buss

SALE

buss–wohnen.de

AUSSERDEM:

10%

auf **ALLES**, was in die Tasche passt*

Nur solange **DER VORRAT** reicht!

+ GRATIS *Tasche!*

UVP 17.99

Ab einen Einkaufswert von **50.–**

in versch. **FARBEN** erhältlich

rotho
SWISS DESIGN

*Ausgenommen Top- und Werbepreise
Pro Pluskartenkunde nur einmal einlösbar. Nicht mit anderen Aktionen kombinierbar. Nicht in bar auszahlbar.

Gültig bis zum 06.07.2026

KÜCHENANGEBOT
SOFORT VERFÜGBAR



ABHOLPREIS
EINBAUKÜCHE
1499.–

EINBAUKÜCHE
Front weiß matt, Korpus weiß, Griff Edelstahl-Optik, Arbeitsplatte Berg-Eiche, ca. 2,80 m breit.

Kochfeld KFH60-01
Herd HE-01 (EEK A) Spektrum von A+++ bis D
Geschirrspüler GS60V0B (EEK E) Spektrum von A bis G
Kühl-Gefrierkombi KGK145E (EEK E) Spektrum von A bis G
Unterbauhaube UBH60-01 (EEK B) Spektrum von A+++ bis D
Kohlefilter ZDH-Z-035
Haubenschlacht ZDH-UBH60-01-KS
Mikrowelle MWUVB44-SI



Online-Code:
50010067



150€ sparen!

tw

ECKKOMBI
Bezug beige, 92% Polyester, 8% Nylon, Füße Metall schwarz, ca. 280x192 cm, Liegefläche ca. 210x130 cm, inkl. Schlaffunktion, Arm- und Kopfteilverstellung und Kissen, ohne Dekokissen. Seitenverkehrt montierbar.

ECKKOMBI
~~949.~~
799.–

Online-Code:
4670002101



600€ sparen!

BOXSPRINGBETT
Bezug curry, Kopfteilhöhe ca. 105 cm, Anti-Rutsch 5-Zonen-Taschenfederkern-Matratze, Härtegrad H2 + H3, Stoffbezug im Ganzen, Unterbau Bonellfederkern, Topper Kaltschaum Höhe 8 cm, Fuß Kunststoff Schwarz, Liegefläche ca. 180x200 cm.

BOXSPRINGBETT
~~1899.~~
1299.–

Online-Code:
61960002

34% sparen!

1| ARMLEHNSTUHL
~~259.~~
169.–

1| ARMLEHNSTUHL
Aluminiumgestell pulverbeschichtet matt anthrazit, Flächen Kordel rund natur, inkl. Sitzkissen, B/H/T ca. 62x76x65,5 cm.
2| DINING TISCH
Aluminiumgestell pulverbeschichtet matt anthrazit, Keramik-Tischplatte wood grey, B/H/T ca. 220x100x74 cm.



34% sparen!

2| DINING TISCH
~~689.~~
559.–

Online-Code:
6196009700

Alles Abholpreise in Euro ohne Deko. Für Druckfehler keine Haftung.
Nur solange der Vorrat reicht. Preise gültig bis zum 13.07.2026

buss-wohnen.de/sale

buss

www.nordwest-sonntagsblatt.de | Druckauflage: 78.000
Sonnabend, 27. Juni 2026 | 25. KW | 48. Jahrgang

Nordwest SONNTAGSBLATT

Aurich



Anzeige







www.bosch-freese.de · info@bosch-freese.de
Öffnungszeiten: Mo. – Fr. 8.00-17.30 Uhr

Kultur, Spiel und Spaß

VERANSTALTUNGSTIPPS Auch in dieser Woche gibt es viele interessante Angebote

IM NORDWESTEN – Sie sind auf der Suche nach einer schönen Unternehmung für sich, mit ihrer Familie oder mit Freunden? Hier sind die Veranstaltungstipps der NWZ-Familienwelt.


Viele Rosen steht aktuell im ganzen Nordwesten in voller Blüte. BILD: ANDREAS UNTERBERG

OSTFRIESLAND

Sonntag, 28. Juni, 12 Uhr, Moormerland: Dorffest in Hatshausen-Ayenwolde, Ayenwolder Straße 4-6

Sonntag, 28. Juni, 15 Uhr, Wiesmoor: Heavysaurus – Metal Tour 2026 auf der Freilichtbühne, Freilichtbühnenstraße 64; Tickets online erhältlich unter reservix.de

Sonntag, 5. Juli, 10 Uhr, Südbrookmerland: Kinderfest im Moormuseum Moordorf, Victorburer Moor 7a

Sonntag, 5. Juli, 12 Uhr, Aurich: Hollandmarkt zu Gast in Aurich, auf dem Marktplatz; verkaufsoffener Sonntag

AMMERLAND

Freitag, 3. Juli, 14 Uhr, Wiefelstede: Sommerfest 2026 im Freibad Neuenkruge, Buschstraße 4; Eintritt Kinder: 1,30 Euro, Erwachsene: 2,50 Euro

Samstag, 4. Juli, 9 Uhr, Rastede: European Music Contest 2026 – Musikfest auf dem Turnierplatz im Schlosspark, Friedhofsweg 3a; Kinder bis inkl. 13 Jahre haben freien Eintritt, Tickets online erhältlich unter pretix.eu/EMCR/2026/

OLDENBURG

Samstag, 27. Juni, 11 Uhr: Kristallwerkstatt – Workshop für Kinder ab 7 Jahren im Landesmuseum Natur und Mensch, Damm 38-46; Anmeldung vorab notwendig

Samstag, 27. Juni, 14 Uhr: PixelArt mit Bügelperlen im Oldenburger Computer-Museum, Bahnhofsplatz 10; Eintritt: 5 Euro

Sonntag, 28. Juni, 11 Uhr: Schlossfloh Trödelmarkt auf dem Schlossplatz

Sonntag, 28. Juni, 14.30 Uhr: Buntes Lesefest beim Treffpunkt Kirche der freien evangelischen Gemeinde Oldenburg, Harreweg 151

Sonntag, 5. Juli, 15 Uhr: Neuigkeiten aus der Steinzeit – Familienführung im Landesmuseum Natur und Mensch, Damm 38-46; Anmeldung nicht erforderlich

FRIESLAND/ WILHELMSHAVEN

Sonntag, 28. Juni, 11 Uhr, Wilhelmshaven: Benefit Flohmarkt auf dem Parkplatz des Marktkauf Wilhelmshaven, Flutstr. 94

Sonntag, 28. Juni, 11 bis 12 Uhr, Wilhelmshaven – Öffentliche Führung Zerstörer „Mölders“

Sonntag, 28. Juni, 14 bis 15 Uhr, Wilhelmshaven: Themenführung in der Dauerausstellung „Hilfskreuzer Atlantis“

Dienstag, 30. Juni, 19 bis 21 Uhr , Wilhelmshaven: Abendvortrag Dr. Christian Jentzsch, „Die Bundesmarine und die Verteidigungsplanungen im Kalten Krieg“, Die Teilnahme an

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

Inzahlungnahme & Ankauf Ihres E-Bikes
E-Bike Spezialist
- Inspektion E-Bike für € 69,50, Reparaturen
- Verkauf Neu- & Gebraucht-E-Bikes

Zweiradtechnik-Ostfriesland.de
Fa. Thomas Schroth
Alter Postweg 42, 26427 Dunum,Tel 0151-40737772





Anzeige

Nordmazedonien in der Gruppe entdecken

REISE Das Binnenland zwischen Albanien und Bulgarien hat viel zu bieten

ESCHBORN – Die Länder im südosteuropäischen Raum sind bei vielen Reisenden immer noch weiße Flecken auf dem Reiseatlas. Eine bequeme Art diese Staaten zu erkunden ist im Rahmen einer geführten Rundreise. Der Best-Ager-Spezialist trend-tours hat sein Angebot ausgebaut und erstmals eine eigenständige Rundreise durch Nordmazedonien ins Programm genommen. Bisher wurde das Land ausschließlich in Kombination mit Nachbarstaaten angeboten. Die neue, achttägige Flugreise mit Bus-Rundreise richtet den Fokus nun vollständig auf die facettenreiche Destination.



Die Kirche des heiligen Johann von Kaneo steht auf einer Klippe über dem Kaneo-Strand mit Blick auf den Ohridsee in der Stadt Ohrid. BILD: ANDREA PISTOLESI



Fischerboote liegen im Hafen von Ohrid am gleichnamigen See. Aufgrund seiner Dichte an Kirchen ist das osmanische Städtchen auch bekannt als das Jerusalem des Balkans. BILD: MAILIJA

Unterschätztes Reiseziel im Herzen des Balkans

Nordmazedonien gilt noch immer als Geheimtipp. Zwischen Albanien und Bulgarien gelegen, vereint das Land auf vergleichsweise kleinem Raum eine bemerkenswerte Vielfalt: von ursprünglichen Berglandschaften und Nationalparks bis hin zu historischen Städten und religiösen Stätten.

Im Zentrum steht dabei der Ohridsee, einer der ältesten und tiefsten Seen Europas, dessen klares Wasser und kulturelle Bedeutung ihn zum UNESCO-Welterbe machen.

Die organisierte Reise verbindet bekannte Höhepunkte mit authentischen Einblicken in das Alltagsleben. Stationen wie Skopje, Bitola oder Ohrid zeigen die kulturelle Bandbreite des Landes – geprägt von osmanischen, byzantinischen und modernen Einflüssen.

Gleichzeitig eröffnen Naturerlebnisse in Regionen wie dem Mavrovo-Nationalpark oder der Matka-Schlucht eindrucksvolle Perspektiven auf die Landschaft. Traditionelles Handwerk, regionale Küche und Begegnungen vor Ort ergänzen das Programm.

Neue Perspektiven für erfahrene Reisende

Mit dem neuen Angebot reagiert der Veranstalter auf die wachsende Nachfrage nach weniger bekannten Reisezielen in Europa. Nordmazedonien bietet eine Mischung aus kulturellem Reichtum, landschaftlicher Ursprünglichkeit und vergleichsweise kurzer Anreise – und spricht damit insbesondere Reisende an, die bereits viel gesehen haben und neue Perspektiven suchen.

Die achttägige Flugreise „Nordmazedonien – Juwel des Balkans“ wird in diesem Jahr im September und Oktober und im kommenden Jahr von April bis Juni und von September bis Oktober an verschiedenen Terminen angeboten und ist bereits buchbar. Im Komplettpaket enthalten sind der Hin- und Rückflug nach Skopje, sieben Übernachtungen im Doppelzimmer, Halbpension, Ausflüge laut Programm und deutschsprachige Reiseleitung ab Ankunft in Nordmazedonien.

Zusätzlich kann noch ein Entdecker- & Kulinarik-Paket hinzugebucht werden. Außerdem besteht die Möglichkeit die Reise als Kleingruppe mit maximal 20 Personen zu buchen.

Beratung und Buchung unter Tel. 06196 / 7800 800 oder https://www.trend-tours.de/reisen/nordmazedonien#uebersicht

ANZEIGE

Thema: Cholesterinsenker

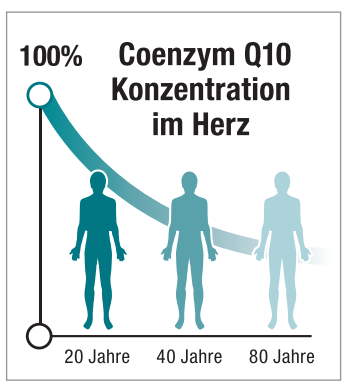
Der unsichtbare Grund für Ihre Müdigkeit?



Wer Cholesterinsenker einnimmt, fühlt sich mitunter müde, erschöpft oder klagt über muskuläre Probleme. Diese Beschwerden sind keine Einbildung – sie können mit der Einnahme von Statinen zusammenhängen. Denn so wichtig diese Medikamente für die Herzgesundheit sind, sie beeinflussen auch andere Prozesse im Körper.

Zu wenig Coenzym Q10!
Statine reduzieren nicht nur die Bildung von Cholesterin, sondern auch die körpereigene Produktion von Coenzym Q10. Dieser lebenswichtige Stoff ist im Gegensatz zum überschüssigen Cholesterin jedoch von zentraler Bedeutung in unserem Körper. Er wird von jeder einzelnen Zelle zur Energiegewinnung benötigt – besonders von Herz und Muskulatur. Fehlt Coenzym Q10, kann die Energieproduktion in den Zellen spürbar nachlassen – typische Folgen sind Müdigkeit, verminderte Belastbarkeit oder muskuläre Probleme.

Zusätzlicher Abbau mit zunehmendem Alter
Mit zunehmendem Alter nimmt der körpereigene Coenzym Q10 Spiegel ab. Bereits mit 40 Jahren ist er bei Frauen wie Männern um rund ein Drittel reduziert. Patienten, die Cholesterinsenker einnehmen, sind somit gleich doppelt betroffen – durch die verminderte Produktion und den natürlichen altersbedingten Rückgang.
Kardiologen empfehlen daher, neben den Cholesterinsenkern zusätzlich Coenzym Q10 einzunehmen, um die Energieversorgung zu unterstützen und damit die Therapie besser verträglich zu machen.
Um die Speicher wieder aufzufüllen, gibt es in der Apotheke: Dr. Böhm® Coenzym Q10. Nur eine Kapsel täglich versorgt Sie mit der empfohlenen Tagesdosis von 100 mg Coenzym Q10 (Ubichinon)– jene Menge, die auch im Zusammenhang mit Statin-Therapien empfohlen wird.
Fragen Sie einfach aktiv bei der Einlösung des nächsten Statin-Rezepts in Ihrer Apotheke nach.



