buss

5 Artikel oder mehr kaufen und

15%* sparen!

AUCH AUF UNSERE TOP MARKEN!

auf:

BOUTIQUE ARTIKEL

HEIMTEXTILIEN

LEUCHTEN

TEPPICHE

buss-wohnen.de

*Nur vor Ort. Ausgenommen SALE, Top- & Werbepreis. Nur gültig für Pluskartenkunden und die, die es werden wollen. Nur auf vorrätige Ware. Gültig bis zum 27.07.2026

BABY ONE

SALE!

BABY1ONE®

SALE!

Schnell sein lohnt sich

BIS ZU **-70%***



auf Baby- und Kindermode

BIS ZU **-60%***



auf Spielzeuge

BIS ZU **-50%***



auf Laufgitter

BIS ZU **-40%***



auf Buggys

und viele **weitere Angebote**

Direkt bei buss

Oldeweg 2, 26135 Oldenburg
Kanalstraße II 1a, 26639 Wiesmoor

buss-wohnen.de

* Gültig in allen teilnehmenden Fachmärkten und im Online-Shop. Nur solange der Vorrat reicht. Gilt nicht auf bestehende Aufträge.

www.nordwest-sonntagsblatt.de | Tel. 0441 / 9988-82 99
18.07.2026 | 28. KW | 31. Jahrgang

Nordwest SONNTAGSBLATT

Wesermarsch

Sommer, Sonne, Spiel und Spaß in der Region

VERANSTALTUNGEN Auch in dieser Woche gibt es viele interessante Freizeitangebote für Kinder und Erwachsene

IM NORDWESTEN – Sommerzeit ist Ferienzeit und somit Zeit für schöne Unternehmung mit der Familie oder mit Freunden. Hier sind einige ausgewählte Veranstaltungstipps für diese Woche.



Am Montag, 20. Juli, werden im Watt vor Schillig wieder frische Schollen gebraten - mit frischer Seeluft gewürzt ein ganz besonderer Genuss. BILD: OLIVER BRAUN

WESERMARSCH

Samstag, 18. Juli, 11 Uhr, Stadland: Grüner Markt auf dem Gelände des Kulturzentrums Seefelder Mühle, Hauptstraße 1; Eintritt Erwachsene: 5 Euro, Kinder: 3 Euro

Sonntag, 19. Juli, ganztags, Tossens: Flohmarkt, Friesenstrand Tossens Bühne, Zum Friesenstrand 1

Montag, 20. Juli, 17 Uhr, Butjadingen-Burhave: Puppentheater-Sommer: Das Figurentheater Maatz zeigt den beliebten Kinderbuchklassiker „Der Grüffelo“, Theaterzelt an der Tourist-Information Butjadingen in Burhave, Strandallee 61

Mittwoch, 22. Juli, 19 bis 22 Uhr, Tossens: Beach-Party am Friesenstrand, Am Friesenstrand

FRIESLAND/ WILHELMSHAVEN

Sonntag, 19. Juli, 11 Uhr, Varel: Floh- und Kunsthandwerkermarkt an der Rennweide in Dangst

Montag, 20. Juli, 11 bis 15 Uhr, Schillig: Schollenbraten im Watt, Strandbad Schillig, Schilliger Düne 1

Dienstag, 21. Juli, 18 bis 20 Uhr, Zetel: Dienstagsgrillen im Freibad Zetel, Naturbadepark Zetel, Südenburg 35, der Umwelt zuliebe wird darum gebeten, Teller und Besteck selbst mitzubringen

Mittwoch, 22. Juli, 13 bis 17.30 Uhr, Hooksiel: Geführte Radtour „Nationalpark & Küstenschutz“ durch eine Küstenlandschaft, die von Deichen, Marsch, Sielorten und der Nähe zum Wattenmeer geprägt ist, Treffpunkt: Alter Hafen Hooksiel, Bank in der Mitte des Platzes, Anmeldung unter radkaleu.de

Mittwoch, 22. Juli, 18 Uhr, Wilhelmshaven: Mittwochs am Pumpwerk - Open-Air-Konzert mit der ABBA-Coverband „4 Swedes“, Kulturzentrum Pumpwerk, Banter Deich 1a, Eintritt frei

Donnerstag, 23. Juli, 19 bis 21 Uhr, Wilhelmshaven: „Guardians of the North Atlantic“ - Abendvortrag im Deutschen Marinemuseum mit Dr. Sebastian Bruns über die Entwicklung der NATO vor dem Hintergrund der aktuellen Herausforderungen, Deutsches Marinemuseum, Südstrand 125, Eintritt ist

Donnerstag, 23. Juli, 15 bis 18.30 Uhr, Jever: „So schmeckt Jever“ - ein kulinarischer Stadtrundgang, Treffpunkt: Tourist-Information, Alter Markt 18, Kosten: 35 Euro inklusive der kulinarischen Kostproben verschiedener Gastronomiebetriebe

Freitag, 24. Juli, 19 bis 22 Uhr, Schortens: Schortenser Musiksommer mit „The Red Hot“ und der Musik von „The Red Hot Chilli Peppers“, Live-Musik auf dem Vereinsgelände des Bürgervereins Schortens, Eilksstraße 2, Eintritt frei

Freitag, 24. Juli, ab 14 Uhr bis Sonntag, 26. Juli, Schillig: Friesenfestival mit Livemusik, am Samstag mit Laufevent „Friesencross“, Strandbad Schillig, Schilliger Düne 1

OLDENBURG

Sonntag, 19. Juli, 10 Uhr: Tag der Museen im Kultursommer mit abwechslungsreichem Programm für Jung und Alt im Landesmuseum Kunst & Kultur, Damm 1; Kosten: ab 6 Euro

Sonntag, 19. Juli, 11.15 Uhr: „Kristallmagie – Das faszinierende Farbenspiel dunkler Turmaline“ – Führung im Landesmuseum Natur und Mensch, Damm 38-46

Sonntag, 19. Juli, 15 Uhr: „Mentale Klimaanpassungen und Naturverbindung“, Landesmuseum Natur und Mensch Oldenburg,

Kostenfreie Familienführung im Eversten Holz anlässlich des Tags der Museen im Kultursommer, Treffpunkt: Eingang Marktplatz Eversten, am Wildschwein

Dienstag und Mittwoch, 21. und 22. Juli, 10 Uhr: AHOI_MINT-Tage in den Sommerferien, zwei Tage voller Mitmach-Stände, coolen Experimenten und spannenden MINT-Vorlesungen im Schlauen Haus, Schloßplatz 16

Mittwoch, 22. Juli, 19 Uhr: Summer in the City - Mittwochskonzert auf dem Rathausmarkt mit der „BEATLES REVIVAL BAND“, Eintritt frei

Freitag, 24. Juli, 11 Uhr: „Summ summ summ, Bienchen summ herum...!“, Landesmuseum Natur und Mensch Oldenburg, Workshop über das Leben von Honigbienen für Kinder ab 8 Jahren, Kosten 10 Euro, Anmeldung erforderlich unter 0441 / 40570 300

AMMERLAND

Sonntag, 19. Juli, 10 Uhr, Apen: 5. Hobby- und Handwerkermarkt in Tange am Dörpshus, Tanger Hauptstraße 133

Mittwoch, 22. Juli, 19.30 Uhr, Bad Zwischenahn: Konzert „Milonga Sentimental - Una Noche Argentina“, Wandelhalle, Auf dem Hohen Ufer 24, Tickets 18 Euro

Mittwoch, 22. Juli, Donnerstag, 23. Juli, und Freitag, 24. Juli, 19.30 Uhr, Bad Zwischenahn: Zu Gast im Park: Jürgen von der Lippe liest: Sextextsextett - Comedy-Lesung, Park der Gärten, Elmendorfer Straße 40, Tickets ab 38,40 Euro

