen vorwiegend aus Geest bestehenden Landstrich, der hornförmig ins Moor ragt) präsentiert sich hier in Bildern. Von einer Postkarte von 1898 grüßen u.a. der Etzhorner Krug, die Hullmanns Brennerei und Klövers Sommergarten. Ebenfalls beeindruckend: der Etzhorner Bahnhof (Foto aus dem Jahre 1905). Der Bahnhof lag an der Linie Oldenburg-Brake und führte auch über Ohmstede und Großenmeer. Diese sehr sehenswerte Website wird von Lore und Peter Bachmann erstellt und gepflegt. Schauen Sie mal vorbei! *(Quelle & Fotos: www.alt-oldenburg.de)*

ASPHALTIERUNGSARBEITEN IM MITTELKAMP

Im Mittelkamp müssen noch Asphaltierungsarbeiten abgeschlossen werden. Daher ist die Straße ab dem Einmündungsbereich der Wilhelmshavener Heerstraße bis zur Butjadinger Straße weiterhin bis voraussichtlich Freitag, 4. Dezember, in unterschiedlichen Bauabschnitten für den Durchgangsverkehr gesperrt. Anliegerinnen und Anlieger können ihre Grundstücke unter Berücksichtigung des Baufortschritts jederzeit erreichen. Eine Umleitungsstrecke ist eingerichtet und ausgeschildert. Wer zu Fuß oder mit dem Rad unterwegs ist, kann die Baustelle passieren. *(Quelle: Stadt Oldenburg)*

BV ETZHORN AUF REISEN

Bürgerverein Etzhorn e.V.

Seit einigen Jahren stehen auch beim Bürgerverein Etzhorn in Zusammenarbeit mit dem Reisedienst Wiards, Elsfleth, Ein- und Mehrtagesreisen im Veranstaltungskalender. So führten zwei Mehrtagesfahrten kürzlich in die Rhön und in die Uckermark. Die Parisfahrt musste coronabedingt kurzfristig abgesagt werden. Die selbst organisierte und ausgebuchte Ostfrieslandfahrt mit Ditzum und Leer bot den Teilnehmern viele Eindrücke. Kürzlich startete eine Gruppe ins „Unbekannte“. Die dreitägige Fahrt führte zunächst nach Stade, ins Alte Land (Herzapfelhof Lühs in Jork), nach Lüneburg mit Stadtgang, zum Schiffshebewerk Scharnebeck, in den Heideort Undeloh sowie am Rückreisetag ins Freilichtmuseum Kiekeberg. Wetterglück und gute Stimmung machten die Tage zu einem schönen Erlebnis. Parallel waren Mitglieder vom Bürgerverein zu einer Fahrt „Goldener Herbst im Weserbergland“ mit Besuchen in Lemgo- und Bad Pyrmont unterwegs. Auch sie hatten Wetterglück und waren mit dem Programm mit Stadtführungen und Rundfahrten sehr zufrieden. Die letzte diesjährige Fahrt wird hoffentlich trotz Corona am 1. Advent zum Weihnachtsmarkt Bremen mit Besuch im Packhaustheater stattfinden. Die Plätze für die Komödie „Weiber – Ein heißer Mädelsabend“ sind reserviert, die Fahrt so gut wie ausgebucht.

BV ETZHORN SPENDET DEN „WILDEN LÖWENKINDERN“

Dank des enormen Mitgliederzuspruchs, der Bürgerverein Etzhorn verzeichnet in den letzten fünf Jahren 500 Neuaufnahmen (!), sowie der „coronabedingten Schonung“ der Ausgabenseite hatte der Vorstand beschlossen, eine weitere Einrichtung in Etzhorn zu unterstützen. Die Leiterin der Kindertagesstätte Ernst-Löwenstein-Straße, Natalie Böckmann, nahm mit großer Freude einen Spendenscheck über € 300 für den Förderverein „Die wilden Löwenkinder e.V.“ entgegen. Von unserer Spende wird der Förderverein einen Transportwagen für Sandspielzeug/Sportutensilien anschaffen.

(Texte: Bürgerverein Etzhorn e.V.)

DAS KONZERT- UND EVENTHAUS IN DER REGION!
KULTUR HINTERM FELD
Veranstaltungshaus · Bar · Lounge
Hinterm Feld 14 · 27801 Dötlingen
Tel. 04432 911 74 34 · Mobil 0173 20 30 832
info@kultur-hinterm-feld.de · www.kultur-hinterm-feld.de

SHOWERSCHÖN!
Glasduschwände. Rahmenlos. Individuell auf Maß.
Wir setzen auf kalkfreies Glas - SHOWER|PROTECT
15 JAHRE GARANTIE
Baumschulenweg 16 a
26127 Oldenburg | 0441 25919
kontakt@glaserei-gassewitz.de
www.glaserei-gassewitz.de
...näher am Kunden!
Glaserei Gassewitz

#WERBUNG #INTERNET
#PRINT #SOCIALMEDIA
#RANGELN
AGENTUR FÜR MEDIEN, GESTALTUNG & TEXT
Mangoblau
DIE MANGOBLAU FAMILIE!
MANGOBLAU GMBH · WIEFELSTEDER STR. 19 · 26127 OLDENBURG
TEL 0441 304 102 10 · WWW.MANGOBLAU.DE

IMPRESSUM Das HUGO-Journal erscheint monatlich bei der Mangoblau GmbH – Oldenburg, und wird kostenlos im Stadtteil Ofenerdiek und Metjendorf vertrieben. Impressum: V.i.S.d.P. und Herausgeber des HUGO-Journals: Mangoblau GmbH, Axel Berger, Marlies Mittwollen (in Zusammenarbeit mit der Werbegemeinschaft: „HUGO e.V.“), Wiefelsteder Str. 19, 26127 Oldenburg, Tel. 30410216, E-Mail: info@HUGO-Journal.de, Gerichtsstand: Oldenburg (Oldb.), Verantwortlich für Redaktion: Axel Berger (V.i.S.d.P.), Satz/Layout: Mangoblau GmbH, Redaktionelle Mitarbeiter: Axel Berger (axl), Renée Repotente (repo), HUGO (hugo), Katja Mickelat (kat), Julia Stier (just). Druck: Brune-Mettcker Druck- und Verlagsgesellschaft mbH, Wilhelmshaven, Auflage: 12.500 / Vertrieb: Beta Media / Verbreitungsgebiet: Stadtteil Ofenerdiek (Oldb.), Metjendorf, Bildnachweis: Eigene Bilder / www.fotolia.de / Titelbild: www.stock.adobe.com, Erscheinungstermin: Mitte des Monats, Redaktionsschluss: der 3. eines Monats, www.HUGO-Journal.de, Haftungsausschluss: Für Angaben im Serviceteil und unverlangt eingesandte Materialien wird keine Haftung übernommen. Fremdgekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Leserbriefe können gekürzt werden. Es gilt die Anzeigenpreisliste von September 2020. Anzeigenvorlagen unterliegen dem Urheberrecht. Abdruck und Weiterverbreitung sämtlicher Inhalte nur nach Genehmigung. Alle © 2020 liegen bei der Firma Mangoblau GmbH.

INTERESSANTES AUS: ALEXANDERSFELD, DIETRICHSFELD + HELLE HEIDE

FLIEGERHORST-SCHNEIDEBRETTER BALD AUSVERKAUFT

RESTBESTÄNDE GIBT ES BEI DER TOURISTINFO UND IM STADTMUSEUM

Das Fliegerhorst-Schneidebrett ist in Oldenburg ein Verkaufsschlager. Innerhalb weniger Wochen ging ein Großteil der rund 1.000 Brettchen über den Ladentisch. Die Bestände im Kaufhaus der Gemeinnützigen Werkstätten (KDW) sind bereits vergriffen. Fündig werden Interessierte aktuell im Shop des Stadtmuseums und in der Oldenburg-Info im Lappan. Wer also ein nachhaltiges Weihnachtsgeschenk oder ein einzigartiges Frühstücksbrettchen sucht, sollte sich beeilen. Ursprünglich gab es das Fliegerhorst-Schneidebrett in drei Größen. Inzwischen ist nur noch das kleine Modell (22 x 14 x 1,5 cm) erhältlich. Es kostet zwölf Euro.

EIN UNIKAT MIT ZERTIFIKAT

Im Rahmen der Kampfmittelsondierung mussten auf dem Fliegerhorst Bäume gefällt werden. Die Stadtverwaltung stellte aus einem Teil von ihnen ein nachhaltiges und geschichtsträchtiges Produkt her: Das Schneidebrett Tragfläche. Gefertigt wurden die Brettchen von den Gemeinnützigen Werkstätten Oldenburg. Sie sind aus vollem Birkenholz geschnitten und lebensmittelecht geölt. Die Gravur der Schneidebretter informiert über die Baumart und über das Jahr der Fällung. Der eingravierte Schriftzug Tragfläche erinnert an die Historie des Geländes als Flugplatz und weist zudem auf die Nutzungsmöglichkeit des Produktes hin: Tragfläche für leckere Stullen und andere Köstlichkeiten. Jedes Brettchen ist ein Unikat, die Stückzahl ist limitiert. Das bestätigt ein dazugehöriges Zertifikat. Mehr Informationen zur Entstehung der Schneidebretter erhalten Sie unter: oldenburg.de/fliegerhorst-schneidebrett.