Das sagt die Patientin
„Seit ich neben meinen Cholesterinsenkern auch Coenzym Q10 nehme, hat sich mein Zustand deutlich verbessert. Die Muskelschmerzen, die mich so lange geplagt haben, sind fast verschwunden, und ich fühle mich viel weniger erschöpft.“

Das sagt die Wissenschaft
Der Nutzen einer unterstützenden Coenzym-Q10 Einnahme während einer Statin-Therapie ist wissenschaftlich belegt. Studien zeigen etwa einen signifikanten Rückgang von Muskelschwäche und -ermüdung.[1]

Gibt es Unterschiede bei Coenzym Q10?
Es gibt Coenzym Q10, das sogenannte Ubichinon, und es gibt Ubichinol - die reduzierte Form von Coenzym Q10.
Wichtig zu wissen: Ein Großteil aller klinischen Studien im Bereich kardiovaskuläre Erkrankungen wurde mit Ubichinon durchgeführt.[2] Daher gibt es für Ubichinon und die Wirkung auf die Herzgesundheit eine große wissenschaftliche Evidenz.

Tipp: Die bestmögliche Aufnahme erzielt man, wenn Ubichinon zusätzlich in Öl gelöst wurde (z. B. in Weichkapseln).

[1]Qu H et al.. J Am Heart Assoc 2018; 7 (19): e009835, 2 Fladerer J-P, Grollitsch S. Current Cardiology Reports 2023. [2]Fladerer J-P, Grollitsch S. Current Cardiology Reports 2023

Ergänzung zu Statinen



Nahrungsergänzungsmittel

Dr. Böhm® Coenzym Q10

- Nur 1x täglich – 100 mg Ubichinon
- Verringert Müdigkeit (Vitamin B12)
- Sehr gute Bioverfügbarkeit – in Öl gelöst

Falls nicht vorrätig, bestellt Ihre Apotheke Dr. Böhm® Coenzym Q10 für Sie:
PZN: 20398051 (30 Stk) UVP: 19,90 €

Gut zu wissen: Dr. Böhm® ist seit über 55 Jahren die führende Apothekenmarke Österreichs. Das Familienunternehmen produziert exklusiv in Deutschland und Österreich.

Ols Backhaus geht zum SV Meppen

FUßBALL 3. LIGA 20-jähriger Esenser wechselt vom FC St. Pauli II zum SV Meppen

VON HENNING WIETING

ESENS/MEPPEN – Die Zeit des Fußballers Ols Backhaus im Trikot der U23 des FC St. Pauli hat ein Ende: Der 20-jährige Ostfriese transferiert zur kommenden Saison nämlich vom Regionalliga-Absteiger FC St. Pauli II zum Drittliga-Aufsteiger SV Meppen – nach zuletzt mehreren Verletzungen. Diesen spektakulären Wechsel hat Ralf Backhaus, Vater des Defensivspielers und Trainer des Landesliga-Absteigers TuS Esens, jetzt bekannt gegeben. „Ols ist ein junger Spieler, mit sehr viel Talent. Er ist einer der talentiertesten Spieler, die wir bisher im Nachwuchsleistungszentrum hatten“, lobt der Sportliche Leiter des SVM, Olufemi Smith.



Der frisch gebackene ostfriesische Fußball-Profi aus Esens und sein stolzer Vater: Ols und Ralf Backhaus in der Hänsch-Arena des Fußball-Drittligisten SV Meppen. BILD: SV MEPPEN

Seit 31. August keine Minute mehr gespielt

Das Kuriose: Ols Backhaus hat wegen Außenmeniskus-Problemen im Knie und damit verbundenen ständigen Aufbautrainings seit dem 31. August letzten Jahres keine einzige Regionalliga-Minute mehr für St. Pauli in der Regionalliga gespielt – und tauchte auch nicht mehr im Kader der Kiez-Kicker auf. Doch während seine Mitspieler als 16. der abgelaufenen Regionalliga-Saison mit nur 25 Zählern bis zum Lizenzentzug des TSV 1860 München die Fünftklassigkeit drohte, geht es für Ols Backhaus eine Liga höher in den Berufs-Fußball der Dritten Liga. „Meppen hat Ols schon länger beobachtet und ihn unbedingt haben wollen“, so der stolze Papa, der mit ins Emsland zur Vertragsunterschrift gereist war. Für den jungen Verteidiger ist der erste Profi-Vertrag, der zunächst über zwei Jahre läuft, somit ein gewaltiger Vertrauensvorschuss und ein großer Schritt nach vorn in der Sportler-Karriere.

„Ich freue mich sehr auf die neue Herausforderung in Meppen und es ist eine Ehre für mich, für den emsländischen Traditionsverein jetzt auch im Herrenbereich spielen zu dürfen“, so der 20-Jährige nach seiner Unterschrift. Zuvor musste er sich noch einmal eingängigen Untersuchungen unterziehen. Für den Rechtsfuß ist das Meppen-Engagement quasi ein „coming home“. Bis zum 16. Lebensjahr spielte Ols Backhaus zwei Jahre beim SV Meppen, bevor er den Sprung ins Internat des FC St. Pauli wagte. Sein Trainer beim SVM damals in der B-Jugend: Lucas Beniermann. Eben jener Erfolgstrainer, der mit seinem Team die Regionalliga Nord in der vergangenen Saison beherrschte – 103:35 Tore, klar bester Sturm und beste Abwehr der Liga – und in Liga drei zurückmarschierte. Dort, wo der 1912 gegründete Verein von 2017 bis Ende der Saison 2023 zuletzt spielte.

Beniermann, selbst erst 35 Jahre alt, weiß aus jungen, hungrigen Spielern ein Team zu formen, das in seinem Premierenjahr nach einem kompletten Umbruch direkt in den bezahlten Fußball zurückgekehrt ist. Da passt ein 20-jähriger Ols Backhaus als Sechser mit seinen großen technischen Fähigkeiten und seiner Zweikampfstärke gepaart mit Spielübersicht offenbar prima in die Gedankenspiele des Trainers. Denn Beniermann wusste ja, was er an dem Ostfriesen schon im Alter von 16 Jahren hatte.

Hänsch-Arena fasst 13.241 Zuschauer

Die Hänsch-Arena mit ihren 13.241 möglichen Zuschauern wird jetzt die neue Spielwiese des Ols Backhaus. Sofern er von Verletzungen verschont bleibt und er sich in der Vorbereitung der Blau-Weißen durchsetzen kann. Apropos blau und weiß. Diese Farben hat der 1,81 Meter große Sechser von Kindesbeinen beim TuS Esens getragen. „Die Grundausbildung von der G- bis zur C-Jugend hat er bei mir genossen“, grinst Vater Ralf. Und ohne diese – gepaart mit dem Backhaus’schen Ehrgeiz – wäre er vermutlich kein Profi geworden. Die Karriere bleibt nach oben offen...

Leidenschaft für Sonnenschutz
handwerkliche Perfektion- innovative Technik

Glasdächer · Sonnenschutz · Insektenschutz · Gartenmöbel · Raum und Design
SONNENSCHUTZ & RAUMDESIGN
Everwien
26506 Norden - Molkereilohne 35 • Tel. 04931-9394-0
info@everwien.de

Nordwest SONNTAGSBLATT
www.nordwest-sonntagsblatt.de

Zuhause sein und bleiben – auch in den schwersten Tagen
Durch die koordinierte Versorgung und die enge Zusammenarbeit mit Pflegediensten, Ärzten und Apotheken ist es möglich, in kürzester Zeit die notwendigen Strukturen für eine umfangreiche Begleitung in der eigenen Häuslichkeit zu schaffen.
Das Palliative-Care-Team Ostfriesland versorgt Menschen mit einer unheilbaren Erkrankung und belastenden Symptomen mit dem Ziel, die Selbstbestimmung und Lebensqualität bis zuletzt im eigenen Zuhause zu ermöglichen. Das Zuhause kann auch das Pflegeheim sein.
An 365 Tagen im Jahr steht das Team Betroffenen rund um die Uhr zur Seite!
Auch und besonders in Krisensituationen. Dadurch können Krankenhausaufenthalte vermieden werden.
Die **spezialisierte ambulante Palliativversorgung (SAPV)** ist eine Leistung der Krankenkassen, die unabhängig von den Leistungen der Pflegeversicherung besteht.
Palliative-Care-Team Ostfriesland GmbH
SAPV: „Wir sind da“
Sie benötigen Unterstützung und Hilfe?
Wir sind da. SAPV Versorgung ist:
• kostenfrei für gesetzlich und die meisten privat Versicherten.
• unabhängig von Leistungen der Pflegeversicherung, Pflegegeld und Pflegesachleistungen bleiben erhalten.
• Unterstützung, wenn die Belastung am größten wird!
• Unterstützung für Betroffene, Angehörige und ärztliche Kollegen.
• Übernahme von organisatorischen Aufgaben im Bereich Medizin und Versorgung.
• 24 h Erreichbarkeit!
Informieren Sie sich:
Tel. (0491) 96099940
Hafenstraße 15 · 26789 Leer
Fax: 96099941 · E-mail: info@pct-ostfriesland.de

WÄRME, DIE BLEIBT.
Holz, das durch den Winter trägt
JETZT VORRAT ZUM SOMMERPREIS SICHERN!
3% RABATT AB 4 SRM
REGIONAL & NACHHALTIG
HOHER HEIZWERT
ZUVERLÄSSIG & FAIR
OFENFERTIGES BRENNHOLZ
Sofort einsatzbereit
BUCHE ab 135 €/SRM
HARTHOLZ-MIX ab 125 €/SRM
VORGELAGERTES BRENNHOLZ
Ideal zum Einlagern
LAUBHOLZ-MIX ab 105 €/SRM
GATHER
BRENNHOLZ
REGIONAL. NACHHALTIG. WÄRMEND.
JETZT BESTELLEN!
0176 6277 0823
LIEFERUNG MÖGLICH
PERSÖNLICHE BERATUNG


Sammeln kann helfen ...
Briefmarken schaffen in Bethel wertvolle Arbeitsplätze für behinderte Menschen. Bitte schicken Sie uns Ihre Briefmarken. Vielen Dank.
Briefmarkenstelle Bethel · Quellenhofweg 25 · 33617 Bielefeld
www.briefmarken-fuer-bethel.de
256
Bethel

Neueröffnung ab dem 01. Juli in Aurich!
Dr. Leusmann Augenheilkunde

Terminabsprachen unter Tel. 04941/9803066
oder info@augenaurich.de
Leerer Landstraße 69 · 26603 Aurich · augenaurich.de

Ab sofort
Dieses Jahr im Schuhhaus
Ab sofort
Zeltverkauf... mal anders!
Einzel- und Restpaare
zu stark reduzierten Preisen!
SCHUH CRAMER
Mo. - Fr.: 9.00 - 13.00 Uhr, 14.00 - 18.00 Uhr
Mittwoch Nachmittag geschlossen
Sa.: 9.00 - 13.00 Uhr
Inh. Ute Lübben
Westvictorburer Straße 14 · 26624 Südbrookmerland
☎ (0 49 42) 14 49 · www.schuh-cramer.de

Sommergenuss: Jetzt ist Zeit für Süßkirschen

OBST Kirschen überzeugen mit Aroma, gesunder Vielfalt und spannender Herkunft



Süßkirschen sind in erster Linie Naschfrüchte und wandern meist direkt von der Hand in den Mund.
BILD: PIXABAY

IM NORDWESTEN/BZFE – Süßkirschen wandern meist direkt von der Hand in den Mund. Aber auch in der Küche zeigen sie sich äußerst vielseitig – etwa im Obstsalat, in Smoothies, in Frozen Joghurt oder einem cremigen Dessert. Herzhaften Gerichten wie sommerlichen Salaten, Flammkuchen oder einer Kirsch-Caprese mit Mozzarella verleihen sie eine aromatisch-fruchtige Note.

Die Süßkirsche (Prunus avium) gehört als Steinobst zur Familie der Rosengewächse. Sie stammt von der im Kaukasus wild vorkommenden Vogelkirsche ab und wurde zunächst im Schwarzmeerraum kultiviert. Heute wird sie weltweit in gemäßigten Klimazonen angebaut. Hierzulande umfasst die Anbaufläche für Süßkirschen nach Angaben des Statistischen Bundesamtes rund 5.700 Hektar (2025). Die Top-Anbauländer sind Baden-Württemberg, Rheinland-Pfalz und Bayern. Da der heimische Anbau den Bedarf nicht decken kann, werden Süßkirschen vor allem aus der Türkei, Spanien und Griechenland importiert.

Ob gelb, gelb-rot, hell- oder dunkelrot – im Allgemeinen wird zwischen weichfleischigen, saftigen Herzkirschen und festfleischigen, knackigen Knorpelkirschen unterschieden. Knorpelkirschen sind aufgrund ihres festeren Fruchtfleischs etwas länger haltbar und daher besonders häufig im Handel zu finden.

Kirschen sind mit ihrem hohen Wasseranteil kalorienarm. Sie liefern neben Kohlenhydraten in Form von Zucker (13 Prozent) auch Fruchtsäuren und Ballaststoffe, Mineralstoffe wie Kalium, Calcium und Magnesium, B-Vitamine wie Folsäure sowie Vitamin C. Ihre rote Farbe verdanken alle Sorten vor allem den Anthocyanen, die zu den sekundären Pflanzenstoffen zählen und als Antioxidanzien zellschützend wirken können. Je dunkler das Rot, desto höher ist der Anteil.

Ein alter Mythos lautet: Zu Kirschen soll man kein Wasser trinken, sonst bekommt man Bauchweh. Vermutlich geht diese Warnung auf Zeiten mit schlechterer Trinkwasserqualität zurück, was eher die Beschwerden verursacht hat, als die Kirschen selbst. Diese Sorge ist heutzutage aber unbegründet. Bei empfindlichen Menschen können größere Mengen Kirschen aber Blähungen verursachen. Denn auf der Schale können von Natur aus Hefen vorkommen, die den Fruchtzucker vergären und dabei Kohlendioxid bilden. Deshalb ist es ratsam, Kirschen vor dem Verzehr stets gründlich zu waschen.

Heimische Süßkirschen haben von Juni bis August Saison. Regionale Ware findet man häufig auf Wochenmärkten oder direkt beim Obsthof – teilweise auch zum Selberpflücken. Reife, frische Früchte sind prall und sortentypisch gefärbt, mit glänzender Haut und grünem, glattem Stiel. Wenn der Stiel fehlt oder die Früchte Risse und Druckstellen haben, können Mikroorganismen leichter eindringen und den Verderb beschleunigen.