Donnerstag, 23. Juli, 19 Uhr, Apen-Augustfehn: Comedy-Night Augustfehn und Fest der 1000 Laternen, Eisenhüttenplatz, Stahlwerkstraße 17, Tickets 24,50 Euro

Freitag, 24. Juli, 19 Uhr, Bad Zwischenahn: Open Air am Meer mit den „Valentine Boys“, Freilichtbühne im Kurpark, Auf dem Hohen Ufer 24, Eintritt frei

OSTFRIESLAND

Sonntag, 19. Juli, 14 Uhr, Werdum: Kinderfest – Großes Spielefest auf dem Dorfplatz, Buttforder Str. 3

Montag, 20. Juli, 15 bis 17 Uhr, Krummhörn Pilsum: Mit den Vogelkiekern unterwegs! - mit Guides des Nationalpark-Hauses Greetsiel die Vogelwelt an der Leybucht entdecken, Für Groß und Klein ab 8 Jahre, Treffpunkt: Parkplatz am „Pilsumer Leuchtturm“, Zum Alten Leuchtturm 2, Kosten: Erwachsene 10, Kinder 6 Euro

Dienstag, 21. Juli, 11 bis 12.30 Uhr, Norden: Porzellanmalen - MitMachWerkstatt für Kinder von 6 bis 12 Jahren, Ostfriesisches Teemuseum Norden, Am Markt 36, Anmeldung erbeten, Kosten: 8 Euro pro Kind

Donnerstag, 23. Juli, 18.30 Uhr bis 21 Uhr, Emden: FRISIAN NOIR – Krimis aus Ostfriesland, Autor"enlesung mit Bodo Lehwald, Johannes a Lasco Bibliothek, Kirchstraße 22, Tickets 13,24 Euro inklusive Ostfriesentee, Kaffee oder Wasser, keine Abendkasse

Mehr Termine unter **www.nwzonline.de/termine**

MEHR FLEXIBILITÄT DURCH TERMINBUCHUNG!



▸ www.holidayland-brake.de
▸ Terminvereinbarung
oder https://booking.traveltermin.de/?m8YeftDbbb

Nutzen Sie folgende Vorteile:
▸ Vermeidung von Wartezeiten
▸ Buchung Ihrer Wunschuhrzeit bei Ihrem Reiseexperten
▸ beste Vorbereitung auf Ihr Urlaubsziel

Ihr Reisebüro von Anfang an
Reisebüro Wege GmbH seit 1947
Bahnhofstraße 17 · 26919 Brake · Tel.: 0 44 01 - 40 77
wege@ewe.net · www.facebook.com/reisewege · www.holidayland-brake.de
0 15 20 - 2 81 49 57 holidaylandreisebuerowege

Sonderpreise gültig bis 31.8.2026



Terrassenüberdachung Aluminium
Aluminium pulverbeschichtet Weiß oder Anthrazit, 16 mm Stegplatten in opalweiß oder klar
500 x 300 3.642,00 Model California 1.999,00
45 % Rabatt
Aluminium pulverbeschichtet Weiß oder Anthrazit, 8,75 mm Sicherheitsglas in klar
530 x 300 5.323,00 Model Granada 2.899,00
ALLE GRÖSSEN LIEFERBAR www.terrasse2000.de



Terrassenüberdachung Leimholz
Leimholz Sparren 6x16 Pfosten 12x12. Wandbalken+Balken Rinnenseite durchgehend.
Ohne Rinne. Dach 16 mm Stegplatte oder 8,7 mm Glas.
500x350 cm 16 mm Steg ~~1.792,09~~ Model Ammerland 1.254,64
30 % Rabatt
500x350 cm 8,75 mm Glas ~~2.998,93~~ Model Ammerland 2.029,25
ALLE GRÖSSEN LIEFERBAR www.terrasse2000.de

Anzeige: 07.02.2026
Terrasse2000 GmbH
Verkauf und Ausstellung · Am Nordkreuz 2 · 26180 Rastede · Tel. 04402/6969477 · info@terrasse2000.de
Beratung: Montag – Freitag 9 – 18 Uhr · Samstag 9 – 13 Uhr

Sicherer Stand im Bad – Rutschunfälle vermeiden

WOHNEN Mögliche Unfallgefahren beseitigen und Bodenbeläge rutschfest machen

IM NORDWESTEN/DJD – Der Tag beginnt scheinbar harmlos: Dusche aus, ein Handtuch greifen, ein Schritt auf die Fliese – und plötzlich fehlt der Halt. Im Badezimmer reichen Sekunden, damit die Hygieneroutine zum Risiko wird. Feuchtigkeit, Spritzwasser und Seifenreste reduzieren die Bodenhaftung, sodass glatte Bodenbeläge oder Badkeramiken zu einem Ausrutschen mit schmerzhaften Folgen führen können. Das gilt noch mehr, wenn im Haushalt Kinder oder ältere Menschen mit eingeschränkter Bewegungsfähigkeit leben. Rund 3,2 Millionen Unfälle ereignen sich jährlich in den eigenen vier Wänden, so die Aktion Das sichere Haus. Umso wichtiger ist es, mögliche Gefahrenquellen frühzeitig zu identifizieren und Schwachstellen zu beseitigen.



Ein unbedachter Schritt auf glatten Flächen kann schmerzhafte Folgen haben. Eine Anti-Rutsch-Behandlung sorgt für Abhilfe. BILD: DJD/SUPERGRIP ANTIRUTSCH/MONKEY BUSINESS - STOCK.ADOBE.COM

Typische Rutschzonen beseitigen

Besonders anfällig sind Bodenflächen, die regelmäßig feucht werden. Der Bereich direkt vor oder in der Dusche und Badewanne zählt ebenso dazu wie Laufwege zwischen Waschbecken und WC sowie Stellen, an denen Shampoo oder Duschgel tropft. Auch kleine Stolperfallen wie Türschwellen, lose Badvorleger oder hochstehende Mattenkanten erhöhen das Risiko. Damit glatte Fliesen oder der Einstieg in die Dusche sowie die Badewanne kein Risiko mehr darstellen, kann die vorhandene Oberfläche nachträglich rutschfester gemacht werden, ohne sie austauschen zu müssen. So kann etwa eine Anti-Rutsch-Behandlung mit Supergrip die Oberflächenstruktur des Bodenbelags dauerhaft verändern. Die Optik der Fliesen bleibt dabei unverändert erhalten. Die Handhabung ist unkompliziert: Nach einer gründlichen Reinigung wird die Flüssigkeit gleichmäßig aufgetragen und sorgt bereits nach einer Einwirkzeit von wenigen Minuten für eine verbesserte Griffigkeit.

Beim Renovieren den Rutschschutz gleich mit planen

Die Anti-Rutsch-Behandlung eignet sich für zahlreiche Materialien, darunter sind beispielsweise Keramik, Feinsteinzeug, Marmor, Kalkstein, Beton, Agglo, Terrazzo sowie zement- oder kalkgebundene Böden und poliertes Feinsteinzeug. Auch Badewannen und Duschtassen aus Emaille lassen sich auf diese Weise nachträglich sicherer machen. Wer eine umfassendere Badmodernisierung plant und neue Fliesen verlegen lässt, kann die Rutschhemmung von Beginn an berücksichtigen. Nähere Informationen finden sich dazu etwa unter www.supergrip.de. Die neuen Platten werden noch vor der Verlegung eingeschickt, von Fachleuten behandelt und wenige Tage später zurückgesandt. Anschließend kann der neue Bodenbelag direkt verlegt werden. Selbstverständlich lässt sich die Behandlung auch selbst ausführen.