GEWINNERINNEN UND GEWINNER ERMITTELT

Rege Beteiligung gab es auch bei der Verlosung von drei Fliegerhorst-Schneidebrettern. Rund 450 Bürgerinnen und Bürger machten bei dem Gewinnspiel der Stadt mit. Die Gewinnerinnen und Gewinner wurden benachrichtigt und erhalten in den kommenden Tagen das Brettchen per Post. Teilnehmende mussten die Frage beantworten, wofür der Erlös aus dem Verkauf verwendet wird. Die richtige Antwort ist: Er fließt in die Anpflanzung neuer Bäume auf dem Fliegerhorst. *(Text: Stadt Oldenburg, Foto: repo)*

FAMILIEN IN BEWEGUNG BRINGEN

3F-PROJEKT JETZT IN DIETRICHSFELD

Nach einer 2 ½-jährigen Pilotphase in Hannover startet das 3F-Projekt auf Initiative des Stadtsportbund Oldenburg e.V. und des Bürgerfelder Turnerbund 1892 e.V. jetzt auch in Oldenburg. Das Ziel des Präventionsprojekts 3F – Fit for Family – ist Bewegung als ein Grundbedürfnis von Kindern zu fördern. Diese ist wichtig für ihre Gesundheit und die gesamte Persönlichkeitsentwicklung. Eltern und Bezugspersonen haben hierbei eine Vorbildfunktion. Daher soll die ganze Familie Freude an der gemeinsamen Bewegung haben und langfristig einen bewegungsaktiveren Alltag leben.

Das Projekt wurde 2017 gemeinsam von der Niedersächsischen Kinderturnstiftung und der Kaufmännischen Krankenkasse KKH ins Leben gerufen. Auf Initiative des Stadtsportbund Oldenburg e.V. und des Bürgerfelder Turnerbund 1892 e.V. startete das Projekt im Sommer 2020 in den Oldenburger Stadtteilen Bürgerfelde/Dietrichsfeld. Ziel ist es, die gewonnenen Erkenntnisse aus den bisherigen Pilotgebieten weiteren Kommunen zukommen zu lassen. Dabei können auch neue Wege eines Netzwerks für die Bewegungsförderung in Familien erprobt werden. So wird die Projektarbeit an diesem dritten Standort u.a. von einer vielseitigen Steuerungsgruppe unterstützt. Auch in Oldenburg ist freier Gestaltungsspielraum gegeben und die Zusammenarbeit mit verschiedenen kinder- und familiennahen Einrichtungen sowie Privatpersonen erwünscht.

Bei Interesse an einer Zusammenarbeit im Bewegungsnetzwerk oder für weitere Informationen steht Koordinatorin Daniela Kamenzky unter Tel. 0171 760 75 55 oder per E-Mail an Daniela.Kamenzky@3f-fitforfamily.de zur Verfügung.

(Quelle: www.3f-fitforfamily.de, Foto: freepik)

DAS JABOG 43 INFORMIERT:

»KRANZNIEDERLEGUNG«

am Volkstrauertag im Kleinen Bürgerbusch am Sonntag, 15. November 2020 um 10:00 Uhr.

(Text: JaBoG 43)

EIN RUNDGANG DURCH DEN NEUEN STADTTEIL - HELLEHEIDE STELLT SICH VOR

DIALOGTAGE: QUARTIERSFÜHRUNGEN DURCH DAS ZUKÜNFTIGE WOHNQUARTIER - TOUREN SIND SCHNELL AUSGEBUCHT

Das Projekt Energetisches Nachbarschaftsquartier Fliegerhorst Oldenburg (ENaQ), das das Energiekonzept für Helleheide entwickelt, hatte im Rahmen der Dialogtage dazu eingeladen, das Quartier im Rahmen von geführten Rundgängen kennenzulernen. Corona-konform war im Vorfeld bei einer begrenzten Teilnehmerzahl pro Gruppe eine Online-Anmeldung erforderlich – und die Führungen waren binnen kurzer Zeit ausgebucht. Auf der einstündigen sehenswerten Tour erfuhren die interessierten Besucher viel Wissenswertes u.a. über Energieversorgung, Wohnungsbau und das Thema Wasserstoff als innovativen Energieträger. Gleichzeitig gab es vor dem Hintergrund des partizipativen Gedankens die Möglichkeit, eigene Ideen und Vorschläge einzubringen. *(Text: repo, Fotos: repo, axl)*

· Flachdachabdichtung
· Ziegeleindeckung
· Rinnenreinigung
· Dachfenstereinbau
· Reparaturarbeiten

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

REDAKTIONS- & ANZEIGENSCHLUSS FÜR DIE DEZEMBER AUSGABE: **2. DEZEMBER 2020**

BERATUNG UND BEGLEITUNG FÜR OPFER VON STRAFTATEN UND DEREN ANGEHÖRIGE

Stiftung OPFERHILFE Niedersachsen
www.opferhilfe.niedersachsen.de
Onlineberatung möglich

Opferhilfebüro Oldenburg
26133 Oldenburg • Cloppenburger Str. 323 • ☎ 0441 / 969 712-10, -11, -12
poststelleoldenburg@opferhilfe.niedersachsen.de
Kontoverbindung: DE22 2505 0000 0101 4197 94

Lichterfest Gewinnspiel! 2020

TOLLE PREISE ZU GEWINNEN!

*Sterne zählen

WIE VIELE STERNE SIND AUF DER SEITE DES LICHTERFESTES VERSTECKT?

Bitte ankreuzen:
☐ 7 ☐ 25 ☐ 16

1. PREIS: Herrnhuter Stern, 68 cm mit 100 € HUGO-Gutschein
2. PREIS: Herrnhuter Stern, 40 cm mit 50 € HUGO-Gutschein
3. PREIS: Herrnhuter Stern, 30 cm mit 25 € HUGO-Gutschein
4. - 10. PREIS: je einen 25 € HUGO-Gutschein

Name, Vorname

Straße, Hausnummer

PLZ/ Ort

E-Mail-Adresse

Telefon

Die Karten bitte ausgefüllt abgeben bei Sander+Sohn oder der LzO in Ofenerdiek. Alternativ senden Sie die Antwort per Mail an info@hugo-journal.de. **Einsende- und Abgabeschluss ist der 1.12.2020. Die Aktion endet am 1.12.2020.** Eine Barauszahlung ist nicht möglich. Die Teilnahme ist kostenlos und unabhängig von dem Erwerb von Waren oder Dienstleistungen. Die Daten werden von der HUGO-Journal Redaktion nur für den Zweck der eventuellen Benachrichtigung im Gewinnfall und nicht anderweitig genutzt oder weitergegeben. **Die Gewinner werden per E-Mail oder telefonisch informiert und müssen ihren Gewinn bis zum 22.12.2020 bei der HUGO-Journal Redaktion abholen.** Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Ofenerdiek leuchtet zum 1. Advent

Ofelia strahlt und Gewinne winken!

Auch wenn aufgrund der momentanen Situation am Samstag vor dem ersten Advent kein Rahmenprogramm in Form des alljährlichen beliebten Lichterfestes stattfinden kann, so wird Ofenerdiek dennoch die Vorweihnachtszeit festlich erleuchtet begrüßen: die Ofelia erstrahlt zum 1. Advent in hundertfachem Glanz. Für die Ofenerdiekerinnen und Ofenerdieker ein Zeichen der Zuversicht und ein Stück Normalität. Und: Es gibt etwas zu gewinnen – bei unserem Sterne-Suchspiel. Viel Glück!

(Text: hugo, Foto: axl)

Advertorial

EIN NEUES GESICHT IM SALON HAIRDESIGNER!

Ein freundliches Hallo an alle unsere lieben Kunden und auch unsere vielen spannenden Neukunden!

Der Hairdesigner freut sich, noch eine weitere Mitarbeiterin in unserem Team vorstellen zu können: Bita Zand (im Bild sitzend), die uns ab dem 1. Januar 2021 mit frischen Ideen und kreativer Power unterstützen wird. Sie ist dynamisch, agil und sehr einfallsreich. Auch im Make-Up ist sie ein Ass. Ob dekoratives Tages Make-Up oder Abend Make-Up – sie hat's drauf. Wir freuen uns schon jetzt auf die Zusammenarbeit mit Bita und sagen: Volle Kraft voraus fürs neue Jahr!

Ein großes Dankeschön nochmal an unsere Kunden, dass auch unser letzter Neuzugang Carina Grätsch (im Bild zweite von links) so toll aufgenommen wurde! Vielen Dank!