Kirschen werden von Hand und reif geerntet, da sie nicht nachreifen. Zu Hause am besten möglichst rasch essen oder verarbeiten. Im Gemüsefach des Kühlschranks bleiben sie auf Küchenpapier in einer Dose gelagert zwei bis drei Tage lang frisch. Die Früchte erst kurz vor dem Verzehr unter fließendem Wasser abspülen und anschließend entstielen oder als Naschobst mit Stiel servieren. Wird der Stiel vorher entfernt, geht durch die offene Stelle an der Frucht beim Waschen Saft und Aroma verloren.

Punktehandel wird zukünftig sanktioniert

MOBILITÄT Änderung des Straßenverkehrsgesetzes tritt am 1. Juli in Kraft



Beim Straßenverkehrsgesetz treten Änderungen in Kraft: Unter anderem wird ab dem 1. Juli der Punktehandel bei Ordnungswidrigkeiten im Straßenverkehr verboten.
BILD: PIXABAY/BLICKPIXEL

IM NORDWESTEN/PM – Wer am Punktehandel beteiligt ist, muss in Zukunft mit Konsequenzen rechnen. Darauf weist der ADAC in einer Pressemitteilung mit Blick auf die zum 1. Juli in Kraft tretende Aktualisierung des Straßenverkehrsgesetzes (StVG) hin. Künftig ist es verboten, eine Behörde durch falsche Angaben zur Beteiligung an einer Ordnungswidrigkeit zu täuschen oder entsprechende Dienstleistungen anzubieten. Verstöße können mit einem Bußgeld von bis zu 30.000 Euro geahndet werden. Der ADAC, der sich laut Mitteilung seit vielen Jahren für die Schließung dieser Gesetzeslücke eingesetzt hat, begrüßt den Schritt als wichtigen Beitrag für mehr Verkehrssicherheit.

Die StVG-Novelle enthält darüber hinaus eine gesetzliche Grundlage für eine weitgehend automatisierte Überwachung von Parkverstößen im ruhenden Verkehr durch sogenannte Scancars. Damit sollen sowohl Schwarzparker (Parken ohne entsprechende Berechtigung) als auch Falschparker (Parken im Haltverbot) erfasst werden können. Ob und in welchem Umfang sich diese Technik in der Praxis bewährt, bleibt abzuwarten. Aus Sicht des ADAC können Scancars Kommunen und Gemeinden zwar bei der Ahndung von Parkverstößen unterstützen, sie sind jedoch keine flächendeckende Lösung und lösen nicht das grundsätzliche Parkplatzproblem.

Für Verbraucher wird auch eine weitere Änderung relevant: Die Frist für die Verfolgungsverjährung von Verkehrsordnungswidrigkeiten wird von drei auf sechs Monate verlängert. Konkret bedeutet das, dass Autofahrer nach einem Verkehrsverstoß deutlich länger als bisher mit einem Bußgeldverfahren rechnen müssen.

Außerdem schafft die Gesetzesänderung die Grundlage für den digitalen Führerschein. Dieser soll im Laufe des Jahres über eine Smartphone-App zur Verfügung stehen, sobald die technischen Voraussetzungen erfüllt sind. Der klassische Scheckkartenführerschein bleibt weiterhin uneingeschränkt gültig.

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





Mit graviertem Boden:
„Sonderedition Nordwest-Zeitung“

Limitiert auf 80 Exemplare!

TUTIMA Glashütte/SA Uhr
M2 Coastline 6150-94
Sonderedition 80 Jahre NWZ

- ✓ Gehäuse: Reintitan
- ✓ Band: Reintitanband
- ✓ Durchmesser: 43 mm
- ✓ Werk: Automatikwerk Kal. Tutima 330

1.950,00 €

Nordwest SHOP

Bitte beachten Sie:
Unsere exklusiven Uhren werden nach Bestellung extra angefertigt und haben eine Lieferzeit von ca. 6-8 Wochen.

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

Unterschätzter Risikofaktor für Sodbrennen

GESUNDHEIT Umfrage zeigt, was uns auf den Magen schlägt – Frauen offenbar häufiger betroffen

IM NORDWESTEN – Der Grillabend war schön, Würstchen und Co. schmeckten lecker – doch kaum liegt man später im Bett, beginnt es hinter dem Brustbein zu brennen. Sodbrennen und saures Aufstoßen gehören für viele Menschen zu den lästigen Begleitern des Alltags.

Neue Daten zeigen nun, dass dabei oft nicht nur das Essen eine Rolle spielt. Eine aktuelle Umfrage unter 1.001 Menschen zwischen 35 und 65 Jahren mit Refluxbeschwerden zeigt, dass viele wiederkehrend darunter leiden.

Frauen berichten dabei häufiger über regelmäßige oder sogar chronische Beschwerden als Männer.



Die Grillsaison ist in vollem Gange, doch es ist nicht die Ernährung allein, die den Magen belasten kann.

BILD: DJD/DR. KADE/GRAPHICSWIZARD/123RF

Reaktion auf Stress

Als wichtigste Auslöser nennen die Befragten säurehaltige Lebensmittel und Getränke (59 Prozent), gefolgt von scharfen oder fettreichen Speisen (51 Prozent) sowie üppigen Mahlzeiten (49 Prozent). Überraschend weit oben auf der Liste steht außerdem Stress: 39 Prozent sehen darin einen persönlichen Trigger – noch vor späten Mahlzeiten oder Alkohol.

Dieser Aspekt wurde auch wissenschaftlich untersucht. In einer Studie mit 439 Medizinstudierenden zeigte sich ein klares Muster: Je höher das Stresslevel, desto häufiger traten Refluxsymptome auf.

Ein durchaus nachvollziehbarer Gedanke, denn wenn der Kopf unter Druck steht, reagiert oft auch der Bauch sensibel.

Schnelle Linderung gewünscht

Wer Stress als Trigger nennt, beschreibt vor allem private Belastungen, Konflikte, mentale Überforderung und Schlafmangel. Aber auch hormonelle Veränderungen können eine Rolle spielen: Rund jede fünfte Frau zwischen 50 und 59 Jahren nennt die Wechseljahre als Ursache oder Verstärker ihrer Beschwerden. So verschieden die Auslöser auch sind, bei der Behandlung sind sich die meisten einig: 84 Prozent erwarten von einem Mittel gegen Sodbrennen eine schnelle spürbare Linderung. Bei akuten Beschwerden können rezeptfreie Antazida die Magensäure binden. Riopan etwa enthält den Wirkstoff Magaldrat und gehört zu den sogenannten Schichtgitterantazida. Es kann überschüssige Magensäure bedarfsgerecht neutralisieren und zu einer schnellen, lang anhaltenden Linderung beitragen.

Wann zum Arzt?

Häufiges Sodbrennen sollte ärztlich abgeklärt werden. Das gilt insbesondere dann, wenn die Beschwerden mehrmals pro Woche auftreten oder von Schluckbeschwerden, Gewichtsverlust oder Schmerzen begleitet werden. Zudem kann jeder selbst etwas zur Vorbeugung tun. Tipps hierzu gibt es beispielsweise unter www.riopan.de. So helfen oft kleinere Mahlzeiten, viel stilles Wasser oder Tee trinken, ausreichend Abstand zwischen Abendessen und Schlafengehen sowie regelmäßige Entspannungsübungen.

Anzeige

Lomako

KLEINKIND-PROPHYLAXE

Gesunde Zähne beginnen vor der Geburt – stimmt das?



Ja es stimmt, denn Karies startet oft nicht im Kinderzimmer, sondern im Alltag der Familie. Schon kleine Gewohnheiten machen einen großen Unterschied: **Bitte nicht den Schnuller ablecken** oder den Löffel „saubermachen“ und dann weitergeben. Auf diese Weise können Bakterien leichter übertragen werden. Auch beim Thema Ernährung gilt: **weniger Zucker ist mehr.**

Eine zuckerarme Ernährung unterstützt den Zahnschmelz und ein Ernährungstagebuch für 1 Woche zeigt schnell, wo sich versteckte Zuckerfallen verstecken **(Spoiler: Saft & Quetschie sind oft „Zucker mit Image“).**

Und wann startet die Mundpflege?
Ab dem ersten Zahn. Sanft, spielerisch, ohne Drama, aber konsequent. Wir zeigen dir einfache Handgriffe, altersgerechte Hilfsmittel und wie du Zähneputzen zur Routine machst, ohne dass es täglich zu Verhandlungen kommt wie auf einem Basar.



Mehr erfahren Sie in der Praxis
Dr. Annemarie Stenchly-Lomako,
26607 Aurich Tel.: 04941 972097

www.gartendiscounter.de
Gültig bis 4.7.2026

Alu-Terrassenüberdachungen zu absoluten Tiefstpreisen sichern!

GARTEN KÖNIG



(diese Modelle sind nicht mehr rabatttierfähig)

5x3m (BxT) inkl. Stegplatten	5x3,5m (BxT) inkl. Stegplatten	6x3,5m (BxT) inkl. Stegplatten	6x4m (BxT) inkl. Stegplatten
1849.-	1949.-	2149.-	2249.-
5x3m (BxT) inkl. 8mm VSG klar	5x3,5m (BxT) inkl. 8mm VSG klar	6x3,5m (BxT) inkl. 8mm VSG klar	6x4m (BxT) inkl. 8mm VSG klar
2849.-	3299.-	3549.-	3949.-

20% Rabatt auf alle Terrassendächer und Sommergärten!

alle gewünschten Größen bis zu einem Ausfall von 5 Metern lieferbar - Kostenloses Aufmaß bei Ihnen Zuhause! - preiswerte und fachgerechte Montage, innerhalb von 10 Werktagen möglich! - schnelle Lieferzeit, Terrassendächer mit Stegplatten 5 Tage, mit VSG Glas 10 Werktage! - Tiefpreisversprechen! Sehen Sie eine vergleichbare Alu-Terrassenüberdachung günstiger, erhalten Sie den gleichen Preis!



Garten-haus der Woche

1399.-
1400€ gespart

Blockhaus „Nizza“
B 390 cm x T 300 cm, 28 mm Wandst., anthrazit vorimprägniert
statt 2799.-* *UVP des Herstellers



1000€ gespart
1199.-

Blockhaus „Nizza“
Breite 390 cm x Tiefe 300 cm, 28 mm Wandstärke
statt 2199.-* *UVP des Herstellers



Gerätehaus „Rom“/“Denver“
Breite 200 cm x Tiefe 200 cm, 28 mm Wandstärke
statt 1499.-* *UVP des Herstellers 849.-

Gerätehaus „Paris“/“Montreal“
Breite 250 cm x Tiefe 220 cm, 28 mm Wandstärke
statt 1749.-* *UVP des Herstellers 899.-

Gerätehaus „London “/“Toronto “
Breite 300 cm x Tiefe 250 cm, 28 mm Wandstärke
statt 1849.-* *UVP des Herstellers 999.-

Gartenhaus „Athen“/“Vancouver “
Breite 250 cm x Tiefe 300 cm, 28 mm Wandstärke
statt 1849.-* *UVP des Herstellers 999.-

Gerätehaus „Madrid“/“Ontario “
Breite 300 cm x Tiefe 300 cm, 28 mm Wandstärke
statt 2419.-* *UVP des Herstellers 54% gespart 1111.-



1999.-

Gartenhaus „Davos“
Breite 500 cm x Tiefe 300 cm, 28 mm Wandst.
statt 3299.-* *UVP des Herstellers



Gartenzaun der Woche
40€ gespart
49.99

Megastabiler Bohlenzaun „Tytus“
Breite 180 cm x Höhe 180 cm, kdi, gerade
statt 89,99

Garten König GmbH - Sitz der Gesellschaft: 26215 Wiefelstede - HRB 205287

Am großen Stein 4, 26835 Hesel
Gewerbestr. 54, 26624 Georgsheil
Telefon: 04950 / 990104
Telefon: 04942 / 990588, 0176 / 35463217
hesel@der-gartenkoenig.de
georgsheil@der-gartenkoenig.de

Öffnungszeiten: Mo-FR: 9.00-18.00 Uhr, SA: 9.00-14.00 Uhr

*Unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers. Alles Abholpreise ohne Dekoration. Abb. können vom Original abweichen. Alle Maße sind Ca. Maße. Technische Änderungen und Irrtümer, sowie Farbabweichunngen vorbehalten. Alle Häuser sind unbehandelte Bausätze. Nur solange der Vorrat reicht!

Auch kleine Raten bergen finanzielle Risiken

VERBRAUCHERTIPP Was bei Finanzierungsangeboten zu beachten ist

IM NORDWESTENDJD – Das Angebot ist verlockend: Mit wenigen Mausklicks ist das neue Smartphone oder die Kaffeemaschine bestellt. Und die Rechnung? Die wird erst Wochen später fällig oder kann bequem in mehreren Raten abgestottert werden. „Jetzt kaufen, später bezahlen“ hat sich als Bezahltrend insbesondere im Onlinehandel etabliert. Was auf den ersten Blick einfach und komfortabel erscheint, kann die eigene finanzielle Stabilität empfindlich aus dem Gleichgewicht bringen. Eine Monatsrate über 20 Euro hier, weitere 100 Euro monatlich für den neuen Fernseher und nochmals 50 Euro für das jüngste Online-Mode-Shopping: Auch die Summe vieler einzelner Zahlungsverpflichtungen kann zur Überschuldung führen.



Jetzt kaufen, später zahlen: Derartige Angebote klingen auf den ersten Blick verlockend. Allerdings können auch kleine Raten schleichend in eine Überschuldung münden. BILD: DJD/S-COM

Finanziellen Überblick behalten

Angesichts gestiegener Lebenshaltungskosten nutzen viele Menschen Finanzierungen auch für kleinere Anschaffungen, um Löcher im Budget zu stopfen oder sich trotz knapper Kasse Konsumwünsche zu erfüllen. Doch wer mehrere Käufe gleichzeitig über unterschiedliche Dienstleister finanziert, kann rasch die Übersicht darüber verlieren, wann welche Rate den Kontostand belastet. „Wenn die Zahlung in die Zukunft verschoben wird, fühlt sich der Kauf in dem Moment weniger real an. Die meisten Menschen bewerten diese Ausgaben dann als weniger belastend – das erhöht die Wahrscheinlichkeit, mehr Geld auszugeben als eigentlich geplant“, erläutert Korina Dörr, Leiterin des Beratungsdienstes Geld und Haushalt. Dieser psychologische Effekt kann dazu führen, dass Hemmschwellen sinken, die bei einer sofortigen Zahlung bestehen würden.