Wellness ohne schmerzhafte Ausrutscher: Eine spezielle Behandlung macht Fliesenbeläge rutschsicher. BILD: DJD/SUPERGRIP ANTIRUTSCH/OLEZZO - STOCK.ADOBE.COM

Gasthof Bathmann
27612 Loxstedt-Hahnenknoop/B6
☎ 0 47 44 / 55 05
Jeden Sonn- und Feiertag von 11:30 bis 14:00 Uhr großes Bauernbuffet 29,50 €
Ab sofort haben wir geöffnet:
Mittwoch und Donnerstag 17:00 bis 21:00 Uhr
Freitag bis Sonntag 11:30 bis 21:00 Uhr
Mo., Di. sind Ruhetage im Restaurant
www.gasthof-bathmann.de

Wohnmobile und -wagen

Camper sucht Wohnmobil oder Wohnwagen 0175/3706428

Wir kaufen Ihr Wohnmobil & Wohnwagen!
Rufen Sie uns an!
Auto-Kayser GmbH & Co. KG
Jaderberg 0 44 54 / 14 56

Dies und Das

ZUM ANKAUF GESUCHT
Zahle 50€ bis 6.000€ für Pelzbekleidung, Lederwaren, Orientteppiche, Handtaschen, Militaria 1WK-2WK, Bleikristall, Silberbesteck, Armband-Taschenuhren, Münzen & Schmuck.
✆ 0441-18116638 oder 0176-64799400

Sammler sucht 5 D-Mark und 10 D-Mark Stücke und Münzen aus dem Kaiserreich. ☎ 0441/ 18116638 oder 0176/64799400

Dienstleistungen

Erledige Gartenarbeit inkl. Abfuhr günstig. ☎ 0176/29760061

Nordwest SONNTAGSBLATT
Sie suchen Verstärkung?
Unser Stellenmarkt ist unschlagbar günstig!
Interessiert?
E-Mail: jobs@nwzmedien.de

Nordwest SONNTAGSBLATT
www.nordwest-sonntagsblatt.de

azubi EXPRESS
DEIN FAHRPLAN IN RICHTUNG ZUKUNFT!
03.09.2026 | Nordenham & Brake
Mobile Jobmesse für Schüler:innen ab Klasse 9
Unternehmen hautnah erleben – **live & vor Ort**
Shuttle-Fahrten im Hop-on-/Hop-off-Prinzip
azubi-express.de
Sichern Sie sich jetzt Ihren Platz als Ausbildungsbetrieb! Alle Informationen und Details zur Teilnahme per E-Mail an *jobs@nwzmedien.de*
NWZ Jobs

Satt ist gut. Saatgut ist besser.
Wer sich selbst ernähren kann, führt ein Leben in Würde.
brot-fuer-die-welt.de/saatgut
IBAN: DE10 1006 1006 0500 5005 00
Mitglied der actalliance
Brot für die Welt
Würde für den Menschen.

Slow Travel im Finnischen Seenland

REISE Wo Seen, Sauna und ein Sommerhaus den entschleunigten Takt des Sommers bestimmen

LAKELAND FINLAND/PR – Der Tag gehört dem Wasser. Schwimmen im See, eine Kanutour, angeln, dazwischen ein Spaziergang am Ufer oder einfach nur auf dem Steg des Mökki liegen und in die Sonne blinzeln. Genau dieses entspannte Lebensgefühl prägt den Sommer in Lakeland Finland und macht das Finnische Seenland zum Sehnsuchtsziel für alle, die ihren Urlaub entschleunigt und naturnah verbringen möchten.

Rund 200 Kilometer nordöstlich von Helsinki beginnt Lakeland Finland: Ein schier unendlich grün-blaues „Wimmelbild“ aus mehr als 55.000 Seen, Inseln und Wäldern, dass sich vom größten natürlichen Süßwassersee, dem Saimaa See, bis fast in den Norden Finnlands erstreckt.

Viele Finnen verbringen die Sommertage im Finnischen Seenland, meist in einem Mökki unweit des Wassers. Der Urlaub folgt dabei keinem festen Ablauf. Entspannt, mit spontanen Aktivitäten ganz nach Lust und Laune: ob am See, im Boot oder an Land. Diese Haltung gilt längst als Vorbild für entschleunigtes Reisen und hat im Finnischen einen eigenen Ausdruck: „Olla rauhassa“. Gemeint ist, in Ruhe zu sein. Ein Lebensgefühl, das den Urlaub im Finnischen Seenland prägt – getragen von der Natur, der Nähe zum Wasser und den langen, hellen Tagen des Sommers.



Sommer, Sauna, See - Entspannung pur in Lakeland Finland, dem Finnischen Seenland. BILD: GOSAIMAA



Unendliche Wälder und Seen soregn für ein grün-blaues Farbspiel im Finnischen Seenland. BILD: VISIT LAKELAND FINLAND



Die Sommertage in Lakeland Finland sind quasi unendlich und die Besucher können auch spät abends noch aktiv unterwegs sein. BILD: GOSAIMAA

Entschleunigung macht glücklich

Zum neunten Mal in Folge belegt Finnland den Spitzenplatz im World Happiness Report. Wie eng Glück, Gelassenheit und Natur zusammenhängen, lässt sich in Lakeland Finland besonders gut erfahren. Im Sommer verstärken die Weißen Nächte rund um die Sonnenwende das besondere „Chill like a Finn“ Feeling: Dann bleibt es beinahe rund um die Uhr hell, die Zeit dehnt und das Tempo verlangsamt sich. Ein Bad im See nach dem Abendessen, ein Saunagang vor Mitternacht oder einfach noch lange draußen gemeinsam das warme Sonnenlicht genießen. Nichts muss schnell gehen – in der Ruhe liegt die Kraft.

Chill like a Finn

Wer dieses entspannte Lebensgefühl selbst erleben möchte, verbringt den Sommerurlaub ganz authentisch wie die Finnen es machen: im Mökki, dem Sommerhaus, direkt am See. Es ist der Lebensmittel- und Ausgangspunkt für alle und alles. Die meisten Holzhäuschen liegen direkt am Ufer, mit eigenem Steg, Ruderboot und Sauna. Viele sind bewusst einfach gehalten, andere modern skandinavisch ausgestattet. Entscheidend für das Wohlfühlgefühl ist nicht der Komfort, sondern die Nähe zur Natur. Einfachheit und Bescheidenheit sind der neue Luxus. Wer hier wohnt, passt sich automatisch dem Rhythmus des Tages und der Umgebung an.

Fisch angelt man sich für das Abendessen natürlich selbst. Falls das Anglerglück ausbleibt, ist für die nötigsten Einkäufe ein Supermarkt nicht weit entfernt.

Wer Lust auf einen entspannten Mökki-Urlaub am See hat, findet eine große Auswahl an traditionellen und modernen Ferienhäusern und Cottages, die sich bequem online buchen lassen. Weitere Informationen unter www.visitlakelandfinland.com

Aussortieren und optimieren: Hausapotheke im Check

ARZNEIMITTEL Was je nach Lebenssituation in keinem Haushalt fehlen sollte

IM NORDWESTENDJD – Plötzliches Fieber in der Nacht, ein verstauchter Knöchel am Wochenende oder Magenbeschwerden nach dem Abendessen: Kleine Notfälle kommen selten gelegen. Wer dann die Hausapotheke griffbereit hat – gut sortiert, aktuell und auf die Bedürfnisse der Familie abgestimmt, spart im Ernstfall Zeit und unnötige Wege. Doch viele Schränke enthalten abgelaufene Medikamente, doppelte Präparate oder Lücken bei wichtigen Helfern. Mindestens zweimal im Jahr, idealerweise im Frühjahr und Herbst, sollte der Bestand kontrolliert werden. Abgelaufene Arzneimittel gehören entsorgt, angebrochene Präparate überprüft und alles kühl, trocken sowie kindersicher gelagert.



Allergiker sollten sich etwa zur Heuschnupfenzeit mit entsprechenden Antihistaminika und Nasensprays ausstatten. BILD: DJD/ZENTIVA/DRAGANA GORDIC - STOCK.ADOBE.COM



Bei kleinen Verletzungen zur ungelegenen Zeit ist es hilfreich, die passenden Arzneien parat zu haben. BILD: DJD/ZENTIVA/DENISPRODUCTION.COM - STOCK.ADOBE.COM

Präparate für Kinder und Allergiker

Die Ausstattung sollte zudem auf die Menschen im Haushalt abgestimmt werden. Familien benötigen kindgerechte Mittel, Allergiker passende Präparate, ältere Personen oft zusätzliche Medikamente für die langfristige Einnahme.