Termine unter 60 81 02 oder www.hairdesigner-oldenburg.de

(Text & Foto: Salon Hairdesigner)

ADVENTLICHE INSPIRATIONEN

WEIHNACHTLICHE KRÄNZE IM SKANDINAVISCHEN STIL

Merinowolle und Holz sind die Grundmaterialien für schlicht-edle Kränze, die sich sehr gut auf dem Tisch oder an der Tür machen. Zusätzliche Accessoires oder Schmuckelemente aus Leder oder Holz bringen eine zusätzliche Note hinein, von elegant bis verspielt.

BEDRUCKTE PAPIERTÜTEN, Z.B. FÜR EINEN BLUMENSAMEN-ADVENTSKALENDER

Kleine Tüten aus Kraftpapier gibt es in verschiedenen Farben und Designs. Besonders schön und für Gartenliebhaber: Tüten mit verschiedenen Sämereien befüllen und anstelle der üblichen Süßigkeiten als Adventskalender gestalten. Die Tüten lassen sich – z.B. im Naturlook – individuell bestempeln.

HÄKELN SIE SICH GLÜCKLICH – MIT EINEM DIY SET

Alles schon drin: Häkel- und Strick-Sets machen lange Freude, und das Ergebnis kann sich immer sehen lassen, egal ob man Anfänger oder schon geübt ist. Vom klassischen Schal bis zu Wohndeko oder auch liebenswerten Figuren gibt es eine riesige Auswahl an Sets. Genau das Richtige zum Verschenken oder für gemütliche Handarbeitsstunden zu Hause.

(Alle Tipps gesehen bei Etsy, Fotos: Etsy)

TRE VIET Bambus

Aktion vom 14.–30.11.:
Entdecken Sie uns! Bei einer Abholung ab 30 Euro Wert gibt es eine halbe Nr. 354 (Inside-Out-Rolls – gekochter Lachs Gurke) und eine halbe Nr. 355 (Inside-Out-Rolls – gekochter Lachs Avocado) gratis dazu!

Weißenmoorstraße 299 · 26125 Oldenburg
Tel. 0441 – 30 49 054 · treviet2019@gmx.de
www.trevietbambus.de

20%
Gültig bis 30.11.2020

Merry Christmas
AND A HAPPY NEW YEAR

Gegen Vorlage dieses
Gutscheins
erhalten Sie einen Rabatt* auf Ihren Einkauf!

*Ein Gutschein je Einkauf, nicht mit anderen Rabatten kombinierbar. Gilt nur für Lagerware und nicht für Neubestellungen, Gutscheine und reduzierte Artikel.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!
Seit über 30 Jahren Ihre Parfümerie mit Persönlichkeit in Oldenburg!
Top! Parfümerie Madame
Alexanderstrasse 121 · 26121 Oldenburg
Telefon 0441 85262
www.top-parfuemerie-madame.de

ALLES UNTER EINEM DACH:
Wartung · Heizung · 3D-Badplanung · Sanitärarbeiten
Fußboden-Heizung · Baddesign · Smart Home

Fußbodenheizung nachrüsten? Kein Problem mit der neue Fußboden-Fräse. Interesse geweckt? Melden Sie sich gerne!

19 83
SAN HAUSTECHNIK
SANITÄR·HEIZUNG

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

Bis zum **30.11.2020** jetzt noch Kfz-Versicherung vergleichen - bis zu **20 % günstiger** als bei Ihrer jetzigen Versicherung*

DBV

Lösungen für Privatkunden –
Individuelle Lösungen, umfassender Service
- KFZ-Versicherung
- Private Haftpflichtversicherungen
- Zahnzusatzversicherungen
- Altersvorsorge
- Berufsunfähigkeitsversicherung

Lösungen für Geschäftskunden –
Beratung mit System
- Betriebliche Altersvorsorge
- maßgeschneiderte Branchenlösungen
- kompetente systematische Beratung

Öffentlicher Dienst –
Wir sind von Anfang an dabei!
- Krankenversicherung für Beamte
- Dienstunfähigkeitsverversicherung

**Bei gleichem Versicherungsumfang*

AXA – Versicherungen über EDEKA Husmann | Joachim Mirkes
Ofenerfelder Straße 1 b | 26215 Metjendorf – Oldenburg
Tel: 0441 – 13177 | Fax: 0441 – 13197 | joachim.mirkes@axa.de
www.axa-oldenburg.de

Ofenerdieker SPEZIALISTEN

AXA/DBV - VERSICHERUNGSAGENTUR MIRKES

GUT VERSICHERT UND BETREUT AUCH IM NEUEN JAHR

Zum Jahresende ist es traditionell an der Zeit, seine Versicherungen noch einmal zu prüfen und ggf. im Hinblick auf das kommende Jahr Änderungen oder auch einen Wechsel vorzunehmen. Vor allem beim Thema Kfz-Versicherungen lohnt es sich, genauer hinzuschauen. Gerade jetzt ist der richtige Zeitpunkt dafür, denn in der Regel läuft die Versicherung zum Ende des Kalenderjahres aus – also zum 31. Dezember. Das bedeutet, dass noch bis zum 30.11.2020 die Möglichkeit besteht, seine alte Kfz-Versicherung zum 1.1.2021 zu kündigen.

Die AXA Versicherungsagentur Mirkes, seit 2016 in der Ofenerfelder Straße (über EDEKA Husmann) ansässig, bietet Kunden, die mit ihrer Kfz-Versicherung zur AXA wechseln möchten, einen Willkommensbonus von bis zu 20 % Nachlass auf den bisherigen Beitrag (bei gleichem Versicherungsumfang). Hierzu beraten Joachim Mirkes und sein Team Interessenten und Kunden nach wie vor vollumfänglich – unter Corona-Bedingungen ist das Büro wie üblich per E-Mail und Telefon zu erreichen.

In den letzten Monaten wie auch in den kommenden Wochen bleibt die Versicherungsagentur ein verlässlicher Partner in allen Fragen rund um Versicherungen für Privat-, Geschäftskunden sowie Bedienstete des Öffentlichen Dienstes. Service und Kundennähe bilden nach wie vor Kernpunkte der Firmenphilosophie. Unterstützt wird dies durch die eine große personelle Kontinuität – das über Jahre zusammengewachsene Team begleitet seine Kunden vertrauensvoll und kontinuierlich vor, während und auch nach Versicherungsabschluss. *(Quelle: Axa, Text: repo)*

»AUSZUBILDENDE/R GESUCHT«

KAUFFRAU/-MANN FÜR VERSICHERUNG UND FINANZEN

Wer sich für eine qualifizierte Ausbildung im Versicherungsbereich mit Aufstiegsmöglichkeiten und guten beruflichen Perspektiven interessiert, sollte sich jetzt bei Joachim Mirkes bewerben: Die Versicherungsagentur bietet ab sofort für Abiturienten oder Fachhochschulabsolventen einen Ausbildungsplatz zur/zum Kauffrau/-mann für Versicherung und Finanzen an. Der Einstieg ist noch im November möglich. Infos unter Tel. 0441 13177 oder per E-Mail an joachim.mirkes@axa.de

AXA Regionalvertretung | Joachim Mirkes
Ofenerfelder Str. 1b | D-26215 Wiefelstede | Tel.: 0441 13177
www.axa-betreuer.de/joachim_mirkes

HIFI+HIFI - SEIT ÜBER 20 JAHREN DAS HIFI-FACHGESCHÄFT IN OLDENBURG

hifi+hifi zählt zu den größten inhabergeführten Fachgeschäften der Unterhaltungselektronik im Nordwesten und hat sich durch seine Produktauswahl sowie hohe Beratungskompetenz einen guten Ruf als spezialisierter Fachhandel erworben. Die Kunden schätzen, dass sie bei hifi+hifi dank des besonderen Erlebnis- und Beratungsansatzes neben einem neuen TV- oder Audiosystem auch eine individuelle Aufbau-, Vernetzungs- oder Integrationslösung erhalten. Eine große Auswahl an Produkten namhafter Markenhersteller findet man auf über 400 qm Ausstellungsfläche. In 3 Hörstudios werden vorführbereit Lautsprecher von 200.- € bis 20.000.- € angeboten, und selbst die analoge Plattenspielerwelt umfasst mehr als 20 Modelle. Die digitalen Bausteine reichen von einfachen Internetradios, DA-Wandlern bis zum Audio/Video-Streaming und Speicherung.

Denn media@home hifi+hifi steht für den klaren Anspruch, dem Kunden die beste individuelle Lösung im Bereich des vernetzten Home Entertainments zu liefern. Dabei konzentriert sich die Firma nicht mehr ausschließlich auf den Abverkauf hochwertiger Audio- und Video-Komponenten, sondern auf sein breit gefächertes Serviceangebot. „Als Technikeinrichter senden wir ein eindeutiges Signal an den Wettbewerb und grenzen uns mit unserem Fokus auf individuelle Leistungen und Lösungen klar vom reinen Geräteabverkauf ab. Selbstverständlich gehören UE-Komponenten nach wie vor zu unserem Kerngeschäft. Aber unseren Schwerpunkt haben wir in den vergangenen Jahren sukzessive um das individuelle Projektgeschäft sowie die vernetzte Medien- und Wohnraumintegration erweitert."