Überschuldung vorbeugen

Um die Kontrolle über die eigenen Finanzen zu behalten, empfiehlt sich ein bewusster Umgang: Jedes Angebot zur späteren Zahlung sollte wie ein klassischer Kredit behandelt werden. Sich vorab ein monatliches Ratenbudget festzulegen, das nicht überschritten wird, kann ebenfalls helfen.

Zudem kann man sich vor jedem Kauf fragen: „Könnte ich den Betrag auch sofort bezahlen?“. Ist dies nicht möglich, ist ein Verzicht oft die vernünftigere Entscheidung – zumindest bei Produkten, die für den Alltag nicht unverzichtbar sind.

Wichtig zu wissen: Auch bei zinsfreien Modellen nach dem Motto „Buy now, pay later“ handelt es sich rechtlich oft um Kredite oder kreditähnliche Produkte mit entsprechenden Verpflichtungen. Wer die Zahlungsfristen versäumt, muss mit Konsequenzen rechnen. Um die Übersicht zu behalten, sollte man sich Zahlungstermine und fällige Raten notieren, um nicht überrascht zu werden. Geld und Haushalt bietet unter www.geld-und-haushalt.de verschiedene kostenfreie Möglichkeiten an, zum Beispiel das Online-Haushaltsbuch „Web-Budgetplaner“ oder auch gedruckte Haushaltsbücher.

Medizin ANZEIGE

Wunderwaffe Kreatin?
Was ist dran am Trendstoff?



Kreatin unterstützt die Regeneration von ATP, der wichtigsten Energiequelle des Körpers.[1] Ab spätestens 40 sinken die körpereigenen Kreatinspeicher, Muskelmasse nimmt ab – Kraft und Belastbarkeit lassen nach.
Hochwertige Kreatin-Produkte enthalten Kreatin-Monohydrat ohne unnötige Füllstoffe, sind gut löslich und geschmacksneutral. Besonders gefragt sind Pulver mit Vitamin B5, das zu normaler geistiger Leistung beiträgt. Das neue pureSGP Kreatin (Apotheke) kombiniert reinstes Kreatin-Monohydrat mit Mikronährstoffen: u. a. Vitamin B5 sowie Niacin für einen normalen Energiestoffwechsel. Ein durchdachtes Konzept für körperliche Energie ab 40.

NEU
Für Ihre Apotheke:
pureSGP Kreatin
(PZN 20330254)
www.puresgp.de



[1]Kreider RB et al. (2017): International Society of Sports Nutrition position stand: safety and efficacy of creatine supplementation in exercise, sport, and medicine. J Int Soc Sports Nutr. • Abbildung Betroffenen nachempfunden

Thema Nervenschmerzen

Wenn der Ischias nervt!

So bekommen Sie die Nervenschmerzen in den Griff

Zieht es schmerzhaft vom Rücken bis ins Bein, steckt umgangssprachlich häufig der „Ischias“ dahinter: Durch eine Reizung oder Quetschung des Ischias-Nervs können starke Nervenschmerzen entstehen, die oft kaum auszuhalten sind. Mit Restaxil (Apotheke, rezeptfrei) ist es Experten gelungen, ein vielversprechendes Arzneimittel speziell bei Nervenschmerzen zu entwickeln.

Langes Sitzen am Schreibtisch oder im Auto, schweres Heben, falsches Bücken – und schon ist er da! Ein stechender, brennender Schmerz im unteren Rücken, der über den Po bis zum Fuß ausstrahlen kann. Die einen klagen zudem über Taubheitsgefühle oder ein Kribbeln an den betroffenen Stellen. Andere wiederum fühlen sich sogar wie vom „Strom durchflossen“. Hinter den Schmerzen rund ums Gesäß steckt meist der Ischias-Nerv, der so dick wie unser Daumen ist und sich vom Rücken bis zum Knie verzweigt. Wird Druck auf den Ischias-Nerv ausgeübt, z. B. durch falsche Bewegungen oder Verspannungen, kann dieser gequetscht oder gereizt werden: Er sendet Schmerzsignale an unser Gehirn. Auch eine verrutschte Bandscheibe, die auf den Nerv drückt, kann die Ursache sein. Zeit zu handeln!



Die Nervenschmerzen bei einer Ischialgie strahlen bei den meisten Betroffenen entlang des Ischias-Nervs im unteren Rückenbereich, Gesäß und Bein aus.

Abbildung Betroffenen nachempfunden

Nervenschmerzen im Ischias gezielt behandeln

Aus medizinischer Sicht ist es wichtig, für eine erfolgreiche Behandlung direkt an den Nervenschmerzen anzusetzen. Überraschend: Bei Nervenschmerzen zeigen viele Schmerzmittel nur wenig Wirkung, denn sie bekämpfen meist Entzündungen. Anders die Schmerztropfen Restaxil, die speziell zur Behandlung von Nervenschmerzen, wie z. B. bei einer Ischialgie, entwickelt wurden. So wird etwa der Arzneistoff **Iris versicolor** in Restaxil laut Arzneimittelbild vor allem bei Ischialgien mit ziehenden, reißenden und brennenden Schmerzen im Hüftnerv bis zum Fuß eingesetzt. Nicht weniger eindrucksvoll wirkt **Cimicifuga racemosa**: Der Arzneistoff kommt erfolgreich bei ausstrahlenden Schmerzen im Rücken sowie bei Neuralgie im Becken zum Einsatz. Dabei bekämpft er Druck und Schmerz in der Lenden- und Kreuzbeingegend sowie längs des Ischias-Nervs. Doch nicht nur das: Auch bei Taubheitsgefühlen verspricht er Linderung!

5-fach-Wirkkomplex, gut verträglich

Für Restaxil haben Wissenschaftler Iris versicolor und Cimicifuga racemosa in spezieller Dosierung mit drei weiteren bewährten Arzneistoffen kombiniert. Gemeinsam bilden sie den besonderen 5-fach-Wirkkomplex von Restaxil!
Das Beste: Die Schmerztropfen sind nicht nur wirksam, sondern zugleich gut verträglich und somit auch für die Einnahme bei chronischen Schmerzen geeignet. Nehmen Sie Ihre Schmerzen nicht länger in Kauf und fragen Sie in der Apotheke gezielt nach Restaxil!

Bekannt aus dem TV
Für Ihre Apotheke:
Restaxil
(PZN 12895108)



www.restaxil.de

RESTAXIL. Wirkstoffe: Gelsemium sempervirens Dil. D2, Spigelia anthelmia Dil. D2, Iris versicolor Dil. D2, Cyclamen purpurascens Dil. D3, Cimicifuga racemosa Dil. D2. Homöopathisches Arzneimittel bei Neuralgien (Nervenschmerzen). • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • Restaxil GmbH, 82166 Gräfelfing

Minions entfesseln Monster-Chaos in Hollywood

KINO Kaulitz-Brüder leihen Animationsfiguren ihre Stimmen – Neuer „Minions“-Film startet am 1. Juli



Sie sind wieder da: Die kleinen gelben Minions wollen diesmal in Hollywood einen Horrorfilm drehen. Ein (Hai-)Monster haben sie schon gefunden. BILD: UNIVERSAL PICTURES

IM NORDWESTEN/ZA – Bill und Tom Kaulitz sind im Gespräch. Nicht nur, dass das prominente Paar (ehemals „Tokio Hotel“) am 5. Dezember die „Wetten, dass...“-Show moderieren wird, jetzt haben sie auch noch die Sprechrollen in der neuen Animationskomödie von Regisseur Pierre Coffin und Chris Renaud übernommen und verleihen den Monstern Goomi und Dort ihre Stimmen. „Minions & Monster“ läuft ab Mittwoch, 1. Juli, bundesweit in den Kinos an und wird u.a. auch in Wilhelmshaven, Aurich und Oldenburg gezeigt. Der dritte Teil der Illumination-Saga erzählt, wie die Minions es nach Hollywood schafften, dort zu Filmstars werden, dann aber alles verlieren.

Minions stürzen sich ins Filmchaos

Was genau passiert: Die Minions haben mittlerweile tatsächlich Hollywood erobert und richten nun als Schauspieler allerlei Chaos an. Als sie vom Regisseur Max (Stimme sowohl im englischen Original als auch in der deutschen Synchronfassung: Christoph Waltz) dazu ermutigt werden, einen Horrorfilm zu produzieren, machen sie sich sofort auf die Suche nach einem dazu passenden Monster. Dazu bedienen sie sich eines alten, magischen Buches und schaffen es tatsächlich, ein Monster zu beschwören. Doch es dauert wenig überraschend nicht sonderlich lange, bis ihr Plan nach hinten losgeht und – wie sollte es auch anders sein? – den ganzen Planeten in Gefahr bringt. Nun müssen die Minions die selbst angerichtete Katastrophe erst mal wieder verhindern. Doch dabei können sie sich natürlich auch gleich als erdenrettende Helden präsentieren. Was soll dabei schon schiefgehen? (Universal Pictures)

Warum Minionesisch überall verstanden wird

Wer kennt sie nicht, die kleinen gelben Minipersönlichkeiten in ihren blauen Latzhosen: Die Minions verdanken ihren weltweiten Ruhm einer perfekten Kombination aus visuellem Charme, universellem Humor und cleverem Marketing. Ihre einfache Gestaltung macht sie extrem wiedererkennbar, auch wenn in der Neufassung nicht mehr die alten Bekannten agieren, sondern statt Kevin, Stuart und Bob jetzt neue Minions, u.a. James und Henry, für das überbordende Chaos sorgen. Ihre slapstickhafte Komik erinnert an die Ära des Stummfilms – dank ihrer eigenen Fantasiesprache („Minionesisch“), die aus verschiedenen Sprachen besteht, sind ihre Missgeschicke international verständlich und unverwechselbar.

Hollywood trifft Minion-Wahnsinn

Der neue deutsche Trailer verrät bereits, dass „Minions & Monster“ ganz auf die Kombination aus Hollywood-Parodie, Monster-Trubel und dem unverwechselbaren Minion-Humor setzt. Besonders charmant sind die vielen kleinen Details: das stimmungsvolle 20er-Jahre-Ambiente, der turbulente Filmmoment mit den Wikingern oder das amüsante Aufeinandertreffen mit dem Monster-Hai. Wer im Kino mal wieder richtig lachen möchte, ist mit diesem Familienfilm bestens beraten.

Minions-Abenteuer startet mit 3D-Show

„Minions & Monster“ ist ab sechs Jahren freigegeben – allerdings sollten Eltern wissen, dass es einige actionreiche Szenen mit Schusswaffen, Bomben und Explosionen gibt. Im UCI Kino Wilhelmshaven gibt am Wochenende mehrere Vorpremieren, auch in 3D.

Für den Animationsfilm „Minions & Monster“ finden am Wochenende des 27. und 28. JuniVorpremieren in Form von Family Previews im CinemaxX Oldenburg, im Kino Aurich, sowie im UCI Kino Wilhelmshaven statt, auch in 3D. Der offizielle Kinostart erfolgt anschließend am 1. Juli.



Dem Klimawandel standhalten

UMWELT Wassersensible Konzepte – So wird der Garten fit für Trockenheit und Starkregen

IM NORDWESTEN/GPP/BGL – Der Klimawandel zeigt längst seine Folgen im Alltag und führt auch zu neuen Herausforderungen für Gartenbesitzende: Wie gelingt es, den Garten für wochenlange Hitze- und Trockenphasen im Sommer sowie für anhaltende Starkregenfälle fit zu machen? Welche Pflanzen sind klimatolerant, welche Konzepte gibt es, um Schäden zu vermeiden und den eigenen Garten bestmöglich zu schützen? Klar ist: Das klassische Bewässern mit Trinkwasser wird zunehmend problematisch – nicht nur ökologisch, sondern auch finanziell. In einigen Regionen Deutschlands ist es zeitweise sogar verboten, Leitungswasser zur Gartenbewässerung einzusetzen. Joana Gasper vom Bundesverband Garten-, Landschafts- und Sportplatzbau e. V. (BGL) beruhigt: „Wer einen eigenen Garten besitzt, kann sich auf einen großen Zugewinn an Lebensqualität freuen. Denn die gute Nachricht ist, dass es durchdachte Lösungen gibt, mit denen sich Gärten an das neue Klima anpassen lassen – wassersensibel, nachhaltig und ästhetisch ansprechend zugleich."

Der Schwammgarten – Vorbild Natur

Ein zentrales Konzept, das Fachbetriebe des Garten- und Landschaftsbaus (GaLaBau) empfehlen, ist der sogenannte Schwammgarten. Hier wird die Natur zum Vorbild genommen: Wie ein Schwamm kann der Boden große Mengen Regenwasser aufnehmen, speichern und nach und nach wieder abgeben. Das Prinzip beruht auf den drei Säulen Wasserrückhalt, Versickerung und Speicherung. Joana Gasper: „Je nach Lage und Bodensituation schaffen wir vertiefte Flächen oder Mulden, die mit Pflanzen begrünt werden, welche sowohl mit Dauernässe als auch mit Trockenheit zurechtkommen. Auch die Anlage kleiner Teiche bietet die Möglichkeit ein kleines Ökosystem zu entwickeln, welches Niederschläge aufnimmt und peu à peu an den Boden und an das Grundwasser wieder abgibt. Durch diese Methode wird der natürliche Wasserkreislauf im eigenen Garten gefördert. Für Wege- und Terrassenflächen empfehlen wir durchlässige Beläge statt versiegelter Flächen, um die Versickerung in den Untergrund zu ermöglichen.