Viele bewährte Wirkstoffe sind als preisgünstige Generika erhältlich. Anbieter wie ADGC haben zahlreiche Generikamedikamente im Programm – Präparate mit identischem Wirkstoff, aber oft deutlich niedrigerem Preis. Ärztinnen und Ärzte sowie die Fachleute in der Apotheke können dazu qualifiziert beraten.

Mittel gegen Schmerzen, Schnupfen und Co.

Zur grundsätzlichen Ausstattung einer Hausapotheke gehören Mittel gegen Schmerzen und Fieber wie Ibuprofen oder Paracetamol – möglichst in geeigneten Dosierungen für Erwachsene und Kinder. Hinweise zum richtigen Einsatz solcher Präparate finden sich unter anderem auf Informationsportalen wie www.adgc.de in der Rubrik „Wissenswertes“. Ergänzend sinnvoll sind Präparate gegen Erkältungsbeschwerden, etwa abschwellende Nasensprays oder Hustenmittel, sowie gegen typische Magen-Darm-Probleme wie Durchfall, Verstopfung oder Sodbrennen.

Verbandsmaterial für Notfälle

Für kleinere Verletzungen sollten Desinfektionsmittel, Pflaster in verschiedenen Größen, sterile Kompressen, Verbandsmaterial und eine Wund- und Heilsalbe parat liegen. Auch kühlende oder wärmende Packs sowie Gele gegen Prellungen oder Zerrungen können im Alltag hilfreich sein. Praktisch sind außerdem ein digitales Fieberthermometer, Dosierhilfen für Kinderarzneien und eine Liste wichtiger Notfallnummern. Je nach Jahreszeit lohnt es sich, die Hausapotheke entsprechend anzupassen – beispielsweise mit Antihistaminika im Frühjahr oder Elektrolytlösungen und Insektengel im Sommer.

Malerweg in Sächsischer Schweiz feiert 20-Jähriges

REISE Deutschlands berühmter Wanderklassiker feiert mit geführten Touren, Fotowettbewerb und neuem Audioguide

PIRNA/PR – Felsnadeln, Tafelberge, tiefe Schluchten und Weitblicke ins Elbtal: Der Malerweg in der Sächsischen Schweiz zählt zu den eindrucksvollsten Fernwanderwegen Deutschlands. In diesem Jahr feiert die 116 Kilometer lange Route ihr 20-jähriges Bestehen in ihrer heutigen Form. Anlass für die Region, den Klassiker unter den deutschen Wanderwegen mit Jubiläumstouren, einem Fotowettbewerb und einem neuen digitalen Audioguide neu in Szene zu setzen.

„Der Malerweg ist mehr als ein nationales Wanderhighlight“, sagt Barbara Klepsch, Sächsische Staatsministerin für Kultur und Tourismus. „Auf einmalige Weise verbindet die Route Geschichte und Gegenwart, Kunst und Natur, Erlebnis und Entschleunigung.“ Die spektakulären Szenerien entlang des Weges hätten schon die Künstler der Romantik inspiriert, heute laden sie zum aktiven Naturerlebnis ein.

Der Malerweg gehört zu den bekanntesten Wanderwegen in Sachsen. Seine Geschichte reicht mehr als 200 Jahre zurück – und damit bis zu den Anfängen der deutschen Wanderbewegung. Caspar David Friedrich hat den historischen Vorläufer des heutigen Malerwegs genutzt, ebenso Carl Maria von Weber, Hans Christian Andersen, William Turner, Ludwig Richter, Mary Shelley, Richard Wagner und zahlreiche weitere Maler, Komponisten und Literaten der Epoche der Empfindsamkeit.

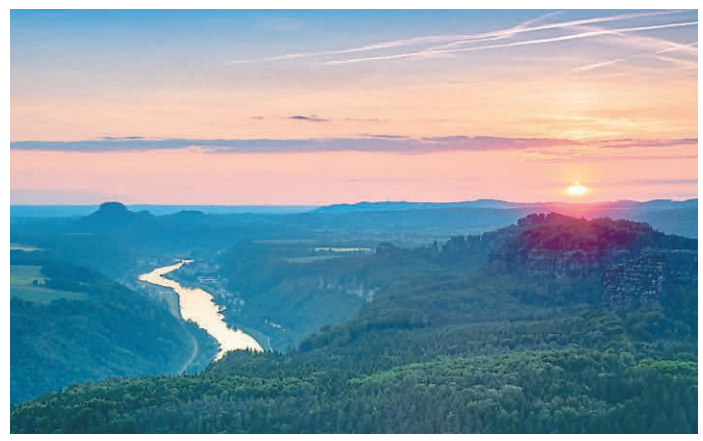
Ab Mitte des 19. Jahrhunderts geriet die Route in Vergessenheit. Anfang der 2000-er Jahre wurde sie wiederentdeckt, überarbeitet, erweitert, neu ausgeschildert und am 10. Juni 2006 eingeweiht. Bereits im Folgejahr hat das Wandermagazin die Mehrtagestour mit acht Etappen zum „Schönsten Wanderweg Deutschlands“ gekürt.



Die Bastei ist die berühmteste Felsformation der Sächsischen Schweiz und das beliebteste Ausflugsziel der Region. Durch die Felsformation zieht sich eine 76,5 Meter lange Brücke, die Basteibrücke. BILD: TOURISMUSVERBAND SÄCHSISCHE SCHWEIZ E.V./ ACHIM MEURER



Stele im Liebethaler Grund: Entlang der Malerweges gibt es insgesamt 13 kunsthistorische Schautafeln, die jeweils auf Gemälde hinweisen, die an diesem Punkt entstanden sind BILD: TOURISMUSVERBAND SÄCHSISCHE SCHWEIZ E.V./ YVONNE BRÜCKNER



Abendstimmung wie auf einem Gemälde - von der Kipphornaussicht blickt man auf Elbe, Tafelberg Lilienstein und Schrammsteine. BILD: TOURISMUSVERBAND SÄCHSISCHE SCHWEIZ E.V./ RICO RICHTER

Jubiläumstouren auf dem Malerweg

Den 20. Geburtstag der Route feiert die Region mit einem Jubiläumsjahr und zahlreichen Aktionen. Vorgestellt wurden sie am 10. Juni, dem Geburtstag des Malerwegs, bei einem Festakt auf der Festung Königstein – einem der markantesten Orte entlang der Strecke. So lädt der Tourismusverband Sächsische Schweiz (TVSSW) etwa noch bis Oktober mit Jubiläumstouren auf dem Malerweg ein, den berühmten Wanderweg aus einer neuen Perspektive kennenzulernen. Einmal im Monat, jeweils sonntags, entdecken die Teilnehmer eine andere Etappe. Jede Tour wird von einer Vertreterin oder einem Vertreter der Nationalpark- und Forstverwaltung von Sachsenforst begleitet. Zusätzlich ist jeweils eine weitere Person dabei, die den Malerweg maßgeblich geprägt oder seine Entwicklung über Jahre hinweg begleitet hat und spannende Einblicke aus erster Hand gewährt. Anmeldung über www.saechsische-schweiz.de/buchen/erlebnisangebote.