Hartmut Christophers | Wolfgang Ahlers | Michael Lüken | Frank Hofrichter | Bernd Augustin

Natürlich sind klassische Serviceleistungen wie Liefern, Installieren, Konfigurieren oder Reparieren hier eine Selbstverständlichkeit. Der Unterschied liegt in der Gesamtkompetenz. Jeder hifi+hifi Mitarbeiter verfügt neben seiner Kernkompetenz Audio/TV/Netzwerk und Service über echtes Planungs-, Umsetzungs- und Steuerungs-Know-how bei der technischen, ästhetischen und baulichen Integration vernetzter Unterhaltungselektronik in das heimische Ambiente. Hier arbeitet der Fachhändler eng mit Architekten und anderen Gewerken zusammen. *(Text & Foto: hifi+hifi)*

hifi+hifi GmbH | Haseler Weg 2 | 26125 Oldenburg
0441 390 00 60 | info@hifi-hifi.de | www.hifi-hifi.de
Öffnungszeiten: Mo–Fr 10:00 – 19:00 Uhr | Sa 10:00 – 14:00 Uhr
24 Stunden Shopping: www.hifi-hifi.de
oder bei ebay unter audioworld02

SONORO LOUNGE

statt 580,- für 444,-

Kompaktes Klangwunder:
- 2-Wege All-in-One Musiksystem mit 4" Subwoofer
- Digitalradio DAB+ und FM-Tuner
- CD-Wiedergabe
- Bluetooth®, zusätzlicher USB-Port mit Ladefunktion
- vorinstallierte Entspannungs-Features wie Naturklänge und Entspannungsmusik
- duale Weckfunktionen
- einfache Bedienung direkt am Gerät oder per Fernbedienung
- handgeschliffenes Holzgehäuse in edler Klavierlackierung
- entwickelt und designt in Deutschland
- lieferbar in Klavierlack weiß oder schwarz

media@home hifi+hifi

hifi & hifi GmbH
Haseler Weg 2 | 26125 Oldenburg
Tel. 0441 3900060 | Fax 0441 3900062
info@hifi-hifi.de | www.hifi-hifi.de | www.mediaathome.de/hifi-hifi
Öffnungszeiten: Mo - Fr 10.00 – 19.00 Uhr | Sa 10.00 – 14.00 Uhr

Wilfried Menke

Meine Leistungen:
- umfangreiche Diagnostik
- energetisches Coaching
- kinesiologische Tests
- unternehmensenergetische Beratung
- Klärung von persönlichen Blockaden
- Gelände- und Gebäudechecks (Radiästhesie)
- Radionik Quantec®-System

Anwendungsmöglichkeiten
Objektive Analyse für Stör- und Problemfelder bei:
- Unternehmensentwicklung
- Teambuilding
- Existenzgründung
- Unternehmensfusion
- Personalentwicklung
- Gewinnoptimierung
- Projektbegleitung
- Unternehmensnachfolge
- Krisenmanagement
- Produktentwicklung
- Bau- und Immobilienprojekte

Jürnweg 4b | 26215 Wiefelstede/Metjendorf
Tel. 0441 9620450 | E-Mail: info@i-f-u.de
www.unternehmensenergetik.de

Rubens
SECONDHANDSHOP.DE

Seit 1 Jahr in Oldenburg!
Ich bedanke mich bei meinen Kundinnen für die Treue – auch in schweren Zeiten – und wünsche frohe Weihnachten.

Bei Rubens finden Sie Markenmode zu unschlagbaren Preisen!

Second-Hand ist nachhaltig und voll im Trend!

Rubens Secondhandshop
Scheideweg 163 · 26127 Oldenburg
www.rubens-secondhandshop.de · Tel: 0441 - 93 33 96 01

Neue Öffnungszeiten:
Di – Fr: 10:00 – 12:30 Uhr + 14:30 – 18:00 Uhr
jeden 1. Samstag im Monat von 10:00 – 14:00 Uhr

Ofenerdieker SPEZIALISTEN

BERUFSFÖRDERUNGSWERK - EINE WIN-WIN-SITUATION FÜR ARBEITGEBER UND TEILNEHMENDE

DAS BERUFSFÖRDERUNGSWERK FRIEDEHORST GGMBH UNTERSTÜTZT MENSCHEN DABEI, ZURÜCK INS ARBEITSLEBEN ZU FINDEN

Das Berufsleben steckt voller Möglichkeiten, aber auch ebenso vielen Herausforderungen. Oft wird aber daraus auch eine Überforderung – und somit zu einer riesengroßen Belastung. **Burn-out und psychische Erkrankungen** können die Folge sein.

Auch Oldenburger wie Axel Berger oder Jana Sander kennen diese Situation. Axel Berger, Inhaber der Agentur Mangoblau und Oldenburg-Krimiautor, hat u.a. darüber ein Buch geschrieben: „Die brennenden Hamster". Jana Sander, die nach Ausbildung, Studium und Tätigkeit im elterlichen Betrieb ebenfalls viele Facetten der Arbeitswelt kennengelernt hat, wird derzeit vom Berufsförderungswerk Friedehorst dabei unterstützt, behutsam wieder in den Arbeitsalltag zurückzukehren – und möglicherweise auch neue berufliche Perspektiven zu entdecken.

Das Berufsförderungswerk Friedehorst bietet verschiedene Maßnahmen für Menschen nach einer psychischen Erkrankung an, um diese wieder auf den ersten Arbeitsmarkt zu integrieren. Es handelt sich hierbei um Maßnahmen zur Teilhabe am Arbeitsleben.

In der Regel sind die Teilnehmer keine Berufsanfänger, sondern sie haben alle bereits ihre Berufserfahrungen gemacht.

In einer dieser Maßnahmen, dem Beruflichen Training, beinhaltet das Training eine Belastungserprobung auf dem realistischen Arbeitsmarkt. Diese wird in Form von Praktika, die 2–4 Wochen dauern können, getestet.

Im Anschluss an das berufliche Training kann sich eine Maßnahme zur Integration auf dem Arbeitsmarkt oder eine berufliche Neuorientierung in Form einer Weiterbildung oder einer Umschulung anschließen. Die Integration findet in Form verschiedener Praktika bei potenziellen Arbeitgebern statt.

Der Erfolg der Maßnahmen spricht für sich: Mittlerweile nehmen derzeit monatlich 80–90 Menschen in unserer Region daran teil. Gerade für das Praktikum zur Belastungserprobung besteht eine langjährige Zusammenarbeit mit verschiedenen Unternehmen der Region. „Für die Teilnehmer ist es die schönste Form, sich seinen Arbeitgeber auszusuchen", beschreibt Jana Sander die Möglichkeit eines Praktikums. „Genauso ist es für den Praktikumsbetrieb eine tolle Möglichkeit - ohne jegliche Personalkosten für den Praktikanten - risikofrei zu testen, ob sich der Praktikant vielleicht als späterer wertvoller Mitarbeiter oder als Mitarbeiterin bewähren kann."

„Wir suchen nach wie vor Unternehmen, die bereit sind, mit uns zusammenzuarbeiten und Menschen zu helfen, im Rahmen eines Praktikums ihre Belastbarkeit zu erproben, um so ihre Zukunft auf dem ersten Arbeitsmarkt vorzubereiten" so Frau Hermes und Frau Budden vom Berufsförderungswerk Oldenburg.

Gerne sind Frau Birgit Hermes (birgit.hermes.bfw@friedehorst.de) und Frau Solveig Budden (solveig.budden.bfw@friedehorst.de) bei Rückfragen behilflich.

(Text: Berufsförderungswerk)

ENERGETISCHE HAUSSANIERUNG -

Förderprogramme der Stadt Oldenburg nutzen

Probleme erkennen, Schwachstellen aufdecken und Verbesserungspotenziale aufzeigen: Der Energie- und Heizungs-Check des Fachdienstes Umweltmanagement der Stadt Oldenburg macht es möglich – unabhängig und vor allem kostengünstig. Der Energie-Check dauert rund anderthalb Stunden.

Ein unabhängiger Energieexperte nimmt dabei das Gebäude vom Keller bis zum Dach genau unter die Lupe und schaut sich insbesondere Gebäudehülle und Heizung an. Wo kann gespart werden? Wie lässt sich die Energieeffizienz steigern? Und wie sehen Fördermöglichkeiten bei eventuellen Sanierungen aus? Der Experte gibt dem Eigentümer zu allen Themen wertvolle Hinweise.

Am Ende erhält der Eigentümer ein aufschlussreiches Protokoll über die Beratung. Nur 75 Euro sind selbst zu bezahlen; die zweite Hälfte der Gesamtkosten gibt es per Zuschuss durch die Stadt. Der Energie-Check lässt sich übrigens auch erweitern durch eine Thermographie, einen Feuchtigkeits- und einen Strom-Check.