Je nach Lage und Bodensituation schaffen die Profis vertiefte Flächen, Mulden oder kleine Teiche, die Niederschläge aufnehmen und verhindern, dass das Wasser unkontrolliert abfließt. BILD: BGL

Für Pflanzungen, die eine gleichbleibende Bodenfeuchtigkeit benötigen, bieten einfache Maßnahmen zur Bodenverbesserung eine dauerhafte Wirkung: Durch die Einarbeitung von Kompost oder Pflanzenkohle in den Boden wird die Wasserhaltefähigkeit der Pflanzfläche dauerhaft erhöht." So bleibt das Regenwasser dort, wo es gebraucht wird – im Garten –, steht den Pflanzen permanent zur Verfügung und entlastet ganz nebenbei die Kanalisation, die bei Starkregen schnell an ihre Grenzen kommt.

Angepasste Pflanzkonzepte

Wassersensibles Gärtnern bedeutet auch, Hitze gar nicht erst entstehen zu lassen. Bäume und große Sträucher sind dabei natürliche Klimaanlagen: Sie spenden Schatten, senken die Umgebungstemperatur und verhindern, dass sich Terrassen oder Hauswände übermäßig aufheizen. Schon einige Grad weniger an der Oberfläche machen sich im Wohn- und Aufenthaltsbereich deutlich bemerkbar. Auch Dach- und Fassadenbegrünungen tragen wesentlich zur Klimaregulierung bei. Sie kühlen durch Verdunstung, speichern Regenwasser und schützen die Gebäudehülle vor übermäßiger Sonneneinstrahlung. Mit gezielter Planung lässt sich Schatten dort schaffen, wo er Aufenthaltsqualität und Wassereffizienz miteinander verbindet. Joana Gasper: „Wichtig ist auch die Auswahl geeigneter Pflanzen in den Beeten. Trockenheitsresistente Arten wie Lavendel, Salbei oder spezielle Ziergräser kommen mit wenig zusätzlichem Wasser aus und gedeihen auch in heißen Sommern prächtig." Die Profis für Garten und Landschaft kennen beispielsweise bewährte Staudenmischpflanzungen mit unterschiedlichen Wurzeltiefen, die dafür sorgen, dass der Boden beschattet bleibt und weniger Feuchtigkeit verdunstet. In feuchteren oder tiefer gelegenen Gartenbereichen lassen sich dagegen Pflanzen einsetzen, die mit zeitweiliger Nässe umgehen können, zum Beispiel Sumpf-Schwertlilie, Blutweiderich oder Mädesüß. Fachbetriebe des GaLaBau beraten individuell, wie sich verschiedene Standortbedingungen optimal nutzen lassen.

Regenwasser ist Gartenwasser

Ein Herzstück des wassersensiblen Gartens ist die Regenwassernutzung. Regenwasser, das über Dachflächen gesammelt wird, eignet sich hervorragend zum Gießen. Schon einfache Regentonnen oder Zisternen können erstaunlich viel Wasser speichern – eine Fläche von 100 Quadratmetern Dach liefert bei nur zehn Millimetern Niederschlag rund 1.000 Liter. Joana Gasper: „Der Garten der Zukunft ist klimaangepasst, ressourcenschonend und schafft Oasen für Mensch und Natur. Wer heute wassersensibel plant, schützt nicht nur die Umwelt, sondern spart bares Geld und steigert langfristig den Wert seines Gartens." Konkrete Beispiele und Anregungen für wassersensible Lösungen im eigenen Garten finden sich auf www.mein-traumgarten.de. Dort stehen auch die Kontaktdaten zu qualifizierten Betrieben.

27. Woche. Gültig ab 29.06.2026

REWE Patrick Dolata Dein Markt

Dein Snack für die Halbzeit Pause!

Zott Sahne Joghurt versch. Sorten, je 140-g-Becher (1 kg = 2.79) Knaller 0.39

0,20 € Bonus
Milka Favourites je 141-g-Pckg. (1 kg = 21.21) oder Alpenmilch je 250-g-Tafel (1 kg = 11.96) Knaller 2.99

Iglo Chicken Stripes tiefgefroren, je 220-g-Pckg. (1 kg = 13.59) Aktion 2.99

Ben & Jerry's Ice Cream versch. Sorten, je 465-ml-Becher (1 l = 8.58) Knaller 3.99

Dr. Oetker Pizza Tradizionale Salame Romano tiefgefroren, je 385-g-Pckg. (1 kg = 5.17) oder Die Ofenfrische Vier Käse tiefgefroren, je 410-g-Pckg. (1 kg = 4.85) Aktion 1.99

Limitierte Editionen! Unsere Smoothie- und Salatbowl Pride Editionen feiern die Vielfalt!

Salatbowl LOVE IS LOVE je 325-g-Schale (1 kg = 8.58) Aktion 2.79

Smoothie LOVE IS LOVE und weitere Sorten, je 250-ml-Fl. (1 l = 3.96) zzgl. 0.25 Pfand Aktion 0.99

Spanien: Wassermelone Kl. I, je 1 kg kernarm Aktion 0.79

Hanuta je 10 x 22-g-Pckg. (1 kg = 11.32) Aktion 2.49

Funny-frisch Pom-Bär Original, je 75-g-Btl. (1 kg = 14.80) oder Frit-Sticks ungarisch, je 100-g-Btl. (1 kg = 11.10) Knaller 1.11

auch alkoholfrei
Bitburger Pils oder Alkoholfrei versch. Sorten, je 6 x 0,33-l-Fl.-Sixpack (1 l = 2.02) zzgl. 0.48 Pfand Knaller 3.99

Fischteichweg 15-19 • 26603 Aurich im Caro Center Für dich geöffnet: Montag – Samstag von 7 bis 20 Uhr rewe.de

REWE Markt GmbH, Domstr. 20 in 50668 Köln, Namen und Anschrift der Partnermärkte findest du unter www.rewe.de oder der Telefonnummer 0221 - 177 397 77. Unser Unternehmen ist Bio-zertifiziert durch DE-ÖKO-006. Druckfehler vorbehalten. Abgabe nur in haushaltsüblichen Mengen. Aktionspreise sind zeitlich begrenzt. Verkauf nur solange der Vorrat reicht. vw

Alter irischer Fischkutter hilft jungen Menschen

SEEFAHRT Die Brian OG in Ditzum fand einen neuen Eigner und soll künftig für inklusive Jugendfahrten dienen

VON AXEL PRIES



Großes vor hat Joachim Pohnke mit der Brian OG, die seit Jahren im Ditzumer Hafen liegt.

BILD: AXEL PRIES

DITZUM – Mitten im Ditzumer Hafen liegt hölzernes Schiff mit einem für Ostfriesland ungewöhnlichen Namen: Brian OG. Stolz reckt es zwei Masten in die Höhe, doch die abblätternde Farbe verrät: Um den Kahn hat sich seit Jahren niemand gekümmert. Das ändert sich gerade: Joachim Pohnke hat die Brian OG gekauft und will dem Schiff neues Leben einhauchen – mit einem karitativen Gedanken. Es soll künftig für Fahrten mit inklusiven Jugendgruppen genutzt werden. Eigens dafür hat der Overather und baldige Neu-Emder einen Verein gegründet. „Gemeinsam segeln und arbeiten: Das soll die Gemeinschaft stärken“, erklärt er das Vorhaben, für das er auch noch Mitstreiter sucht. Bis dahin muss er noch einiges an der Brian OG erneuern.

Kaum noch etwas erinnert daran, dass der ohne Bugspriet 18 Meter lange Schoner ursprünglich als Fischkutter genutzt wurde. Von seinem alten Heimathafen Wicklow südlich von Dublin aus fuhr die Brian OG mehrere Jahrzehnte lang mit dem 365 PS starkem Motor zum Fischen in die raue irische See. In den 2000er Jahren aber stand die Brian OG zum Verkauf und wurde dann von einer Gruppe süddeutscher Geschäftsleute und Hobbymusiker mit Faible fürs Irische erstanden. Damit begann das zweite Leben des Kutters.

2012 von Deutschen erstanden und überführt

Man hatte Großes vor. 2012 überführten die Eigner den Kutter in deutsche Gewässer nach Ditzum. Den eher schmucklosen Kahn ließen die Investoren auf der Traditionswerft Bültjer zu einem Segelschiff umbauen. Sie setzten ein Deckshaus auf die einstige Arbeitsfläche, in dem ein Dutzend Passagiere Platz haben konnten. Das neue Ausflugsschiff sollte gewerblich genutzt werden. „Aber gewerblich genutzt haben sie die Brian OG nur extrem kurz“, erklärt der neue Eigner. Die zusätzlichen Auflagen für diesen Zweck nahmen den Unternehmern wohl die Lust an dem Projekt, jedenfalls nutzten sie das Schiff im Grunde nur für private Zwecke. In der Regel dümpelte es im Ditzumer Hafenwasser. Für private Zwecke war den Eignern dann wohl die Fahrt vom Süden Deutschlands irgendwann doch zu weit, und sie boten die Brian OG bei Boote.de zum Verkauf.

Auf der Website entdeckte es der 65-jährige, selbstständige Verkehrsplaner Joachim Pohnke aus dem Raum Köln, der sich als Rentner für Menschen mit Behinderungen einsetzen möchte. Für einen fünfstelligen Betrag war das Schiff zu haben, auf dem er Jugendliche mit und ohne Behinderungen bei Segeltörns beherbergen möchte. Sie sollen zusammenfinden und einander unterstützen. „Menschen mit Behinderungen sind benachteiligt, und sie haben auch relativ wenig Kontakt untereinander“, erläutert er das Vorhaben, für dessen Umsetzung er in Köln den Verein All Hands Sailing gründete. Der zieht jetzt mit dem Gründer nach Emden um – und sucht noch Mitglieder, die bei der Verwirklichung des Projekts helfen wollen (Kontakt: ahoi@allhandssailing.de).

Das Schiff soll gründlich überholt werden

Es gibt nämlich noch viel zu tun. Das flächige Deck gefällt Joachim Pohnke, weil es auch Rollstuhlfahrern Platz zum Bewegen bietet. Vieles von dem Schiffsholz sei auch besser, als man denkt, meint er, denn die Sanierung und Umrüstung habe viel Substanz erhalten.

Aber dennoch braucht die Brian OG eine gründliche Überholung, etwa neue Planken, und muss noch etwas umgebaut werden, damit das Schiff möglichst barrierefrei genutzt werden kann. Eine Schätzung belaufe sich auf rund 500.000 Euro an Kosten, meint er und hofft auf staatliche Förderung: „Das ist Geld, das Menschen zugute kommt.“ Kontakt zu entsprechenden Organisationen habe er bereits aufgenommen.

In fernerer Zukunft, wenn das Projekt so funktioniert, wie er hofft, soll die Brian OG mit dem Betrieb noch mehr leisten, und jungen Menschen zum Beispiel auch eine Ausbildung bieten. „Das ist ein späteres Ziel.“



Möchte auf inklusiven Fahrten Jugendliche fördern: Joachim Pohnke am großen Tisch im Deckshaus.

BILD: AXEL PRIES

Nasse Wände?
Feuchter Keller?
ANALYSIEREN. PLANEN. SANIEREN.
Mit bisher über 100.000 erfolgreichen Sanierungen, in der ISOTEC-Gruppe, bieten wir Ihnen die Sicherheit für ein trockenes und gesundes Wohnen.
ISOTEC-Fachbetrieb
Abdichtungstechnik Harald Harms
04941 - 95 013 131
Aurich · Wittmund · Friesland · Leer
Emden · Wilhelmshaven · Varel · Norden
info@isotec-harms.de
www.isotec-harms.de
TEAM ISOTEC HANDWERK
ISOTEC® IMMER BESSER.

Moin Moin im schönen HAWO-Markt Aurich & Moordorf
ALLE ANGEBOTE VON MONTAG BIS SAMSTAG GÜLTIG! ...WO IMMER ALLES GUT UND GÜNSTIG IST
4 Richtige
Frisches Flensburger Frühlings-Stark-Bock-Bier 20 x 0,33 Liter, + Pfand 10.99
SPAR 109.- Riesen Familien-Schwimm-Center L 488 x B 305 x T 107 cm zzgl. 2 Filter, Pumpe, Leiter, Abdeckplane, Massage-Brause 250.-
SPAR 10.- XXL Ampel-Bogenschirm 3 m x 3 m große Schattenfläche inkl. Ständer 59.99
SPAR 10.- Relax Gartenklapp-Sessel mit verstellbarer Liege und Rückenlehne 24.99
Allers Apfelsaft 100% Frucht Kiste 6 x 1 L-Fl. + Pfand 6.99
Mineralwasser Classic, Medium, Feinperlig, Naturell je Kiste 12 x 0,7 Liter 4.49
Frisch vom Feld Ammerländer 1A Erdbeeren Schale 500 g zum günstigsten Tagespreis
Ammerländer Grill- oder Pfannen-Rostbratwurst XXL-Paket geschmacklich hervorragend 12 x 100 g = 1,2 kg 1 kg = 5,33 8.99
Alu-Gartenmöbel Garnitur 5-tlg. wetterfest, bestehend aus 1 Tisch 150 cm, 4 Klappsessel mit Armlehne 279.-
Auricher Winter-Klaren 32% Vol., 0,7 l-Fl. 5.79
Solar beleuchtete Windmühle mit beweglichen Windradflügeln kabellos, Höhe 33 cm 12.99
LED-Solar-Leuchtturm mit drehbarer Spiegelbeleuchtung, Gr. 27cm, Material aus stoßfesten Kunststoffguß-Polyresin 7.99
Profi Grillholzkohle Briketts ökologisch hergestellt ohne chemische Zusätze Beutel 2,5 kg 2.99
Top Preis Damen- und Herren-Bio-Clogs Gr. 36 – 46, 1 Paar 9.99
Mosaik Garnitur 3-tlg. Tisch, 2 Stühle, wetterfest 99.95
Blumenerde Mit wenig Torf! 40 Liter Sack 45 Liter 1.99
Celaflor Ameisen-Mittel streu o. gießen wirkt sofort 9.99
Schneckenkorn Limex Celaflor, regenfestes Granulat, wirkt 100% Paket 500 gr. = 500 m² 9.99
NEUE ERNTE Sport-, Spiel- oder Berliner Tiergarten Rasensaatmischung Mähroboter geeignet, robust, tritt-fest + schnellkeimig Btl. 1000 g = bis 30 m² 7.99
Großer Landhausschirm in versch. Farbstellungen, Ø 3m 24.99
Biozide sicher verwenden, vor Anwendung Gebrauchsanweisung lesen.
www.hawo-markt.de
AURICH SÜD, ☎ 04941 - 180833 RAIFFEISENSTR. 11
MOORDORF, ☎ 0175 - 1172424 EKELSER STR. 2-4
... immer Gut und Günstig
IRRTÜMER VORBEHALTEN 27.06.2026