Erster Audioguide zum Malerweg erscheint als App

Passend zum Malerwegs-Jubiläum veröffentlicht das Startup Track Technologies aus Darmstadt den ersten digitalen Wanderführer inklusive Audioguide für das Smartphone zur Route. Mit der App „TRACK Malerweg“ hören die Wanderer Wissenswertes passend zum aktuellen Standort. „Geschichte, Geologie, Flora, Fauna, Sagen – alles, was man leicht verpassen könnte“, sagt Gründer Lars Brandies. Mehr als 100 Beiträge – insgesamt über fünf Stunden Material – sind hinterlegt. Erreichen die Wanderer bestimmte Geokoordinaten, startet der dazugehörige Audiokommentar automatisch. Einmal heruntergeladen, funktioniert die App auch offline. „Die ersten Besucher haben die App bereits getestet und sind begeistert“, sagt Madlen Rogge vom Tourismusverband. Infos unter: https://track-app.online/malerweg/

Fotowettbewerb „Lichtblicke am Malerweg“ läuft

Außerdem gibt es einen Kreativwettbewerb: Unter dem Motto „Lichtblicke am Malerweg“ können Hobby- und Berufsfotografen bis 16. August ihre schönsten, entlang der Route entstandenen Bilder einreichen. Die Preise werden in zwei Kategorien vergeben. Gesucht sind zum einen Bilder, die sich mit dem Malerweg im Wechsel der Jahreszeiten befassen, und zum anderen Aufnahmen, welche die Perspektiven historischer Malerwegsdarstellungen aufgreifen. Insgesamt 18 Fotos werden von einer Jury prämiert.

Unter allen gekürten Arbeiten verlost der Tourismusverband gleichwertige Preise, darunter Wertgutscheine von Malerweg-Projektmitgliedern, Tickets für das Fotocamp HerbstlichT 2026 sowie Reisegutscheine; zusätzlich werden die Gewinnerfotos von PixelfotoExpress gedruckt. Die Preisverleihung findet am 19. September 2026 im Rahmen der 10. Globetrotter Wandertage in Bad Schandau statt, anschließend werden die prämierten Werke bis Jahresende im NationalparkZentrum Bad Schandau ausgestellt. Teilnahmeinfos unter www.saechsische-schweiz.de/malerweg/fotowettbewerb.

Nordwest SONNTAGSBLATT
Herausgeber:
Nordwest Media Vermarktungsgesellschaft mbH & Co. KG
Wilhelmshavener Heerstraße 260,26125 Oldenburg
T: 0441/9988-8430
www.nordwest-sonntagsblatt.de
oldenburg@nordwest-sonntagsblatt.de
Geschäftsführung: Stephanie von Unruh, Andreas Klatt
Verantwortlich für Vermarktung und redaktionellen Inhalt: Stephanie von Unruh
Herstellung: WE-Druck GmbH & Co. KG, Wilhelmshavener Heerstr. 270, 26125 Oldenburg
Für unverlangt eingesandte Manuskripte, Bilder und Bücher wird keine Gewähr übernommen.
Gerichtsstand Oldenburg



Terrassenüberdachung Holz



Terrassenüberdachung Ammerland Leimholz Sparren 6x16
Pfosten 12x12 cm Alle Balken durchgehend.
Ohne Rinne. Dach 16 mm Stegplatte oder 8,7 mm Glas.

Beispiel 500 x 350 cm

Dach + Stegplatten

~~1.860,- €~~ - 30 % **1.302,00**

Dach + Glas

~~3.362,- €~~ - 30 % **2.353,00**

- 30 %

Weitere Preise unter www.terrasse2000.de (Ammerland)

Rotweinweinfass



Weinfass
225 L
Eichenfass

~~179,- €~~

119,99 €

Lamellendach Sevilla



Lamellendach aus Aluminium. Lamellen Stahl. Mit Handkurbel. Höhe 250.
6x Pfosten 10x10 Farbe Anthrazit. Am Lager - kann sofort abgeholt werden!

~~3.798,- €~~ 600x400

- 52 %

1.799,-

- 52 %

Kaltwintergarten Cuxhaven



- 35 %

Foto ähnlich - Keil Stegplatten

Kaltwintergarten Cuxhaven 500x350. Dacheindeckung Stegplatten. Rundum Schiebetüren aus Glas. Keilfenster Stegplatten klar oder opal-weiß. Verstärkte Regenrinne. Pfosten 11x11. Farbe Anthrazit oder Weiß.

~~9.246,- €~~

- 35 %

5.999,-

Doppelstabmattenzaun



- 30 %

Doppelstabmattenzaun leichte Ausführung.
Stärke 6/5/6. Farbe Anthrazit.
Maschenweite 50x200. Zäune sind am Lager, können sofort abgeholt werden!

250x 83	~~31,51 €~~	22,06 €
250x103	~~38,46 €~~	26,92 €
250x123	~~45,93 €~~	32,15 €
250x143	~~52,74 €~~	36,92 €
250x163	~~60,34 €~~	42,24 €
250x183	~~65,99 €~~	46,19 €
250x203	~~73,07 €~~	51,15 €

250x183 (250 Breit x 183 Hoch)

~~65,99 €~~

- 30 %

46,19 €

Gartentor



Gartentor Stahl. Anthrazit + grün. Mit separatem Eingangstor inkl. Zylinderschloss + Schlüssel. Komp. Türbeschlag, Bodenfeststeller.
(Am Lager - sofort Abholbar!)

300x100

~~270,-~~

189,-

300x100	~~270,-~~	189,-
300x120	~~284,-~~	199,-
350x100	~~312,-~~	219,-
350x120	~~327,-~~	229,-
400x100	~~341,-~~	239,-
400x120	~~355,-~~	249,-

Terrasse2000®

Weinfass, Gartentor, Doppelstabmattenzaun finden Sie in unserem Gartencenter Der Holzhammer Brombeerweg 41 26180 Rastede.

Verkauf und Ausstellung: Am Nordkreuz 2, 26180 Rastede,
Telefon 04402 /69 69 477, info@terrasse2000.de
Beratung: Montag – Freitag 9 – 18 Uhr, Samstag 9 – 13 Uhr

Anzeige: 14.04.2026
Mitglied der Handwerkskammer

Coolcation: Erfrischung statt Hitze

REISE Kühle Klammen, klare Seen, Salzheilstollen und zertifiziertes Heilklima machen die Region zum natürlichen Rückzugsort



Auch wenn der Schnee auf den Bergen mittlerweile geschmolzen ist, ist ein Bad in einem Bergsee wie hier der Hintersee immer noch sehr erfrischend. BILD: BERGERLEBNIS BERCHTESGADEN

BERCHTESGADEN/PR – Wenn die Temperaturen in den Städten steigen und klassische Sommerdestinationen zunehmend an ihre Grenzen kommen, gewinnt ein Trend weiter an Bedeutung: „Coolcation" – Urlaub an Orten, die auch im Hochsommer angenehme Bedingungen bieten. Berchtesgaden zählt dabei zu den stärksten alpinen Antworten auf diese Entwicklung: nicht künstlich gekühlt, sondern natürlich erfrischend durch Höhe, Wasser, Wald, Fels und klare Bergluft.

Eingebettet in die Bergwelt rund um den Watzmann entfaltet sich hier eine Sommerfrische, die vom ersten Moment an spürbar ist. Kühle Schluchten, schattige Wälder, tiefblaue Seen und alpine Nächte sorgen für ein Klima, das Aktivität, Erholung und Regeneration besonders angenehm verbindet. Ein zusätzlicher USP der Region ist das Heilklima: Die Gemeinden im Bergerlebnis Berchtesgaden sind als heilklimatische Kurorte zertifiziert und stehen damit für sehr hohe Luftqualität, wenig Feinstaub, frische Bergluft und eine allergenarme Umgebung.

Das alpine Reizklima mit Höhenlage, klarer Luft sowie stärkeren Temperatur- und UV-Reizen kann die Anpassungsfähigkeit des Körpers fördern. Bewegung im Freien, Atemtherapie und klimatherapeutische Anwendungen werden deshalb unterstützend bei Atemwegsbeschwerden, Allergien oder Herz-Kreislauf-Themen eingesetzt. Kurgärten, Kneippanlagen und Gradierwerke – etwa in Schönau am Königssee und Ramsau – machen diese gesundheitsorientierte Seite der Region zusätzlich erlebbar.