Ein ergänzendes Förderangebot ist der Heizungs-Check. Zu Beginn der Heizperiode empfiehlt sich eine eingehende Überprüfung der Heizungsanlage. Dabei geht es nicht nur um Beratung zu einem möglichen Austausch des ganzen Systems, sondern auch und gerade um die perfekte Einstellung.

Nicht selten sind Heizungsanlagen noch auf die Werkseinstellungen justiert – und damit bei weitem nicht auf die tatsächlichen Anforderungen. Rund 70 Prozent aller Heizungen arbeiten ineffektiv.

Der unabhängige Experte nimmt vor Ort die Anlage in Augenschein und berät die Eigentümer umfassend. Und auch bei diesem Check können Teilnehmer sparen: Statt der eigentlichen 150 Euro müssen die Eigentümer nur 40 Euro selbst bezahlen. Bei späteren Sanierungsmaßnahmen stehen Fördermittel der Stadt Oldenburg über das Altbausanierungsprogramm zur Verfügung.

Alle Informationen zu den Checks gibt es beim Fachdienst Umweltmanagement der Stadt Oldenburg telefonisch unter 0441 23 53 893 oder per E-Mail energie@stadt-oldenburg.de oder auf www.oldenburg.de/energie.

(Text: Stadt Oldenburg)

Glas WICHMANN
• Reparaturverglasungen
• Bleiverglasungen
• Spiegel nach Maß • Ganzglastüren
• Wärmeschutzglas • Glasdächer
• Umrüstung alter Fenster
Glasermeister Niels Wichmann
Elsflether Str. 176 · 26125 Oldenburg
Tel. 0441/882774 · Fax 960252
www.glas-wichmann.de

53°8'N 8°13'O | WWW.OLDENBURG.DE

Oldenburger Energie-Check

Förderprogramm Gebäudeenergieberatung vor Ort

Umweltmanagement STADT OLDENBURG

ENERGIEBERATUNG BEQUEM VON ZUHAUS

Nutzen Sie die Gelegenheit, Ihre Energiefragen kostenlos online oder per Telefon zu klären.

Beratung unter 0800 – 809 802 400 oder www.verbraucherzentrale-energieberatung.de

verbraucherzentrale Energieberatung

verbraucherzentrale Niedersachsen

Gefördert durch das BMWi.

AEK Ammerländer EnergiesparKontor GmbH

Ihr Spezialist für Einblasdämmung

An den Kolonaten 43 · 26160 Petersfehn
Tel. 0 44 86 / 9 17 11-0 Fax 0 44 86 / 9 17 11-29
info@aek-energiespar.de · www.aek-energiespar.de

KFZ-Meisterbetrieb Rieger GmbH

LICHTTEST UND BREMSEN-CHECK KOSTENLOS

Reifenservice ..... 20,00 €
Einlagerung demontierter Räder... 17,00 €
Achsenvermessung inkl. Einstellung .... 62,00 €
Jahresinspektion ..... 75,00 €
zzgl. Materialkosten für z.B.
Scheibenwischblätter oder Filter

Während Ihrer Wartezeit bieten wir Ihnen in unserer Cafeteria Lavazza Kaffee an.

UNSERE LEISTUNGEN:

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

... und vieles mehr!

Karl-Fischer Str. 8 · 26215 Metjendorf
Tel: 0441/84929 · Fax: 0441/883285
www.meisterbetrieb-rieger.de
Mo-Fr von 8-18 Uhr, Sa 9-14 Uhr
GTÜ täglich

SCHULLANDHEIMSTIFTUNG RÖWEKAMP-HEILIGENGEISTTOR: MITGLIEDERVERSAMMLUNG IM OKTOBER

UWE MOKROS ALS 1. VORSITZENDER WIEDERGEWÄHLT

Uwe Mokros & Harald Behrens

Am 5. Oktober hatte der alte Vorstand der Schullandheimstiftung Röwekamp-Heiligengeisttor für das Schullandheim Bissel zur ordentlichen Mitgliederversammlung in die Heiligengeisttor Schule eingeladen. Nach 2 Jahren Amtszeit wurde der Stiftungsvorstand neu gewählt. Als 1. Vorsitzender legte Uwe Mokros auf der Wahlveranstaltung Rechenschaft über den vergangenen Wahlberichtszeitraum ab. Er dankte dem scheidenden Schatzmeister Harald Behrens ganz ausdrücklich für die geleistete Arbeit, übergab ein Präsent und wünschte ihm für seinen weiteren persönlichen Weg alles Gute.

Anschließend erfolgte die Wiederwahl von Uwe Mokros zum 1. Vorsitzenden und von Anke Nölscher zur Stellvertreterin. Zum neuen Schatzmeister wurde Marc Falkenstein gewählt.

Als neues Vorstandsmitglied wurde Patrick Kramer begrüßt. Mit ihm werden wir ein bereicherndes Mitglied im Vorstand haben.

(Text & Foto: Schullandheimstiftung Röwekamp-Heiligengeisttor)

STORIES, BILDER & MEHR: STADT-BIBLIOTHEK OLDENBURG AUF INSTAGRAM

NACH ERFOLGREICHEM START MIT FACEBOOK WIRD DER SOCIAL MEDIA AUFTRITT ERWEITERT

Die Stadtbibliothek Oldenburg ist ab sofort auch auf Instagram zu finden. Auf instagram.com/StadtbibliothekOldenburg werden Impressionen aus dem Alltag und Blicke hinter die Kulissen gewährt, Veranstaltungen angekündigt, Medientipps gegeben und Aktionstage gefeiert. Wer auf dem Laufenden bleiben möchte, was rund um die Stadtbibliothek im PFL, die Kinderbibliothek am PFL und die Stadtteilbibliotheken Eversten, Flötenteich, Kreyenbrück und Ofenerdiek passiert, hat mit dem Auftritt auf Instagram jetzt neben Facebook eine weitere Anlaufstelle.

Auch auf Instagram wird die Möglichkeit bestehen, über Direktnachrichten montags bis freitags von 11 bis 16 Uhr allgemeine Fragen, beispielsweise zum Medienbestand, den Öffnungszeiten oder Veranstaltungen zu stellen.

Weitere Informationen sind zu finden unter stadtbibliothek-oldenburg.de. *(Text & Foto: Stadt Oldenburg)*

Kind & Kegel

DEUTSCHER KINDERSCHUTZBUND (DKSB) e.V.
die lobby für kinder
Deutscher Kinderschutzbund Ortsverband Oldenburg e.V.

KINDERSCHUTZBUND OLDENBURG

FREIRAUM, HALT UND ENTFALTUNGSRAUM FÜR KINDER

Im Gruppenspielraum gibt es viel Raum für Spiel und Bewegung – kein Tisch steht im Weg, dafür ein riesiger Stoffhase, der eine Ecke des Raumes bis unter die Decke füllt. „Hasi“ (gestiftet von der Firma Lichtpunkt) lädt die Kinder zum Klettern und Erkunden, aber auch zum Innehalten und Kuscheln ein. Die Kinder bringen ihre Hausschuhe mit; jedes hat hier sein eigenes Fach. Sie sollen sich in diesem geschützten Raum und Ort wohlfühlen.

Mit dem zweiten Standort in der Donnerschweer Straße 171b hat der Kinderschutzbund Oldenburg sich räumlich erweitern können. Der Verein, der seit 1975 in Oldenburg existiert, war zuletzt 2006 in die Lindenstraße gezogen, wo er nach wie vor ansässig ist. Die Kleinkindbetreuung zwischen 1 und 3 Jahren „Kleine Elefanten“ findet man weiterhin hier. In der Donnerschweer Straße befinden sich ab jetzt die Verwaltung sowie die Beratungs- und Kursangebote.

Mit dem Umzug schafft der Kinderschutzbund neue Möglichkeiten, um weitere Kurse und Hilfen anzubieten und somit nach seinem Grundsatz und Ziel, die Kinderrechte und deren Einhaltung zu stärken, zu handeln. Kinder und ihre Eltern, die Beratung und Hilfe suchen, sollen die Möglichkeit haben, Probleme zu besprechen, Lasten loszuwerden und somit ein Stück leichter wieder nach Hause gehen zu können. Es gibt u.a. besondere Aktivitäten für Kinder wie z.B. das gemeinsame Malen im Atelier „Zwischenraum“. Gruppenangebote sind u.a. die T.u.Sch Gruppe (Unterstützung für Kinder aus Trennungs-und Scheidungsfamilien), der „Starke Eltern, starke Kinder“-Kurs, der sich dem Umgang mit häuslichen Situationen widmet, oder auch der „Starke Großeltern, starke Kinder“-Kurs, da Großeltern durch die Berufstätigkeit der Eltern immer stärker eingespannt werden. Alle Parteien, Eltern, Kinder und Großeltern, sollen merken, dass sie nicht alleine sind.

Monika Kreye, Geschäftsführung

Termine für eine Beratung gibt es immer recht schnell und zeitnah. Um dies gewährleisten und allgemein die Beratungsangebote ermöglichen zu können, ist der Kinderschutzbund auf Spenden angewiesen. Die Beratungen und Kurse finden derzeit unter Corona-konformen Bedingungen statt, d.h. mit Abstands- und Hygienekonzept.