Großer Fahrrad- und E-Bike
ZELTVERKAUF



Über 400 E-Bikes
bis zu 2000€
REDUZIERT

Zubehör
20%
REDUZIERT

Über 600 Fahrräder
15–45%
REDUZIERT

KETTLER
E-CITY-BIKE 28"
QUADRIGA PRO BELT AUTOMATIC



2011€ GESPART
UVP 5499 €
JETZT 3488.–

- Bosch Performance Line CX Smart System Antrieb mit 85 Nm
- Bosch 750 Wh Akku
- Stufenlose Enviolo Automatikschaltung
- Shimano hydraulische Scheibenbremsen

Valkental **PACKTASCHE**
BIKE BAG URBAN



Nachhaltig, hochwertig, wasserdicht, 28 Liter Volumen, mit Laptop-Fach

20% GESPART
€ 59.99* € 47.99

uvex **FAHRRADHELM**
I-VO 2



Inmould-Konstruktion, 25 Ventilationsöffnungen, leicht und stufenlos anpassbar

20% GESPART
€ 89.95* € 71.96

PEGASUS
TREKKING-BIKE 28"
SOLERO SL DISC 24



45% GESPART
UVP 799.95 €
JETZT 444.–

- Shimano 24-Gang Kettenschaltung
- Robuster Alu-Rahmen
- Tektro hydraulische Scheibenbremsen
- Komplette StVZO-Straßenausstattung

BATAVUS
E-CITY-BIKE 28"
ALTURA E-GO POWER PRO



1280€ GESPART
UVP 3199 €
JETZT 1919.–

- Bosch Performance Line Smart System Antrieb mit 75 Nm
- Bosch 500 Wh Akku
- 5-Gang Nabenschaltung mit Rücktrittbremse
- Tektro hydraulische Scheibenbremsen

Alle Modelle von i:SY
20%
reduziert

BULLS
MOUNTAIN-BIKE 29"
ZARENA 2



30% GESPART
UVP 799.95 €
JETZT 559.–

- Shimano 18-Gang Kettenschaltung
- Robuster Alu-Rahmen
- Tektro hydraulische Scheibenbremsen
- Suntour Lockout-Federgabel

KALKHOFF
E-TREKKING-BIKE 28"
ENDEAVOUR 5+ ADVANCED LTD



1500€ GESPART
UVP 4499 €
JETZT 2999.–

- Bosch Performance Line CX Smart System Antrieb mit 85 Nm
- Bosch 625 Wh Akku
- Shimano Deore 10-Gang Kettenschaltung
- Suntour Luftfedergabel

GHOST WINORA
TREK LAPIERRE
BATAVUS

45–50%
reduziert

BULLS
STREET-MOUNTAIN-BIKE 27,5"
SHARPTAIL STREET 3



38% GESPART
UVP 799.95 €
JETZT 499.–

- Shimano 24-Gang Kettenschaltung
- Robuster Alu-Rahmen
- Tektro hydraulische Scheibenbremsen
- Komplette Straßenausstattung nach StVZO

PEGASUS
E-CITY-BIKE 28"
PREMIO EVO 5



900€ GESPART
UVP 3899 €
JETZT 2999.–

- Bosch Performance Line Smart System Antrieb mit 75 Nm
- Bosch 625 Wh Akku
- Shimano Nexus 5-Gang Nabenschaltung
- Shimano hydraulische Scheibenbremsen

BIKE ARENA OLTMANNS

www.bikearena-oltmanns.de
MONTAG RUHETAG

BULLS
GRAVEL-BIKE 28"
GRINDER 1



31% GESPART
UVP 1299 €
JETZT 899.–

- Shimano Claris 16-Gang Kettenschaltung
- Robuster Alu-Rahmen
- Shimano mechanische Scheibenbremsen
- Schwalbe CX Comp K-Guard Bereifung

*Gegenüber der UVP des Herstellers. Nur solange Vorrat reicht. Irrtümer vorbehalten. Keine Haftung für Druckfehler.

BIKE ARENA OLTMANNS GmbH | **Am Nüttermoorer Sieltief 7 | 26789 Leer | Öffnungszeiten: Montag Ruhetag, Di – Fr 9.30 – 18.30 Uhr, Sa 9.30 – 16.00 Uhr | verkauf@bikearena-oltmanns.de**

Geerbte Immobilien als Herausforderung

RATGEBER Über Erbschaften, Erbengemeinschaften und den richtigen Umgang mit Immobilienvermögen



Besonders die Bewertung einer geerbten Immobilie ist komplex: Lage, Zustand und lokale Nachfrage beeinflussen den Marktwert erheblich und erfordern regionale Marktkenntnis. BILD: FRANK BRÜLING

IM NORDWESTEN/CMF – In Deutschland werden Vermögen häufig nicht als Wertpapierdepots oder Unternehmensbeteiligungen, sondern in Form von Immobilien vererbt. Der demografische Wandel sorgt dafür, dass in den kommenden Jahren ein erheblicher Teil des Immobilienvermögens an die nächste Generation übergeht. Für viele Erben bedeutet das nicht nur einen finanziellen Zugewinn, sondern auch eine komplexe Aufgabe, etwa bei der Immobilienbewertung, dem Verkauf oder im Umgang mit Erbengemeinschaften.

Ein Experte aus Düsseldorf und Umgebung beobachtet diese Entwicklung und sieht Erbschaften als zunehmend wichtigen Faktor am Immobilienmarkt. Bereits heute zeigt sich, dass der Generationswechsel den Markt verändert: Viele Menschen erben Immobilien, ohne Erfahrung im Umgang mit Bewertung, Verkauf oder rechtlichen Besonderheiten zu haben.

Komplexe Bewertung

Die geburtenstarken Jahrgänge erreichen ein Alter, in dem Vermögenswerte wie Immobilien weitergegeben werden. Während frühere Generationen ihre Häuser selbst nutzten, stehen viele Erben vor neuen Realitäten, wohnen oft woanders und das geerbte Haus passt häufig nicht zur eigenen Lebensplanung. Zudem besteht vielfach Modernisierungsbedarf, energetische Anforderungen und steigende Kosten erschweren die Entscheidung.

Emotionale Erinnerungen an die Immobilie treffen oft auf wirtschaftliche Herausforderungen. Besonders die Bewertung einer geerbten Immobilie ist komplex: Lage, Zustand und lokale Nachfrage beeinflussen den Marktwert erheblich und erfordern regionale Marktkenntnis. Wer ohne fundierte Bewertung verkauft, riskiert Verluste oder lange Vermarktungszeiten.

Regionale Unterschiede

Schwierig wird es insbesondere bei Erbengemeinschaften, wenn mehrere Personen gemeinsam entscheiden müssen. Unterschiedliche Interessen führen häufig zu langwierigen Abstimmungsprozessen und laufenden Kosten. Professionelle Begleitung kann helfen, Entscheidungsgrundlagen zu schaffen und Konflikte zu entschärfen.

Erben machen immer wieder ähnliche Fehler, etwa durch aufgeschobene Entscheidungen, fehlende Vorbereitung der Verkaufsunterlagen oder eine unterschätzte Vermarktungsstrategie. Auch regionale Unterschiede nehmen zu und die individuelle Marktanalyse vor Ort wird immer wichtiger.

Rechtzeitig Klarheit schaffen

Immobilien sind häufig mit persönlichen Erinnerungen verbunden, was den Verkaufsprozess emotional anspruchsvoll macht. Ein strukturierter Prozess mit realistischen Bewertungen und klaren Informationen sorgt für Sicherheit in einer belastenden Phase.

Der Generationswechsel wird den Immobilienmarkt noch lange prägen. Eigentümer und Erben sollten sich frühzeitig mit wichtigen Fragen beschäftigen: Marktwert, Eigennutzung, steuerliche Aspekte, Möglichkeiten in einer Erbengemeinschaft oder Verkauf. Wer rechtzeitig Klarheit schafft und auf regionale Marktkenntnis setzt, legt den Grundstein für wirtschaftliche und tragfähige Lösungen. Das Thema Erbschaft wird den Immobilienmarkt künftig stärker beeinflussen als bisher angenommen – rechtzeitige Entscheidungen sind daher ratsam.

Anzeige

Neuer Anfang für den Apollo Store in Aurich: Sehen Deluxe investiert in die Zukunft der Innenstadt

Aurich, Juni 2026 – Seit dem 1. Januar 2026 gehört die Apollo-Filiale in der Burgstraße in Aurich, genauso wie die Filialen Schortens und Esens, zur Sehen Deluxe GmbH aus Lengerich. Die Geschäftsführer Frank Ledwa und Claudia Appelhans haben den Standort von der bisherigen Inhaberin Jacqueline Gristwood übernommen – mit dem klaren Ziel, die Filiale fit für die Zukunft zu machen und langfristig in Aurich zu investieren.
Nach mehreren Monaten umfangreicher Umbauarbeiten ist es nun soweit: Am 2. Juli 2026 feiert der komplett modernisierte Store seine Neueröffnung.
„Für uns war schnell klar, dass wir hier nicht einfach weitermachen möchten wie bisher. Wir wollten einen echten Neustart wagen und einen Standort schaffen, auf den Aurich stolz sein kann“, erklärt Augenoptikermeister und Geschäftsführer Frank Ledwa.
Dabei stand für die neuen Inhaber von Anfang an nicht nur die Modernisierung der Geschäftsräume im Vordergrund. Ebenso wichtig war es, die Arbeitsplätze zu erhalten und den Menschen vor Ort eine Perspektive zu bieten. Sämtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter wurden übernommen, zusätzlich wurde das Team durch neue Kolleginnen und Kollegen verstärkt.
„Die Mitarbeiter kennen viele Kunden persönlich. Diese Verbundenheit wollten wir unbedingt erhalten. Gleichzeitig bringen neue Teammitglieder frische Ideen und zusätzliche Kompetenz mit. Diese Mischung macht uns besonders stolz.“

Deutlich mehr Auswahl und moderne Technik

Mit dem Umbau wurde nicht nur das Erscheinungsbild der Filiale komplett erneuert. Auch das Sortiment wurde deutlich erweitert.
Kundinnen und Kunden finden künftig zahlreiche internationale Top-Marken wie Ray-Ban, Dolce & Gabbana, Versace, Oakley und Persol sowie weitere moderne Kollektionen und aktuelle Brillentrends. Ergänzt wird das Angebot durch hochwertige Brillengläser, Kontaktlinsen und innovative technische Lösungen rund um gutes Sehen und Hören.
Der neue Store verbindet moderne Ladenarchitektur mit persönlicher Beratung und schafft eine Atmosphäre, in der sich Kundinnen und Kunden Zeit für ihre Entscheidung nehmen können.

Ein klares Bekenntnis zu Aurich

Für Frank Ledwa und Claudia Appelhans ist die Investition weit mehr als nur ein Umbauprojekt. „Wir glauben an Aurich, an die Menschen hier und an die Zukunft des stationären Handels. Deshalb investieren wir bewusst in diesen Standort. Gute Beratung, persönliche Ansprechpartner und ein Einkaufserlebnis, das online nicht ersetzt werden kann, werden auch in Zukunft wichtig bleiben.“
Mit der Modernisierung möchte das Unternehmen einen Beitrag dazu leisten, die Attraktivität der Auricher Innenstadt weiter zu stärken und den Kunden vor Ort ein zeitgemäßes Angebot zu bieten.

Große Neueröffnung und verkaufsoffener Sonntag

Zur Neueröffnung am Donnerstag, den 2. Juli 2026, lädt das Team alle Interessierten herzlich ein, den neuen Store kennenzulernen.

Öffnungszeiten:
- Montag bis Freitag: 09:00 bis 18:00 Uhr
- Samstag: 09:00 bis 13:00 Uhr

Ein besonderes Highlight folgt am Sonntag, den 5. Juli 2026. Im Rahmen des verkaufsoffenen Sonntags in Aurich öffnet der Store zusätzlich von 13:00 bis 17:00 Uhr seine Türen.
„Wir möchten die Neueröffnung gemeinsam mit den Menschen aus Aurich feiern. Deshalb freuen wir uns über jeden Besucher, der vorbeikommt, sich den neuen Store anschaut, unser Team kennenlernt oder einfach mit uns ins Gespräch kommt. In diesem Projekt steckt unglaublich viel Arbeit, Leidenschaft und Herzblut.“

Zur Neueröffnung erwarten die Besucher attraktive Angebote, Aktionen und die Gelegenheit, die neuen Räumlichkeiten in entspannter Atmosphäre kennenzulernen.



DLRG: Vorsicht beim Baden in der Sommerhitze

WETTER Mit steigenden Temperaturen und wachsendem Andrang an Gewässern erhöht sich die Unfallgefahr

IM NORDWESTEN/CMF – Angesichts der aktuellen Hitzewelle ruft die Deutsche Lebens-Rettungs-Gesellschaft (DLRG) eindringlich zu Umsicht beim Baden und Schwimmen auf. Mit Blick auf die jüngste Unfallbilanz mahnt die Organisation für Wasserrettung, Gefahren nicht zu unterschätzen.

Am letzten sommerlichen Wochenende zu Pfingsten kamen von Samstag bis Montag deutschlandweit mindestens elf Menschen bei Badeunfällen ums Leben. Zwei weitere verunfallte Kinder konnten Retter noch reanimieren. Im weiteren Wochenverlauf verzeichnete die DLRG sieben zusätzliche tödliche Badeunfälle. Besonders auffällig: Nur eine der 18 verstorbenen Personen war weiblich; zwei von drei Opfern waren Männer zwischen 20 und 40 Jahren.