Besonders eindrucksvoll zeigt sich die natürliche Abkühlung in den Klammen der Region. Die Almbachklamm und die Wimbachklamm sind spektakuläre Naturdenkmäler und zugleich Orte spürbarer Frische. Wasser rauscht durch enge Felsformationen, feine Gischt liegt in der Luft, Stege führen nah an das Naturschauspiel heran. Selbst an heißen Tagen bleibt es hier angenehm kühl – ein Erlebnis, das Erfrischung und alpine Kraft unmittelbar verbindet.

Auch die Seen prägen die besondere Sommerqualität. Der Königssee wirkt mit seiner fjordartigen Lage eindrucksvoll und ruhig zugleich: tief, klar und eingerahmt von steilen Felswänden. Sein kühles Wasser, die geschützte Lage und die unberührte Natur machen ihn zu einem der markantesten Coolcation-Orte der Alpen. Wer hier unterwegs ist, erlebt nicht nur Erfrischung, sondern auch eine Ruhe, die sich über den gesamten See legt.

Ein weiteres Element der Coolcation liegt unter Tage. Im Salzbergwerk Berchtesgaden herrschen konstant rund 12 Grad – unabhängig von der Außentemperatur. Die Fahrt durch das Innere des Berges verbindet spannende Einblicke in die Geschichte des Salzabbaus mit einem angenehm kühlen Klima. Ergänzend dazu bietet der Salzheilstollen Berchtesgaden eine besondere Form der Regeneration: In der salzhaltigen, reinen Stollenluft können Gäste zur Ruhe kommen und die wohltuende Wirkung des Mikroklimas erleben.

Noch intensiver wird das Gefühl der Kälte in der Schellenberger Eishöhle. Selbst im Hochsommer begegnet man hier meterhohen Eisformationen und Temperaturen rund um den Gefrierpunkt – ein faszinierender Kontrast zur warmen Bergwelt draußen.

Neben Wasser und Fels spielt auch der Wald eine zentrale Rolle. Dichte Baumkronen spenden Schatten, Wege verlaufen entlang von Gebirgsbächen oder durch kühle Schluchten. Orte wie der „Kalte Keller" oder der Zauberwald am Hintersee zeigen, wie stark die Natur hier als natürlicher Klimaregulator wirkt.

Ein entscheidender Vorteil liegt zudem im Tagesverlauf: Während die Tage angenehm warm bleiben, sorgen die alpinen Nächte für spürbare Abkühlung. Frische Bergluft, offene Fenster und ruhige Umgebung schaffen ideale Bedingungen für erholsamen Schlaf – ein Aspekt, der für viele Gäste immer wichtiger wird.

Coolcation in Berchtesgaden bedeutet damit nicht Verzicht, sondern eine neue Qualität des Reisens. Aktiv sein, ohne der Hitze ausgeliefert zu sein. Natur intensiv erleben, ohne Überhitzung und Hektik. Und bewusst abschalten in einer Umgebung, die Erfrischung, Ruhe und Gesundheitswert miteinander verbindet.

Berchtesgaden steht damit exemplarisch für einen modernen Sommertourismus: naturnah, entschleunigt, gesundheitsbewusst und angenehm kühl – und genau deshalb so zeitgemäß.

Weitere Informationen unter www.berchtesgaden.de

Sommer ohne Autopannen

MOBILITÄT Die GTÜ gibt Tipps für entspannte Autofahrten

IM NORDWESTEN/STUTTGART/ PM – Sommersonne sorgt nicht nur für gute Laune: Die Hitze kann der Autotechnik zusetzen. Zum Glück zeigen aktuelle Statistiken, dass auch bei heißem Wetter die Zahl der Pkw-Pannen nicht signifikant über dem Jahresdurchschnitt liegt. Dennoch lohnt es sich, auf einige Faktoren zu achten. Die GTÜ Gesellschaft für Technische Überwachung mbH nennt wichtige Punkte und hat Tipps zusammengestellt.



Liegenbleiber-Ursache Nummer 1 ist die 12-Volt-Batterie. BILD: GTÜ

■ **Die 12-Volt-Batterie:** Die Starterbatterie ist das ganze Jahr über die Nummer 1 unter den Pannenursachen. In der aktuellen ADAC-Statistik für das Jahr 2025 löste sie mehr als 45 Prozent aller Pannen aus. Im Sommer kann die Batterie unter anderem durch Verbraucher wie Klimatisierung und Lüftung besonders stark beansprucht werden. Die GTÜ rät deshalb, die Spannung im Blick zu behalten. Im Ruhezustand sollte sie zwischen 12,4 und 12,7 Volt betragen. Zeigt das Auto den Wert nicht im Cockpit an, kann er mit einem Multimeter gemessen werden.

Achtung: Nicht nur bei Verbrennern braucht die 12-Volt-Batterie Aufmerksamkeit, sondern auch bei E-Autos. Denn die Batterieelektrischen fahren zwar mit einem Hochvolt-Akku, benötigen die 12-Volt-Batterie jedoch für das Bordnetz.

■ **Gutes Klima:** Kühlung brauchen im Sommer das Auto und der Mensch. Deshalb sollte man die zuverlässige Funktion sowohl des Motorkühlsystems (beim Verbrenner) als auch die Klimatechnik (bei sämtlichen damit ausgestatteten Autos) im Blick haben. Am besten vor dem Beginn der warmen Jahreszeit den Kühlmittelstand prüfen und das System auf sichtbare Lecks checken sowie die Klimaanlage reinigen und inspizieren lassen.

■ **Passende Temperatur:** Die Klimatisierung sollte man unterwegs behutsam anpassen: Innenraumtemperaturen zwischen 22 und 25 Grad Celsius gelten als optimal, die Faustregel lautet „bis zu sechs Grad Celsius kälter als die Außentemperatur“. Wer zu stark kühlt, verbraucht nicht nur viel Energie, sondern belastet auch den eigenen Kreislauf, wenn man aus dem klimatisierten Auto aussteigt.

■ **Reifendruck:** Die regelmäßige Kontrolle der Reifen und ihres Luftdrucks ist wichtig. Gemessen wird am kalten Reifen – also vor einer Fahrt oder kurz nach dem Losfahren. Das ist im Sommer besonders wichtig, weil der Druck in der warmen Jahreszeit beim Betrieb stärker steigt als bei kalter Witterung. Wer am Morgen vor Fahrtantritt den Reifendruck mit den vom Hersteller empfohlenen Angaben abgleicht, ist auf der sicheren Seite.

Wichtig: Bei vollbeladenem Auto, zum Beispiel für die Urlaubsfahrt, wird der Reifendruck oft leicht erhöht. Nach den Ferien senkt man ihn wieder auf den Normalwert.

■ **Sommertipps:** Nicht nur die Autotechnik benötigt im Sommer Aufmerksamkeit. Das gilt gleichermaßen für Fahrer und Passagiere. In der warmen Jahreszeit sollte man zum Beispiel stets Getränke wie etwa Wasser an Bord haben. Und keinesfalls Kinder oder Haustiere im in der Sonne abgestellten Auto warten lassen. Denn das Fahrzeug kann sich binnen weniger Minuten gefährlich aufheizen.



„Toy Story 5“ entfacht das Spielzeug-Duell

KINO Cowboy trifft Tablet – Pixar schickt Woody und Freunde ins digitale Zeitalter – ab 23. Juli



Da hilft nur Teamwork: Mit Cowboyhut, Mut und etwas WLAN kämpfen die Toy-Story-Freunde gegen das Aussterben im Kinderzimmer. BILD: DISNEY/PIXAR

IM NORDWESTEN/ZA – Was bist du eigentlich – „Rentnerspielzeug“? Mit dieser frechen Frage sorgt das froschförmige Lilypad in „Toy Story 5“ für Lacher, als es den Cowboy Woody aufs Korn nimmt. Denn das Tablet hält den altgedienten Spielzeughelden für ziemlich angestaubt. Klar, die Zeiten ändern sich – auch bei Pixar: Regisseur Andrew Stanton bringt seine Figuren mitten ins digitale Zeitalter und zeigt, wie das Kinderzimmer heute tickt. Der neue Animationsfilm startet am 23. Juli in ganz Deutschland und läuft auch in unseren Kinos in der Nordwest-Region. In den USA ist „Toy Story 5“ schon ein Hit – fast 850 Millionen Dollar hat der Film laut der Box-Office-Portale weltweit eingespielt.