In nächster Zeit ist die Einrichtung einer Krabbelgruppe geplant. Interessierte Eltern können sich bei Bedarf gerne melden. Auch allgemein sind Anregungen und Wünsche, welche die Familien an Bedarfen haben, jederzeit willkommen. Schreiben Sie dem Kinderschutzbund einen Leserbrief mit Ihren Wünschen.

Kinderschutzbund Oldenburg
Donnerschweer Str. 171b · 26123 Oldenburg · Tel.: 0441 - 8 45 90
Fax: 0441 - 36 14 66 31 · info@kinderschutzbund-oldenburg.de
www.kinderschutzbund-oldenburg.de
Bürozeiten: Di. und Do.: 9:00 – 12:00 Uhr

(Quelle: Kinderschutzbund Oldenburg e.V., Text: repo, Fotos: Svenja Krause)

Kinderschutzbund Oldenburg e.V.

Seit September mit zwei Standorten:
Donnerschweer Straße 171b · 26123 Oldenburg
Lindenstraße 39 · 26123 Oldenburg
Wir freuen uns, Sie in unseren neuen Räumen begrüßen zu dürfen!

www.kinderschutzbund-oldenburg.de
info@kinderschutzbund-oldenburg.de · 0441 84590

Weihnachtsfeier im Lopshof

LOPSHOF
RESTAURANT
Katja Radvan

Heideweg 20
27801 Dötlingen

Telefon 04433 96 99 882
Mobil 0173 234 87 48

info@restaurant-lopshof.de
www.restaurant-lopshof.de

RESERVIEREN SIE JETZT IHRE EINZIGARTIGE WEIHNACHTSFEIER MIT KULINARISCHEN HIGHLIGHTS!

Selbstverständlich coronakonform | Gruppen bis 30 Pers.

OYJO!
NEWS VON HIER

NACHRICHTEN AUS DER REGION

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

GUTSCHEINE · VERLOSUNGEN · AKTIONEN
UND VIELES MEHR ...

JETZT ONLINE LESEN!

WWW.OYJO.COM

BÜRGERVEREIN OFENERDIEK E.V.

VEREINSLEBEN

Kontaktlose Zahlung von Mitgliedsbeiträgen SEPA-Einzugserklärung und Corona

In den vergangenen Jahren wurde der Mitgliedsbeitrag persönlich durch die Betreuer*innen des bvo kassiert. Obwohl es nun die Möglichkeit gibt, den Beitrag mittels SEPA-Einzugserklärung einzuzahlen, gelangten Hinweise an den Bürgerverein, dass eine direkte Kontaktaufnahme zu den Mitgliedern während der Coronazeit nicht ratsam sei. Diese Tatsache veranlasst uns nun, nochmals auf die kontaktlose Zahlungsmöglichkeit aufmerksam zu machen und um möglichst vollständige Rückmeldungen auf das hierzu verschickte Schreiben zu bitten. Genau die Fürsorge unseren Betreuer*innen und Mitgliedern gegenüber hat uns aktuell dazu bewogen, einen möglichst hohen Anteil der Beiträge per SEPA kassieren zu wollen. Die Beitragszahlung kann über den ausliegenden Flyer des bvo oder über den Mitgliedsantrag der Website www.buergerverein-ofenerdiek.de auf das SEPA-Lastschriftverfahren umgestellt werden. Das ausgefüllte Formular kann an Peter Weigelt, Westerdiek 1b, 26125 Oldenburg geschickt werden. Alternativ sind auch Dauerauftrag oder Überweisung möglich. Die Kontodaten des bvo können bei Peter Weigelt telefonisch unter 9608919 erfragt werden. *(Text: bvo)*

Unsere Leeuwarden-Fahrt

Bei leicht bewölktem Wetter startete unser Bus mit 25 Personen am Samstag, den 12. September 2020, zu unserer Fahrt nach Leeuwarden, um mit dem schmucken und altem Salonboot "Gaasterland" eine Schifffahrt auf den Kanälen um Leeuwarden und der Dokkumer Ey zu unternehmen. Aus Coronagründen waren nur 30 Personen an Bord zugelassen, es gab also reichlich Platz für uns. Wunderschöne Segelboote – auch größere – und viele Sportboote passierten uns und vermittelten ein reges Treiben auf dem Wasser. Ein Erlebnis war auch die Passage mehrerer Brücken, die für uns geöffnet wurden. Empfangen wurden wir an Bord mit Kaffee und Tee und einer niederländischen Spezialität, dem Oranjekuchen. Zur Mittagszeit wurden wir mit einer leckeren Tomatensuppe und einem Lunch-Büffet verwöhnt. Bei der 4-stündigen Schifffahrt, der wunderschönen grünen Natur und mit Blick auf die pittoresken Wohnhäuser am Ufer waren wir voll entschleunigt und konnten die Gerüche und die Brise genießen. Ein Höhepunkt war die Regatta der Standup-Paddler, die schneller fuhren als unser Schiff. Es gab ständig etwas Neues zu sehen. Nach Abschluss der Schifffahrt gab es noch einen kleinen Stadtrundgang in Leeuwarden. Es war ein rundum gelungener Tag, der uns viele neue Eindrücke gewinnen ließ.

(Text: Rolf Wempe)

Die Festschrift zum 100jährigen Bestehen des bvo

Das Jahr 2020 ist für den Bürgerverein Ofenerdiek ein besonderes Jubiläumsjahr, denn vor 100 Jahren, am 17. November 1920, wurde der Verein unter dem Namen Siedlervereinigung Ofenerdiek gegründet. Mit einem großen Festakt sollte das auch in der Mensa der Oberschule gefeiert werden. Doch wie so vieles: durch die Corona-Pandemie kam alles anders. Die Feier musste bekanntlich auf den 13. November 2021 verschoben werden. Einen „Trost" soll es aber für die Mitglieder des Bürgervereins geben: ein dreiköpfiges Autorenteam hat eine Festschrift erstellt, die rechtzeitig zum Vereinsjubiläum an alle Mitglieder verteilt wird. Diese Festschrift hat analog zur Jahresfeier einen Umfang von genau 100 Seiten und bietet, zusätzlich bebildert mit über 50 zum Teil historischen, aber auch aktuellen Aufnahmen, einen umfangreichen Blick in die wechselvolle Vereinsgeschichte. Es wird von den Anfängen der Siedlung Ofenerdiek, der Gründung der Siedlervereinigung mit den verschiedenen Umbenennungen bis zum heutigen Bürgerverein Ofenerdiek als Interessenvertretung aller Bürger/innen in unserem schönen Stadtteil mit seinen aktuellen Zielen und Aufgaben berichtet. Die Texte sind von Fred Vosteen, Klaus-Dieter Habedank und Gerriet Schwarting. Darüber hinaus hat Klaus-Dieter Habedank die Gesamtredaktion übernommen. Zudem stammt der Umschlagentwurf von ihm. Die Verteilung erfolgt durch die Mitgliederbetreuer und weitere Helfer.

(Text & Foto: Klaus-Dieter Habedank, bvo)

Hilfe & Appell in der Corona-Pandemie

Die zweite Corona-Welle hat uns erreicht – und auch Oldenburg zählt inzwischen zu den gefährdeten Risikogebieten. Bereits beim ersten Lockdown bot der bvo schnell und spontan Hilfe an. Diese Hilfe wollen wir nun fortsetzen. Gemäß unserem Motto „Alle mit- und füreinander" werden wir auch diese schlimme Zeit überstehen. Wer also Hilfe benötigt, rufe die Nummer 0441/3049157 (AB) an oder melde sich unter der E-Mail-Adresse hilfe@buergerverein-ofenerdiek.de. Bitte nennen Sie dabei Ihren Namen, die Anschrift sowie Ihr Anliegen, wir melden uns! Sprechen Sie bitte Bekannte und Nachbarn an, um auch die Menschen zu erreichen, die kein Internet haben, zur Risikogruppe gehören und Hilfe benötigen. Wir sind aber auch alle aufgefordert, unsere sozialen Kontakte beizubehalten und sogar zu erweitern. Wir möchten Sie daher bitten, zu schauen, wie es Ihren Nachbarn geht, Gespräche per Telefon oder Zuruf zu führen, um den Kontakt wenigstens per Distanz aufrechtzuerhalten. Persönliche Distanz bedeutet nicht zwangsläufig soziale Distanz! Wir sind trotz der Einschränkungen nicht allein: Gemeinsam kommen wir durch diese Krise! *(Text: bvo)*

bvo
Bürgerverein
Ofenerdiek e.V.