„Diese Zahlen sind alarmierend – und sie dürfen sich in den kommenden heißen Tagen nicht wiederholen“, sagt DLRG Präsidentin Ute Vogt. „Wir sehen immer wieder, dass gerade Männer ihre Fähigkeiten überschätzen und Risiken eingehen, die vermeidbar wären.“



Nur an bewachten Badestellen sollte man ins Wasser gehen. BILD: FRANK BRÜLING

Erhöhte Unfallgefahr an heißen Tagen

Mit steigenden Temperaturen und wachsendem Andrang an Gewässern erhöht sich auch die Unfallgefahr erheblich. In Schwimmbädern sowie an Seen, Flüssen und Küsten ist in diesen Tagen vermehrt mit Notfällen zu rechnen. Hitze, Übermut und Selbstüberschätzung – oft auch in Verbindung mit Alkohol – bilden eine gefährliche Mischung.

Nach Auswertung der jüngsten Badeunfälle zeigt sich ein bekanntes Muster: Sprünge in trübe oder fließende Gewässer, Schwimmen in Flüssen mit Strömung, das Überschätzen der eigenen Ausdauer, mangelndes Schwimmvermögen sowie gesundheitliche Probleme im kühlen Wasser führen immer wieder zu lebensbedrohlichen Situationen.

„Es sind oft keine spektakulären Situationen, sondern folgenschwere Fehlentscheidungen. Ein falscher Sprung, eine überschätzte Strecke – und aus unbeschwerter Freizeit wird tödlicher Leichtsinn“, erklärt Vogt und appelliert: „Lernen wir aus Pfingsten.“

Regeln für einen sicheren Badespaß

Die DLRG appelliert eindringlich, einfache Grundregeln einzuhalten:

- Nur an bewachten Badestellen ins Wasser gehen
- Nie überhitzt ins Wasser springen – vorher abkühlen
- Nicht unter Alkohol- oder Drogeneinfluss schwimmen
- Strömungen und unbekannte Gewässer meiden
- Eigene Leistungsgrenzen realistisch einschätzen
- Kinder immer beaufsichtigen
- Beim Paddeln, Surfen oder Bootfahren eine Schwimmweste tragen

Kampagne unterstreicht Verantwortung der Eltern

Wie schnell es zum Unfall kommen kann, haben Marlene und Leo im vergangenen Sommer erlebt. Das damals elfjährige Mädchen und der zwölfjährige Junge aus Nordheim (Kreis Heilbronn) standen auf dem Ein-Meter-Brett, als sich ein vierjähriger Junge an ihnen vorbeidrängelte. Er sprang, tauchte jedoch nicht wieder auf, sondern sank zum Boden des Beckens. Die beiden DLRG Juniorretter handelten ohne zu zögern und retteten dem Kind das Leben.

Immer wieder verunglücken Kinder, die noch nicht sicher schwimmen können – häufig in Momenten kurzer Unachtsamkeit. Mit ihrer Kampagne „Du bist die Aufsicht!“ erinnert die DLRG auch in diesem Sommer Eltern und Begleitpersonen an ihre Verantwortung. Ute Vogt betont: „Auch Schwimmflügel oder die Anwesenheit einer Badeaufsicht ersetzen niemals die eigene Aufmerksamkeit.“



Containerdienst
Wir holen Ihren Bauschutt ab!
Kerken Recycling GmbH
Tel. 04941 / 9795 - 0 26607 Aurich-Tannenhausen

Fugensanierungen Alex Oltrop
- Fugensanierung - Imprägnierung
Süderstraße 72, 26624 Moordorf
www.ao-fugensanierung.de info@ao-fugensanierung.de
Tel. 0178 / 86 17 413

Dachsanierung Trockenbau Bauklempnerei Fliesen & Boden
Stöhr WohnBau & Bedachung
Umbau Flachdach Schornstein Fliesentechnik Altbau Neubau Malerarbeiten
0171 - 9571726
info@tswohnbau.de www.tswohnbau.de

DER REETDACHDECKER UND ALTBAUSANIERER
Ziegeldach-Flachdach sowie Regenrinnenreinigung + Montage
Fordern Sie unverbindlich ein Angebot an!
Erich Janssen
Am Sandkasten 66, 26529 Leezdorf
Mobil: 0151 / 63 46 90 74, erich.jan667@gmail.com

Regenwassernutzung braucht Expertenwissen

BAUEN UND WOHNEN Wassersparen – mit dem Profi vor Ort

OSTFRIESLAND – Statt wertvolles Trinkwasser für Gartenbewässerung, Waschmaschine und WC-Spülung zu verschwenden, nutzen immer mehr Hausbesitzer kostenloses Regenwasser. Das schont nicht nur wertvolle Ressourcen, sondern kann auch die Abwassergebühren senken. Jenseits der klassischen Regentonne gibt es heute durchdachte Systeme, die dabei helfen, jedes Jahr tausende von Litern an Trinkwasser zu sparen.

Damit Waschmaschine und WC-Spülung mit Regenwasser betrieben werden können, empfiehlt sich eine Beratung durch SHK-Profis vor Ort. Denn die Regenwassernutzung muss individuell für jedes Eigenheim maßgeschneidert werden. Geeignete Ansprechpartner lassen sich unter www.serviceportal-shk.de finden. Das digitale Angebot des Zentralverband Sanitär Heizung Klima (ZVSHK) nutzt das Knowhow von tausenden Innungsfachbetrieben in ganz Deutschland.

Eigenheimbesitzer können mit wenigen Mausklicks ihre Ansprüche und Qualitätsvorstellungen konkretisieren. Dank der durchdachten Abfragestrecke zum Thema „Regenwassernutzung“ ist das schnell erledigt. Die Infos werden dann digital an geeignete SHK-Profis weitergeleitet, die sich entweder zum Wunschzeitpunkt telefonisch melden oder gleich ein unverbindliches erstes Angebot als Gesprächsgrundlage zusenden. Die Nutzung der Online-Anwendung ist kostenfrei, sogar auf eine Registrierung wird verzichtet.



Umwelt und Ressourcen schonen: Regenwasser kann im Eigenheim für viele Aufgaben genutzt werden. Das entlastet die Trinkwassernetze und ist ökologisch empfehlenswert. Am Anfang sollte eine Beratung durch den SHK-Fachbetrieb vor Ort stehen. Unter www.serviceportal-shk.de können beispielsweise schnell entsprechende Profis gefunden werden. BILD: TXN-FOTO: HAMIK/ADOBESTOCK/ZVSHK

➛ *Quelle: txn*

Schattenplätze: Wohlfühloasen für heiße Tage

GESTALTUNG Mit kluger Planung und natürlichen oder flexiblen Lösungen entsteht Entlastung

VON JANINE SCHULZE

IM NORDWESTEN – Wenn die Sommer heißer werden, verändert sich auch der Blick auf den eigenen Garten. Wo früher die sonnige Terrasse als begehrtester Platz galt, rücken heute schattige Bereiche stärker in den Mittelpunkt. Ein gut geplanter Schattenplatz ist dabei mehr als ein Sonnenschirm über Tisch und Stühlen. Er kann den Garten strukturieren, Aufenthaltsqualität schaffen und Pflanzen wie Menschen vor zu großer Hitze schützen. Entscheidend ist, den Schatten nicht zufällig entstehen zu lassen, sondern ihn bewusst in die Gestaltung einzubeziehen.

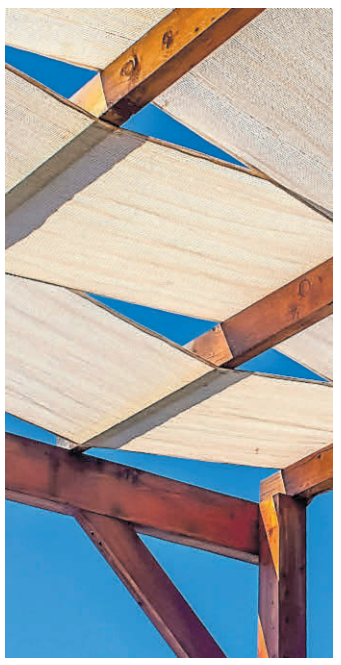
Schatten zuerst beobachten

Bevor ein neuer Sitzplatz angelegt wird, lohnt sich ein genauer Blick auf den Tageslauf der Sonne. Nicht jeder Schatten ist zur gleichen Zeit hilfreich. Ein Platz, der morgens angenehm kühl wirkt, kann am Nachmittag in voller Sonne liegen. Umgekehrt kann ein Bereich unter einem Baum erst später am Tag zum idealen Rückzugsort werden. Wer mehrere Tage beobachtet, erkennt schnell, welche Gartenecken in den heißen Stunden zwischen Mittag und frühem Abend wirklich Entlastung bieten.

Auch die Nutzung spielt eine Rolle. Ein Schattenplatz zum Lesen braucht andere Voraussetzungen als ein Essplatz für die Familie. Für eine Bank reicht oft eine ruhige Ecke unter einem Gehölz. Für Tisch und Stühle sollte der Untergrund eben, tragfähig und gut erreichbar sein. Wege, Wasseranschluss oder die Nähe zum Haus können praktische Vorteile bringen, sollten aber nicht allein entscheiden. Ein Schattenplatz muss vor allem dort liegen, wo er tatsächlich gebraucht wird.

Bäume geben lebendigen Schutz

Natürlicher Schatten ist im Garten besonders wertvoll. Bäume und größere Sträucher filtern das Licht, bremsen Wind und schaffen ein angenehmes Kleinklima. Unter ihrer Krone wirkt ein Sitzplatz meist weicher und weniger aufgeheizt als unter einer geschlossenen Überdachung. Wer neu pflanzt, sollte allerdings Geduld mitbringen. Bis ein Baum ausreichend Schatten spendet, vergehen Jahre. Deshalb kann es sinnvoll sein, eine dauerhafte Pflanzung mit vorübergehenden Lösungen wie Sonnensegeln oder Schirmen zu kombinieren.



Sonnensegel und andere textile Beschattungen sorgen für schnellen Schatten im Garten. BILD: CAFFEINE/PEXELS

Bei bestehenden Bäumen ist Umsicht gefragt. Nicht jeder Standort unter der Krone eignet sich für schwere Möbel oder versiegelte Flächen. Die Wurzeln brauchen Luft und Wasser. Besser sind durchlässige Beläge, eine wassergebundene Decke, Kiesflächen oder locker verlegte Platten mit Fugen. So bleibt der Boden lebendig, und der Baum wird nicht unnötig belastet. Auch eine einfache Bank am Rand der Krone kann reichen, wenn der Platz gut gewählt ist.

Pergolen und Rankpflanzen nutzen

Eine Pergola kann Schatten spenden und zugleich einen Gartenraum schaffen. Sie wirkt weniger massiv als ein festes Dach und lässt sich mit Kletterpflanzen begrünen. Je nach Bauweise entsteht ein halbschattiger Platz, der sich besonders für Terrassen, Sitzgruppen oder schmale Gartenbereiche eignet. Rankende Pflanzen können zusätzlich für Verdunstungskühle sorgen und die Konstruktion in den Garten einbinden.

Wichtig ist eine stabile Ausführung. Eine Pergola muss Wind, Wetter und dem Gewicht der Pflanzen standhalten. Auch die spätere Pflege sollte mitgedacht werden: Kletterpflanzen wachsen nicht von allein in die gewünschte Richtung, sondern brauchen Schnitt und Führung. Wer es pflegeleichter möchte, kann mit einer offenen Holzkonstruktion beginnen und zunächst textile Beschattung ergänzen. So bleibt der Platz flexibel, bis die Begrünung ausreichend dicht ist.

Textile Lösungen bleiben flexibel

Sonnensegel, Markisen und große Schirme sind schnelle Möglichkeiten, um Schatten zu schaffen. Sie eignen sich besonders dort, wo Bäume fehlen oder eine feste bauliche Lösung nicht gewünscht ist. Ihr Vorteil liegt in der Beweglichkeit. Ein Schirm lässt sich umstellen, ein Segel kann saisonal gespannt werden, eine Markise kann je nach Wetterlage ein- oder ausgefahren werden.

Bei textilen Lösungen kommt es auf die Befestigung an. Ein Sonnensegel braucht tragfähige Punkte und sollte so gespannt werden, dass Regenwasser ablaufen kann. Schirme benötigen einen sicheren Stand, gerade bei Wind. Auch die Höhe ist wichtig: Zu niedrig gespannter Stoff kann die Luft stauen, während ein höherer Sonnenschutz mehr Luftbewegung zulässt. Für heiße Tage ist das entscheidend, denn Schatten allein reicht nicht immer aus, wenn sich darunter die Wärme sammelt.

Mehrere kleine Schattenorte

Nicht jeder Garten braucht den einen großen Schattenplatz. Oft sind mehrere kleine Orte sinnvoller: eine Bank unter dem Apfelbaum, ein beschatteter Stuhl am Beet, ein geschützter Essplatz nahe der Terrasse. So lässt sich der Garten je nach Tageszeit anders nutzen. Morgens liegt vielleicht der Kaffeeplatz im Halbschatten, nachmittags bietet eine Ecke unter Gehölzen den besseren Schutz.

Gerade in kleineren Gärten können solche Lösungen viel bewirken. Ein schmaler Rankbogen, ein mobiler Schirm oder eine bepflanzte Pergola über einer Sitzbank brauchen wenig Fläche, verändern aber die Nutzung deutlich. Wichtig ist, dass Schattenplätze nicht als Restflächen behandelt werden. Sie verdienen dieselbe Aufmerksamkeit wie sonnige Terrassen, denn an heißen Sommertagen werden sie oft zu den wichtigsten Orten im Garten.



Mit digitalem Fahrzeugschein papierlos reisen

MOBILITÄT Camper, Biker und Familien können in Deutschland ohne gedrucktes Dokument reisen

IM NORDWESTEN/DJD – Gummiboot auf dem Dach, Grill in der Heckgarage – und der Fahrzeugschein? Darf diesen Sommer zu Hause bleiben. Denn seit November 2025 gibt es den digitalen Fahrzeugschein in der i-Kfz-App. Einfach, sicher, jederzeit griffbereit und von der Polizei ebenso anerkannt wie das Papierdokument. Innerhalb weniger Monate haben Autofahrende rund 1,6 Millionen Scheine heruntergeladen. Kein Wunder, denn das Prinzip ist simpel:
1. Smartphone zücken,
2. App öffnen und Kennzeichen hinzufügen,
3. Personalausweis ans Handy halten und PIN eingeben
4. oder alternativ den QR-Code scannen, den die Zulassungsstelle aushändigt.