Spielzeughelden landen im Abstellraum

Wer kennt sie nicht: Bonnie – die kleine Besitzerin der berühmten Toy-Story-Spielzeugtruppe! In „Toy Story 5“ ist Bonnie inzwischen acht Jahre alt und bekommt von ihren Eltern das froschförmige Tablet „Lilypad“ geschenkt. Ihre Cowboy-Puppe Woody und die anderen treuen Gefährten sind plötzlich out – denn Bonnies Online-Freundinnen finden das klassische Spielzeug nur noch zum Lachen. So landen Jessie und Co. kurzerhand im Abstellraum. Doch statt Trübsal zu blasen, packen die alten Helden ihre Abenteuerlust und schmieden einen Plan: Wie kann man Kindern wie Bonnie in einer Welt voller Smartphones, Social Media und Cyber-Mobbing wieder echte Wärme und Freundschaft schenken?

Analoge Helden treffen digitale Rivalen

Der Film nimmt das Thema Bildschirmzeit und digitalen Konsum ganz direkt aufs Korn – und sorgt dabei sowohl bei Kindern als auch bei Eltern für Denkanstöße. Mit jeder Menge typischer Pixar-Schlüsselmomenten und einem charmanten Bilderbuch-Look wechselt „Toy Story 5“ souverän zwischen Realität und Fantasie. Lachtränen sind garantiert, besonders wenn die analogen Spielsachen mit den digitalen Nachwuchstalenten gemeinsam ein Abenteuer starten.

Doch neben jeder Menge Humor wird auch das Herz nicht vergessen: Fans von Jessie dürfen sich auf viele emotionale Momente freuen und bekommen diesmal ein Extra-Portion-Mitgefühl und Hoffnung serviert. Die Reise der Spielzeughelden und Bonnies Herausforderung, in der Online-Welt ihren Platz zu finden, berühren garantiert nicht nur die jungen Kinobesucher.

Plädoyer fürs Spielen ohne Bildschirm

Da „Toy Story 5“ in den USA schon läuft, schwirren die ersten Kritiken durchs Netz – zum Beispiel bei filmstarts.de: Das emotionale Finale und der starke Fokus auf Jessie kommen super an.

Die parallelen Storys um die Buzz-Lightyear-Modelle werden hingegen als etwas überladen gesehen und der Technik-Schwerpunkt als nostalgische Erfolgsformel kritisiert. Dabei stehen Jessie und ihre Freunde sinnbildlich für das „echte“ Spielen. Der Film macht klar, wie wichtig Fantasie, Kreativität und gemeinsame Zeit mit Freunden außerhalb von Tablet und Smartphone sind. Denn echtes Spielzeug und echte Offline-Abenteuer fördern Gefühle, Empathie und soziale Kompetenz.

Trailer begeistert mit Humor und Herz

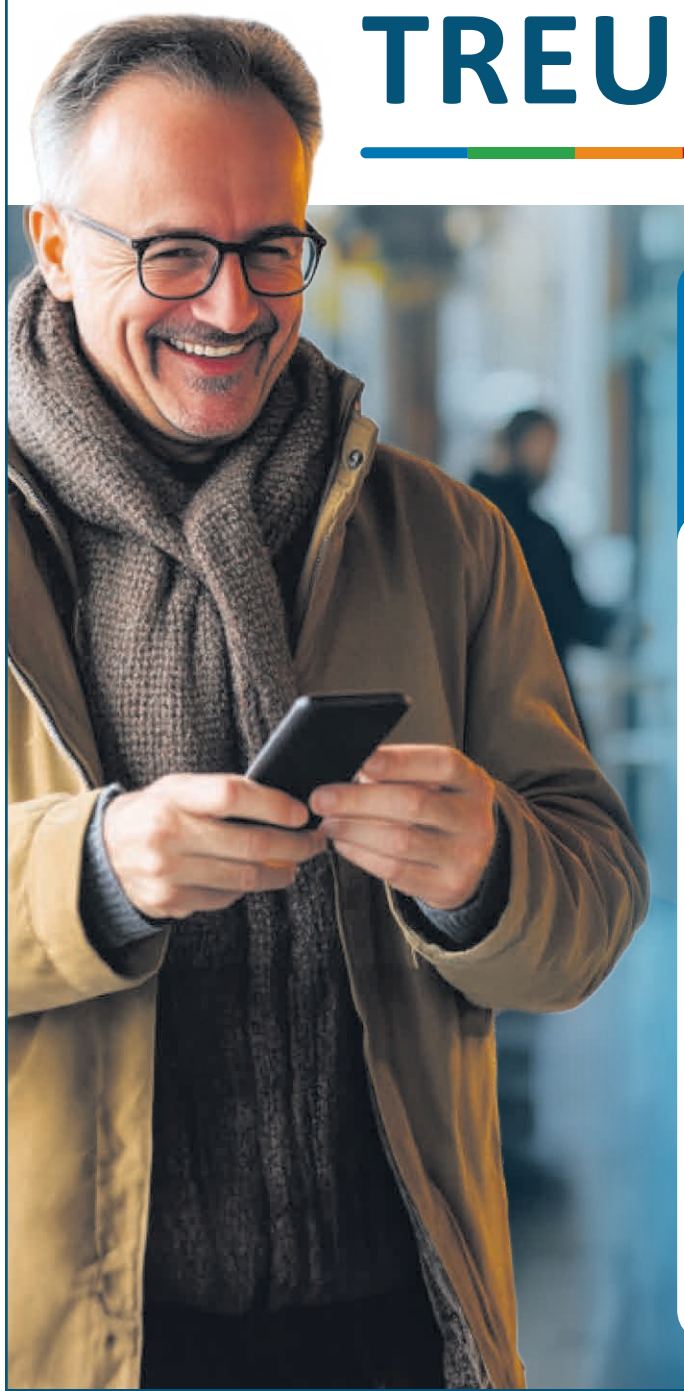
Schon der Trailer sorgt für Begeisterung – die lustigen und überraschend menschlichen Spielzeugfiguren nehmen so ziemlich jeden mit, selbst Kinogänger, die bislang noch keine Toy-Story-Folge gesehen haben. In der deutschen Version sorgen Michael „Bully“ Herbig und Rick Kavanian wie gewohnt für jede Menge Witz und Charme.

Wer Lust auf ein farbenfrohes Kinoabenteuer mit neuen und alten Freunden hat – und dabei gern über den Sinn von Bildschirmzeit diskutieren möchte – sollte „Toy Story 5“ auf keinen Fall verpassen! Die FSK gibt grünes Licht: Der Film ist für alle Altersgruppen freigegeben.

Nordwest TREUEWELT

Profitieren Sie als Abonnent*in von vielen Vorteilen durch Ihre AboCard

Mehr Infos: NWZonline.de/treuewelt



Der Umwelt zuliebe verzichten wir auf eine AboCard aus Kunststoff fürs Portemonnaie.

Ihre AboCard der Nordwest Treuewelt finden Sie daher digital auf Ihrem Smartphone. Ihre alte Abo-Karte ist nicht mehr gültig.

So erhalten Sie Zugriff auf Ihre digitale AboCard:

1 Laden Sie sich im Play- oder App-Store die **NWZonline-App** herunter.

2 Melden Sie sich mit Ihren persönlichen Zugangsdaten an.
Sie haben noch keine persönlichen Zugangsdaten?
Dann füllen Sie dazu bitte unter **NWZonline.de/freischalten** das Formular aus.