Auf großer Fahrt

REISETAGEBUCH VON HERMANN UND INGEMARIE DIERCKS

21. Technik, die begeistert! Leitungen ohne Ende, aber kein Google

In den fast 8 Wochen in China sind wir viel herumgekommen, und als Handwerker/Techniker hatte ich schon immer ein Auge auf technische Dinge. Auffallend waren u.a. die vielen Leitungen (Telefon?). Vor Jahrzehnten wurden auch bei uns die Strom- und Telefonleitungen zu den Häusern oberirdisch verlegt. Die Anfälligkeit z.B. bei Stürmen führte dazu, dass heute alles unterirdisch zu uns Verbrauchern gelangt. Im Reich der Mitte ist das vielerorts noch ganz anders,

auch Gasleitungen (gelb) sind an den Wänden der Häuser zu erkennen, ebenso überall die Klimageräte. Oder wir sehen Stromverteiler, unverschlossen, dazu noch mit offenen Klemmen – bei uns unvorstellbar! Auf der anderen Seite Technik auf höchstem Niveau, z.B. kleine Geschirrspüler direkt in der Küchenspüle als 2. Spülbecken eingebaut und von oben zu bedienen. Oder das Bezahlen, selbst an kleinen Marktständen wird mit Smartphone bezahlt. Zeitungen oder Bücher werden in der U-Bahn nur ganz selten gelesen, dafür sind alle mit ihrem Mobiltelefon beschäftigt, oft mit zweien gleichzeitig. Auch das Internet ist fast überall verbreitet, aber im totalitären Staat eben nicht alles verfügbar.

Viele bei uns übliche Programme sind in China blockiert, dafür gibt es dann z.B. andere Navigationsprogramme – und der Staat ist immer dabei. Auch der Google Übersetzer funktioniert nicht, und Englisch spricht selbst in internationalen Hotels kaum jemand. Deshalb läuft die Verständigung oft mit einem „Bilder-Wörterbuch", denn selbst die jungen Menschen können nicht mal „yes" oder „no" antworten. Wir hatten unsere verschiedenen Tages-Reiseleiter gefragt, ob es in der Schule Englischunterricht gibt – ja, sogar als Pflichtfach! Mein Schwager Jochen versteht nicht recht, warum fast alle kein Englisch sprechen können, aber warum sollen die Chinesen diese Sprache auch lernen, die meistgesprochene „Muttersprache" auf der Welt ist Mandarin-Chinesisch (lt. Wikipedia 918 Millionen Menschen). Im nächsten Bericht geht es um einen Tagesausflug nach Hangzhou. *(Text + Foto: Hermann und Ingemarie Diercks)*

EHRENAMTLICHE UNTERSTÜTZUNG FÜR ÄLTERE MENSCHEN IN CORONA-ZEITEN

Fachstelle Bürgerschaftliches Engagement vermittelt weiterhin Hilfsangebote

Die Stadtverwaltung weist auf ehrenamtliche Hilfsangebote für ältere Personen und Menschen mit Vorerkrankungen, die als besonders gefährdet gelten, hin. Mit der Initiative „Engagier Dich jetzt!" unterstützt und begleitet die Fachstelle Bürgerschaftliches Engagement auch aktuell Menschen, die sich ehrenamtlich in der Corona-Krise engagieren möchten und die in ihren Einrichtungen und Institutionen ehrenamtliche Unterstützung brauchen. Zudem vermittelt sie Angebote an diejenigen, die ehrenamtliche Hilfe, zum Beispiel beim Einkauf oder bei Erledigungen, benötigen. Die Fachstelle Bürgerschaftliches Engagement ist per E-Mail an ehrensache@stadt-oldenburg.de und telefonisch unter der Nummer 0441 235-3691 zu erreichen. www.oldenburg.de/buergerschaftliches-engagement Direkte Informationen zu Hilfsangeboten für ältere Bürgerinnen und Bürger bietet der Senioren- und Pflegestützpunkt der Stadt Oldenburg. Kontaktmöglichkeiten bestehen telefonisch unter 0441 235-3880 sowie -3780 oder per E-Mail an seniorenstuetzpunkt@stadt-oldenburg.de und pflegestuetzpunkt@stadt-oldenburg.de. Zudem informiert die Stadt Oldenburg online unter www.oldenburg.de/corona-hilfsangebote über ständig aktualisierte Hilfsangebote für Bürgerinnen und Bürger.

(Text: Stadt Oldenburg, Foto: freepik)

Lohnsteuerberatungsring
Lohnsteuerhilfeverein e.V.

LBR

Ihr persönlicher Berater
Heiko Brandhorst

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

Experten-Tipps

Steuertipp von Heiko Brandhorst

ALTERSENTLASTUNGSBETRAG

Angst vor dem Alter? Nicht im Steuerrecht! Denn hier wartet ein besonderer Vorteil auf Sie: der Altersentlastungsbetrag. Nicht selten verdienen sich Menschen auch nach dem 64. Lebensjahr noch etwas Geld zur Rente dazu. Ob Nebenjob, Vermietung von Immobilien, Kapitalerträge oder eine selbstständige Tätigkeit – all das führt zu steuerpflichtigen Einkünften.

Ab dem 64. Lebensjahr wird für Sie der Altersentlastungsbetrag festgesetzt, ein Freibetrag, bis zu dem Ihre Einkünfte steuerfrei bleiben. Dieser Freibetrag wird von Ihrem Gesamtbetrag der Einkünfte abgezogen, sodass nur noch auf den reduzierten Teil Steuern erhoben werden. Leibrenten und sonstige Versorgungsbezüge sind von diesem Freibetrag ausgenommen. Voll besteuerte Renten wie Riester- oder Betriebsrenten fließen jedoch in die Berechnung des Freibetrags ein. Sobald Sie Anspruch auf den Freibetrag haben, berücksichtigt das Finanzamt den Altersentlastungsbetrag automatisch. Die Höhe richtet sich nach dem Kalenderjahr, nachdem Sie das 64. Lebensjahr vollendet haben, und der Höhe Ihrer begünstigten Einkünfte. Auch hier gibt es einen Höchstbetrag.

Sie erhalten den Altersentlastungsbetrag nicht ab dem Tag, an dem Sie Ihren 64. Geburtstag feiern, sondern erst im darauffolgenden Kalenderjahr. Wichtig dabei ist, dass tatsächlich nicht Ihr Geburtstag zählt, sondern der Tag davor – also der letzte Tag Ihres 64. Lebensjahres. Die Berücksichtigung kann wichtig werden, wenn Sie am 01.01. eines Jahres 64 Jahre alt werden. Werden Sie zum Beispiel am 01.01.2021 64 Jahre alt, dann ist der letzte Tag Ihres 64. Lebensjahres der 31.12.2020. Das darauffolgende Jahr ist 2021. Werden Sie hingegen am 02.01.2021 64 Jahre alt, ist der letzte Tag am 01.01.2021, das darauffolgende Kalenderjahr folglich 2022. Der Altersentlastungsbetrag ist personengebunden und nicht übertragbar. Auch wenn Sie mit Ihrem Ehepartner zusammenveranlagt werden, wird er für jeden Partner gesondert ermittelt. Eine automatische Berücksichtigung des doppelten Entlastungsbetrags, wie etwa bei der Sonderausgabenpauschale, gibt es nicht. Der Entlastungsbetrag wird stufenweise abgebaut – und zwar jährlich um 1,6 % (2005-2019) bzw. 0,8 % (2020-2040). Für die Jahrgänge ab 1975, die ab 2040 Anspruch auf den Altersentlastungsbetrag hätten, entfällt er dann vollständig.

(Text: Heiko Brandhorst, Foto: Lichtblick Fotostudio)

Kniggetipp von Ralf Beyer

WEIHNACHTSFEIERN TROTZ CORONA?

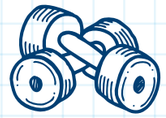
Eigentlich kommt jetzt die Zeit der Weihnachtsfeiern mit der Firma oder dem Verein und die Zeit der Adventsbesuche bei der Familie. Darf das dieses Jahr auch so sein? Ich würde grundsätzlich „JA" sagen. Grundsätzlich bedeutet immer irgendwie eine Einschränkung, und die gibt es hier natürlich auch. Die Feiern dürften stattfinden, sofern sie nach den gültigen Corona-Regeln abgehalten werden. Das bedeutet nur eine bestimmte Gesamtpersonenzahl und auch nur eine bestimmte Anzahl an Personen an einem Tisch, und und und ... diese Regeln sollte man aber auch beachten, wenn man diese Feier in der Firma stattfinden lässt. Der Verzehr von Alkohol sorgt leider auch immer häufiger dafür, dass die Hemmungen fallen. Man fällt sich um den Hals, es wird Brüderschaft getrunken etc. Genau diese Zeremonien gilt es aktuell zu vermeiden, damit es zu keiner weiteren Eskalation kommt. Vielleicht ist auch gut daran getan, wenn man einfach Anfang des Jahres eine „Jahresauftaktveranstaltung" macht – als Motivation für das neue Jahr.

Ich weiß ganz einfach nicht, ob es in der aktuellen Zeit auch den Sinn einer Weihnachtsfeier erfüllt, wenn vielleicht auch nur ein geringer Teil der Mitarbeiter kommen würde.

In diesem Sinne ... Bleiben Sie positiv gestimmt und negativ getestet.