3 Ihre AboCard finden Sie nach Freischaltung über die NWZonline-App im Bereich „Mein Abo“.



Nutzen Sie schon Ihre AboCard auf dem Handy?

Tipp: Nutzen Sie gerne auch unser Online-Angebot **„Hilfe.NWZonline.de“** im Internet. Hier finden Sie ausführliche Erklärvideos und eine Sammlung häufig gestellter Fragen mit den dazugehörigen Antworten. Gerne ist auch unser Kundenservice unter **Telefon 0441 – 99 88 3333** für Sie da.

Anzeiger für Harlingerland · Emder Zeitung · Nordwest Zeitung

Nordwest SHOP

Mit Oskar endlich wieder den Fernseher verstehen!



Tragbarer TV Sprachverstärker Oskar

Nur 269,00 €

Neu!

Ihre Vorteile auf einen Blick:

- ✓ **Nutzung unabhängig** davon, ob bereits ein Hörgerät getragen wird oder nicht.
- ✓ **Mehr Spaß** beim Fernsehen bei normaler Lautstärke.
- ✓ **Erhöhtes Sprachverständnis** und die Fähigkeit Dialoge zu hören, die sonst überhört wurden.
- ✓ Möglichkeit den Grad der **Sprachoptimierung in 3 Stufen** selber zu bestimmen.
- ✓ **Keine Abschottung** durch Kopfhörer und dadurch weiterhin Teilnahme am sozialen Umfeld.
- ✓ Technologie ganz einfach: Keine überflüssigen Funktionen und **Ein-Knopfdruck Prinzip.**

Einfach einscannen und mehr erfahren!

nordwest-shop.de oder telefonisch bestellen unter: **0441/9988-3310**

Praktisch unterwegs und sicher ausgerüstet

MOBILITÄT TÜV Süd zeigt, worauf Verbraucher beim Fahrradzubehör achten sollten

IM NORDWESTEN/MÜNCHEN/ PM – Ob auf dem täglichen Weg zur Arbeit, bei der Wochenendtour oder auf längeren Reisen: Das richtige Fahrradzubehör ist entscheidend dafür, wie komfortabel, sicher und langlebig das eigene Rad im Alltag ist. Besonders Fahrradtaschen für den sicheren Transport sowie Reinigungs- und Pflegeprodukte für den Werterhalt spielen dabei eine zentrale Rolle. TÜV Süd-Produktexperte Daniel Würtz erklärt, worauf Verbraucher achten sollten.

Fahrradtaschen: Sicher und alltagstauglich

„Wer Gepäck mit dem Fahrrad transportiert, sollte vor allem auf ein stabiles Befestigungssystem achten“, so Würtz. Hochwertige Taschen lassen sich sicher am Gepäckträger einhaken und verfügen über zusätzliche Verriegelungen, die ein Lösen während der Fahrt verhindern. Das kann laut Tüv-Mitteilung insbesondere auf unebenen Strecken von Vorteil sein. Unsicher befestigte Taschen können selbst beschädigt werden und auch andere Verkehrsteilnehmer gefährden, wenn sie sich während der Fahrt lösen.

■ **Worauf es beim Kauf einer Fahrradtasche ankommt:**

– Volumen: Für den Arbeitsweg reichen meist 15 - 20 Liter pro Tasche. Für längere Touren sind größere Volumina von insgesamt rund 40 Litern oder mehr sinnvoll, etwa in Form eines Sets aus zwei Packtaschen.

– Material: Wasserabweisend oder idealerweise wasserdicht, etwa aus beschichtetem Polyester oder Planenmaterial.

– Sichtbarkeit: Reflektoren erhöhen die Sicherheit im Straßenverkehr.

– Alltagstauglichkeit: Tragegurte oder Schulterriemen erleichtern den Transport abseits des Fahrradfahrens.

– Gewicht und Zuladung: Taschen und Gepäck sollten das zulässige Gesamtgewicht des Gepäckträgers nicht überschreiten.

Pendler profitieren von gepolsterten Laptop-Fächern, während Tourenfahrer auf ein möglichst großes Volumen und eine robuste Verarbeitung achten sollten.



Komfortabel und sicher unterwegs mit dem richtigen Fahrradzubehör. BILD: TÜV SÜD

Montage und Kompatibilität einer Fahrradtasche

Nicht jede Fahrradtasche passt auf jeden Gepäckträger. Unterschiedliche Strebendurchmesser oder Bauformen können die Montage erschweren. Verstellbare Haken sowie sichere Klick- oder Verriegelungssysteme erhöhen die Stabilität und sorgen für zusätzliche Flexibilität.

„Ein typischer Fehler beim Kauf von Fahrradtaschen ist, dass die Stabilität der Befestigung unterschätzt wird. Zu locker befestigte Taschen können verrutschen oder sich im schlimmsten Fall während der Fahrt lösen. Auch bei voller Beladung sollte die Tasche fest sitzen“, erklärt der Produktexperte. Ein kurzer Test vor der ersten Fahrt, beispielsweise durch kräftiges Rütteln an der beladenen Tasche, hilft, Montagefehler frühzeitig zu erkennen.

Rad-Reinigung und -Pflege: Schutz vor Verschleiß

Neben dem Transportzubehör trägt auch die richtige Pflege wesentlich zur Lebensdauer eines Fahrrads bei. Schmutz, Staub und insbesondere Streusalz greifen Metallteile an und fördern Korrosion. Eine regelmäßige Reinigung mit abgestimmten Pflegesets schützt vor vorzeitigem Verschleiß und erhält die Funktion zentraler Komponenten wie etwa Kette und Schaltung. Zur Grundausstattung zählen dabei unter anderem Fahrradreiniger, Bürsten für Antrieb und Rahmen, Reinigungstücher sowie spezielle Kettenreinigungsgeräte und Schmiermittel. Besonders nach Fahrten bei Nässe oder im Winter empfiehlt sich eine zeitnahe Reinigung, um Schäden zu vermeiden.

Wichtig ist, dass die verwendeten Produkte materialschonend sind und weder den Lack noch empfindliche Bauteile wie Dichtungen oder Carbon angreifen. Wer sein Fahrrad im Freien reinigt, sollte zudem auf umweltfreundliche, biologisch abbaubare Reiniger achten, um Boden und Gewässer nicht zu belasten.

Sicherheit durch Sichtbarkeit und Schutz

Zur sicheren Ausstattung gehören außerdem Beleuchtung, Reflektoren, Klingel, Schloss und Helm. Gerade bei der Nutzung von Fahrradtaschen ist darauf zu achten, dass Rücklichter und Reflektoren nicht verdeckt werden. „Sichtbarkeit im Straßenverkehr ist ein entscheidender Sicherheitsfaktor“, betont Würtz. In Deutschland sind bestimmte Ausstattungen wie Beleuchtung, Reflektoren und Klingel durch die Straßenverkehrs-Zulassungs-Ordnung (StVZO) vorgeschrieben. Fehlende oder verdeckte Elemente können zu Bußgeldern führen. Ein hochwertiges Schloss reduziert zudem das Diebstahlrisiko.

Prüfzeichen geben Sicherheit

Beim Kauf von Fahrradzubehör empfiehlt es sich laut Mitteilung schließlich, auf anerkannte Prüfzeichen zu achten. Kennzeichnungen wie das GS-Zeichen für „Geprüfte Sicherheit“ sowie das TÜV SÜD Oktagon stehen für unabhängig geprüfte Qualität, Belastbarkeit und Gebrauchstauglichkeit. Sie geben Verbrauchern die zusätzliche Sicherheit, dass das Zubehör den Anforderungen im Alltag zuverlässig standhält. Gerade bei sicherheitsrelevanten Komponenten lohnt sich ein genauer Blick auf geprüfte Qualität statt nur auf den günstigsten Preis.