Ich wünsche Ihnen Gesundheit und Zuversicht. Sie erreichen mich unter **knigge@mangoblau.de**.

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



Gesundheits-Tipp von Petra Eberlei

AUCH IN DER ZWEITEN LEBENSHÄLFTE JUNG BLEIBEN

Wussten Sie eigentlich, dass das Altern zu 75 Prozent am Lebensstil und nur 25 Prozent an den Genen liegt? Ein wichtiger Punkt ist, dass man sich ausreichend bewegt und gezielt trainiert. Aber warum ist das so entscheidend, um jung und gesund zu bleiben?

Unser Feind: Altersbedingter Muskelabbau

Sarkopenie – der medizinische Fachbegriff für Muskelabbau – ist für die Muskulatur das, was Osteoporose für die Knochen bedeutet. Damit sind einige gesundheitliche Risiken verbunden: insbesondere Diabetes Typ 2 und Herz-Kreislauf-Probleme werden häufiger.

Die Lösung: Qualifiziert betreutes Training

Kraft- und Ausdauertraining gilt als der perfekte Schutz vor diesen und anderen Zivilisationskrankheiten. Wer schon vor dem 50. Lebensjahr regelmäßig trainiert, ist im Vorteil gegenüber Gleichaltrigen, die jahrelang Muskeln und Herz vernachlässigt haben.

Ab dem 30. Lebensjahr wird es Zeit

Denn dann beginnt schon langsam und unbemerkt der Abbauprozess. Das Muskel-Fett-Verhältnis ändert sich zu Ihren Ungunsten, der Wasseranteil im Körper sinkt, und die Fettdepots nehmen zu. Jetzt ist der perfekte Zeitpunkt, die Muskelzellen durch Training zu „reizen". Das ist die Voraussetzung, damit diese sich erneuern und Sie Ihre Leistungsfähigkeit zunächst wieder steigern und dann erhalten. Die gute Nachricht zum Schluss: Muskelzellen können sich bis ins hohe Alter immer wieder erneuern, damit ist es auch für die Menschen in der zweiten Lebenshälfte „nie zu spät ist, anzufangen"!

(Quelle + Foto: Petra Eberlei, Leitung Trainingsbereich im F1 - F1TNESS OLDENBURG)

Lifestyle & Tipps

Geschenke-Tipp von
Udo Sander

GUT VORBEREITET FÜR DAS NEUE JAHR!

Auch dieses Jahr gibt es den Sander+Sohn Jahreskalender für die ganze Familie! Alle wichtigen Daten wie der Muttertag, das HUGO-Straßenfest oder wann man schon anfangen kann, den Wunschzettel für das nächste Weihnachtsfest zu verfassen, sind auf einen Blick erkennbar.

Ebenso können eigene wichtige Termine eingetragen und somit das ganze Jahr perfekt organisiert werden. Vor allem für Schüler ist der Kalender ein Muss! Denn alle Ferientage sind verzeichnet und können bis dahin mit Vorfreude an den übrigen Tagen abgezählt werden. Natürlich dürfen die Sander+Sohn typischen Familienfiguren auf dem Kalender nicht fehlen, die von einem Familienmitglied extra für den Laden und den Kalender entworfen wurden. Holt Euch den Jahresüberblick bei uns ab und seid schon mit den Gedanken in 2021! Wir freuen uns auf Euren Besuch.

(Quelle: Udo Sander, Sander + Sohn, Text: just, Foto: Sophie Hehlert)

FRAU ROHDE KOCHT

BRIE-ECKEN MIT GEBRATENEN TRAUBEN

Zutaten:

- 150 g grüne und rote Trauben (kernlos)
- 40 g Butter
- 100 g Macadamia Kerne
- 100 g Pankomehl
- 300 g Brie
- 20 g Mehl zum Wenden
- 2 Eier
- 1,5 l Erdnussöl zum Ausbacken

Zubereitung:

1. Trauben waschen und halbieren.
2. In der Pfanne die Butter leicht bräunen.
3. Trauben zugeben und in der Butter anbraten.
4. Nüsse fein mahlen, mit Pankomehl mischen.
5. Brie in Stücke bzw. Ecke schneiden.
6. Zum Panieren die Käsestücke in Mehl wenden.
7. Käse durch die verquirlten Eier ziehen und in Nuss Mix wälzen.
8. Die Käseecken erneut durch die Eier und Nuss-Mix wenden.
9. Öl in einem Topf auf 185°C erhitzen.
10. Panierte Stücke im heißen Öl etwa 1 Min. goldgelb ausbacken.
11. Herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.
12. Alles zusammen mit etwas Salat und Feigensenf anrichten!

Mit kulinarischen Grüßen, Ihre Frau Rohde

(Text und Foto: www.frau-rohde-kocht.de)

Ayurveda – der Gesundheitstipp
von Andrea Chapus

DAS DRITTE ELEMENT: FEUER (PITTA)

Nach der ayurvedischen Theorie besteht alles im Universum, jedes Lebewesen und jeder Gegenstand zu unterschiedlichen Anteilen aus den fünf Elementen: Äther, Luft, Feuer, Wasser und Erde. In diesem 2. Teil widmen wir uns dem dritten Element

Feuer (Pitta). Aus der Konsequenz der beiden Elemente von Äther und Luft entwickelt sich daraus „Feuer" (Pitta). Das Feuerelement repräsentiert die Fähigkeit für Wärme und Licht und ist der Energieregenerator im Körper. Jedes Molekül gibt Wärme ab oder nimmt Wärme auf, und daher sind die Hauptprinzipien von Feuer Transformation, also Umwandlung und Metabolismus, Stoffwechsel. Die Kraft des Feuers setzt alle Umwandlungs- und Stoffwechselprozesse des Körpers in Gang. Haupteigenschaften des Elements sind u.a. dynamisch, aktiv, bewegt, ausdehnend, von zerstörerischer Kraft, heiß, strahlend, hell, trocken, leicht, scharfer Verstand, zielgerichtet, aber auch Ärger, Frustration … Süß, bitter und herb/zusammenziehend schmeckende Lebensmittel entlasten und verringern den Einfluss von Feuer (Pitta), während sich scharfe, saure und salzige Geschmacksrichtungen belastend und verstärkend auf das Element reagieren. Im Tagesrhythmus der Elemente herrscht das Feuer von 10 bis 14 Uhr in uns. Dabei hilft es uns, die Nahrung zu verstoffwechseln. Die Mittagszeit ist die wichtigste Mahlzeit.

Möchten Sie mehr wissen, welche Elemente in Ihnen wirken und welche Form von Lebensmitteln Ihnen zuträglich sind? Dann können Sie sich bei Andrea Chapus beraten lassen. Sie ist Ayurveda Beraterin, Ayurveda Köchin, Hauswirtschaftsmeisterin und Yogalehrerin. Sie erreichen Sie unter info@nataraja-yoga.de

(Text: Andrea Chapus, Foto: pixabay)

REDAKTIONS- & ANZEIGENSCHLUSS FÜR DIE DEZEMBER AUSGABE: **2. DEZEMBER 2020**

...wir machen große Sprünge für Sie!

Diek APOTHEKE

Inhaber Detlef Leibner

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

Unsere Angebote gültig bis zum 27.11.2020

GeloMyrtol® forte magensaftresistente Weichkapseln, 20 Stück*

Zur Schleimlösung u. Erleichterung des Abhustens bei akuter und chronischer Bronchitis. Zur Schleimlösung bei Entzündungen der Nasennebenhöhlen (Sinusitis). Zur Anwendung bei Erwachsenen, Jugendlichen und Kindern ab 6 Jahren.

Enthält Sorbitol.

~~10,71~~
7,49
Sie sparen 30 %

China-Oel® mit Inhalator, 25 ml*

Zur Einnahme oder Inhalation bei Erkältungskrankheiten der oberen Atemwege, zur äußerlichen Anwendung bei nervenschmerzähnlichen (neuralgiformen) Beschwerden (z. B. Kopfschmerzen) und bei Muskelschmerzen (Myalgien), zur Einnahme bei krampfartigen Beschwerden der Gallenwege und des Magen-Darm-Bereichs. Bei Beschwerden, die länger als eine Woche andauern oder periodisch wiederkehren, sollte ein Arzt aufgesucht werden. Bitte beachten Sie die Angaben für Kinder und Jugendliche.

Wirkstoff: Pfefferminzöl.

~~9,26~~
7,19
Sie sparen 22%

Zinkorotat-POS® 40 mg, magensaftresistente Tabletten, 100 Stück*

Behandlung von Zinkmangelzuständen, die ernährungsmäßig nicht behoben werden können.

Wirkstoff: Zinkorotat × 2 H_2O, 40 mg (entspricht 6,3 mg Zink).

~~20,57~~
15,39
Sie sparen 25 %

Dorithricin® Halstabletten Classic, 20 Stück*

Zur symptomatischen Behandlung bei Infektionen des Mund- und Rachenraumes mit Halsschmerzen und Schluckbeschwerden.

Enthält Minzöl.

~~8,67~~
6,49
Sie sparen 25 %

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

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