Reisen war nie bequemer: Der digitale Fahrzeugschein auf dem Handy ist immer mit dabei.

BILD: DJD/BMV/GETTY IMAGES/MYSTOCKIMAGES

Praktisch für Camping und Motorradfahren: Fahrzeugschein auf dem Handy

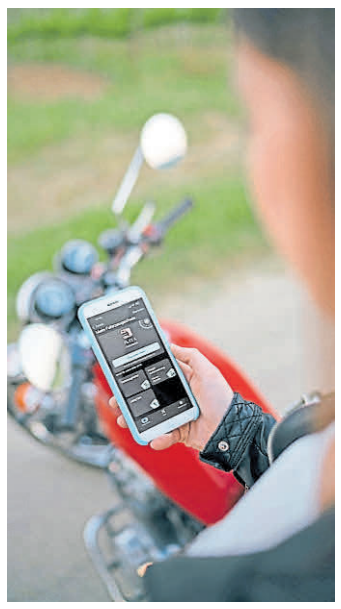
Gerade für Camperinnen und Camper ist das ein Gewinn. Wer an alles denkt, von den Fahrrädern bis zum Vorzelt, will sich nicht auch noch fragen, in welchem Fach der Papierschein steckt. Praktisch auch: Wer sein Wohnmobil verleiht, kann den Schein per QR-Code oder Link teilen – zeitlich begrenzt und jederzeit widerrufbar. Motorradfahrerinnen und -fahrer genießen auf Sommertouren die Freiheit der Landstraße. Und diesen Sommer nun auch die Freiheit, kein gefaltetes Dokument mehr in eine der wenigen Taschen stopfen zu müssen. Denn der digitale Fahrzeugschein gilt für alle Fahrzeugklassen und Baujahre, vom Roller bis zum tonnenschweren Traktor.

Dokument auf dem Smartphone – und eine Sorge weniger im Kopf

Und Familien? Die haben beim Kofferpacken genug um die Ohren. Schwimmflügel, Sonnencreme, Kuscheltier – die bange Frage nach dem Fahrzeugschein trübt die Urlaubsfreude nicht mehr. Besitzt die Familie noch ein Zweit- und Drittfahrzeug, liegen alle Dokumente übersichtlich an einem Ort: dem Handy.
Die i-Kfz-App bietet noch weitere nützliche Funktionen:
• Sie zeigt das Datum der nächsten HU an.
• Sie aktualisiert den Fahrzeugschein automatisch.
• Sie schützt die Daten durch PIN, Fingerabdruck oder Gesichtsscan.
• Sie macht den Schein ungültig, wenn das Fahrzeug abgemeldet wird.

Wichtig: Im Ausland gilt die digitale Version noch nicht. Wer über die Grenze reist, muss den Papierschein mitnehmen. Ende 2026 soll der digitale Führerschein folgen. Die Digitalisierung nimmt Fahrt auf, rechtzeitig zur Reisezeit. Mehr Informationen: www.bmv.de/ikfzapp

Digitaler Fahrzeugschein auf einen Blick:
• Kostenlos – die i-Kfz-App ist gebührenfrei.
• Für alle Fahrzeuge – vom Motorrad bis zum Wohnmobil, unabhängig vom Baujahr.
• Rechtsgültig – ersetzt den Papierschein bei Kontrollen im Inland.
• Offline nutzbar – App zeigt den Schein auch ohne Internet.
• Mit Familie teilbar – Weitergabe per QR-Code oder Link, zeitlich begrenzbar.
• Sicher – geschützt durch Geräte-PIN, Fingerabdruck oder Gesichtsscan.



Der digitale Fahrzeugschein gilt für alle Fahrzeugklassen und Baujahre, vom Motorrad bis zum tonnenschweren Traktor.

BILD: DJD/BMV/GETTY IMAGES/WESTEND61

Gartenmöbel
ZUM VERLIEBEN
JETZT **NEUHEITEN** ENTDECKEN UND MIT UNS IN DIE NEUE SAISON STARTEN



Garten-Lounge
Polyrattangelfecht halbrund geflochten,
inkl. Sitz- und Rückenkissen, best. aus:
Ecklounge, Tisch und Lounge-Sessel
Sens-Line, Modell Emely

Entdecke unsere **große Gartenmöbel-Ausstellung** auf rund 1000 qm



Abbildungen Modellbeispiele. Nicht mit anderen Aktionen kombinierbar. Alle Preise sind Abholpreise ohne Kissen und Deko. Lieferung und Montage gegen geringen Mehrpreis! Zwischenverkauf, Druckfehler und Irrtümer vorbehalten. Gültig bis 04.07.2026

Ludwig Rudnick GmbH & Co. KG
Jadestraße 2-4 in Aurich | Tel. 04941 9569-0
wohnen@rudnick-aurich.de | /rudnick.aurich
/rudnick_mode_wohnen | /babyhaus_rudnicki
WWW.RUDNICK-AURICH.DE

Mode • Baby • Möbel • Küchen
RUDNICK
Für mich und mein schönes Zuhause!

AZUBI EXPRESS
DEIN FAHRPLAN IN RICHTUNG ZUKUNFT!
10.09.2026 | Aurich
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

Hyundai Fantreffen 2026: Sportliche Highlights und Vorfreude auf den Fußball-Sommer erleben

Am 27. und 28. Juni 2026 finden an den Hyundai Janssen Standorten in Westerholt, Aurich, Leer und Heidmühle jeweils von 11 bis 17 Uhr die großen Hyundai Fantreffen statt. Besucher können sich gemeinsam auf den Fußball-Sommer einstimmen und die sportlichen Hyundai N Line Modelle – Hyundai TUCSON N Line, Hyundai KONA N Line und Hyundai i30 N Line – kennenlernen.

Vor Ort besteht die Möglichkeit, die aktuellen Modelle zu entdecken, Platz zu nehmen und sich zu attraktiven Angeboten beraten zu lassen. Exklusive Aktionsangebote rund um ausgewählte Hyundai Modelle sind Teil der Veranstaltung.

Für das leibliche Wohl sorgen eine Hot-Dog-Station sowie erfrischende Getränke, die den Besuch zu einem rundum gelungenen Erlebnis machen. Der persönliche Austausch mit den Hyundai Teams an allen vier Standorten bietet Gelegenheit, das Zusammenspiel aus sportlichem Design, modernem Komfort und innovativer Technik genauer zu erleben.

Beratung, Probefahrt und Verkauf sind ausschließlich innerhalb der gesetzlichen Öffnungszeiten möglich.



Ein Besuch auf einem der Hyundai Fantreffen verspricht Spannung und Vorfreude auf den Fußball-Sommer.

Effizienzwerte der N Line Modelle:

- **Hyundai KONA 1.6 T-GDi N Line,** 6-Gang, 110 kW (150 PS): Energieverbrauch kombiniert: 6,6 l/100km; CO_2-Emission kombiniert: 150 g/km, CO_2-Klasse: E.
- **Hyundai i30 1.6 T-GDi N Line,** 7-Gang DCT, 110 kW (150 PS): Energieverbrauch kombiniert: 6,3 l/100km; CO_2-Emission kombiniert: 142 g/km, CO_2-Klasse: E.
- **Hyundai TUCSON 1.6 T-GDi N Line,** 7-Gang DCT, 110 kW (150 PS): Energieverbrauch kombiniert: 7,1 l/100km; CO_2-Emission kombiniert: 161 g/km, CO_2-Klasse: F.



Fahrzeugabbildung enthält z. T. aufpreispflichtige Sonderausstattungen.

Hyundai KONA 1.6 T-GDi N Line, 6-Gang, 110 kW (150 PS): Navi mit 12,3 Zoll Touchscreen, Android Auto und Apple CarPlay, Bluelink, 2-Zonen-Klimaautomatik, beheizbares Lederlenkrad, Smartphone-Ablage mit kabelloser Ladefunktion, Rückfahrkamera, Einparkhilfe, Intelligente Verkehrszeichenerkennung, Sitzheizung vorn, u.v.m.

Energieverbrauch kombiniert: 6,6 l/100km; CO_2-Emission kombiniert: 150 g/km, CO_2-Klasse: E.

Leasing ab mtl. **179,- EUR**[1,2]

Hyundai i30 1.6 T-GDi N Line, 7-Gang DCT, 110 kW (150 PS): Navi mit 10,3 Zoll Touchscreen, Android Auto und Apple CarPlay, Bluelink, 2-Zonen-Klimaautomatik, beheizbares Lederlenkrad, Smartphone-Ablage mit kabelloser Ladefunktion, Rückfahrkamera, Einparkhilfe, Intelligente Verkehrszeichenerkennung, Sitzheizung vorn, u.v.m.

Energieverbrauch kombiniert: 6,3 l/100km; CO_2-Emission kombiniert: 142 g/km, CO_2-Klasse: E.

Leasing ab mtl. **189,- EUR**[1,3]

Hyundai TUCSON 1.6 T-GDi N Line, 7-Gang DCT, 110 kW (150 PS): Navi mit 12,3 Zoll Touchscreen, Android Auto und Apple CarPlay, Bluelink, 2-Zonen-Klimaautomatik, beheizbares Lederlenkrad, Smartphone-Ablage mit kabelloser Ladefunktion, Rückfahrkamera, Einparkhilfe, Intelligente Verkehrszeichenerkennung, Sitzheizung vorn, u.v.m.

Energieverbrauch kombiniert: 7,1 l/100km; CO_2-Emission kombiniert: 161 g/km, CO_2-Klasse: F.

Leasing ab mtl. **189,- EUR**[1,4]

janssen AUTOMOBILE
www.janssen-auto.de

Janssen Automobile GmbH
Closterstr. 1
26556 Westerholt
Tel. 04975/9100-0

Filiale Aurich
Korbweidenstr. 3
26605 Aurich
Tel. 04941/99133-0

Filiale Leer
Benzstr. 8
26789 Leer
Tel. 0491/92816-0

Filiale Heidmühle
An der alten B 10
26419 Heidmühle
Tel. 04461/9282-0

HYUNDAI

5 JAHRE Garantie ohne Kilometerlimit*

[1] Ein unverbindliches Leasingbeispiel für Privatkunden der HYUNDAI Finance, ein Geschäftsbereich der Hyundai Capital Bank Europe GmbH, Europa-Allee 22, 60327 Frankfurt am Main. Verbraucher haben ein gesetzliches Widerrufsrecht. Nach den Leasingbedingungen besteht die Verpflichtung zum Abschluss einer Vollkaskoversicherung. Laufzeit: 36 Monate. Gesamtlaufleistung: 30.000 km. Angebot gültig bis 30.06.2026. Alle Preise inkl. MwSt. [2] Hyundai KONA 1.6 T-GDI N Line, 6-Gang-Schaltgetriebe, 110 kW (150 PS), einmalige Leasingsonderzahlung 1.890,00 EUR. Gesamtbetrag: 8.334,- EUR. [3] Hyundai i30 N Line 1.6 T-GDI 110 kW (150 PS), 7-Gang-DCT, einmalige Leasingsonderzahlung 2.790,00 EUR. Gesamtbetrag: 9.594,- EUR. [4] Hyundai TUCSON N Line, 1.6 T-GDI, 7-Gang-Doppelkupplungsgetriebe, 110 kW (150 PS), Frontantrieb, einmalige Leasingsonderzahlung 2.190,00 EUR. Gesamtbetrag: 8.990,- EUR.

*Sämtliche Informationen zum Umfang der Herstellergarantie finden Sie unter www.hyundai.de/garantien.
Für Taxis und Mietwagen gelten generell abweichende Regelungen gemäß den Bedingungen des Garantie-und Servicehefts.
*Beratung, Probefahrt und Verkauf nur innerhalb der gesetzlichen Öffnungszeiten.

Schulausflug in die Zukunft.

GROWMORROW YOUNG bringt die Zukunft auf die Bühne – und junge Menschen mitten hinein.



GROWMORROW YOUNG ist fester Bestandteil vom GROWMORROW FESTIVAL am 26. + 27. August 2026 in der großen EWE-Arena in Oldenburg.

Die Welt verändert sich schneller als jemals zuvor. Künstliche Intelligenz, neue Berufsbilder, digitale Medien, Nachhaltigkeit, Unternehmertum und gesellschaftlicher Wandel prägen die Lebensrealität einer ganzen Generation. Doch wie können junge Menschen lernen, diese Zukunft nicht nur zu verstehen, sondern aktiv mitzugestalten?

GENAU HIER SETZT GROWMORROW YOUNG AN.

Am 26. und 27. August 2026 wird die EWE Arena Oldenburg zum Treffpunkt für Schülerinnen und Schüler, Auszubildende, Studierende, Lehrkräfte und Zukunftsgestalter aus dem gesamten Nordwesten. Auf der eigenen YOUNG-Stage erwartet die Besucherinnen und Besucher ein hochkarätiges Programm rund um Zukunftskompetenzen, Medienkompetenz, Berufsperspektiven, Digitalisierung, Unternehmertum und persönliche Entwicklung.

Dabei geht es nicht um trockene Theorie, sondern um echte Einblicke, inspirierende Geschichten und praxisnahe Impulse von Menschen, die Zukunft bereits heute gestalten.

HOCHKARÄTIGE SPEAKER:INNEN AUF DER YOUNG-STAGE

Bereits fest zugesagt haben renommierte Expertinnen und Experten aus Bildung, Wissenschaft, Medien und Gesellschaft:



Dr. Julia Freudenberg, CEO der Hacker School Hamburg, spricht darüber, warum Deutschland künftig nicht nur Akademiker braucht und welche Berufe und Kompetenzen tatsächlich Zukunft haben.

Michael Wroblewski, Spiel- und Medienpädagoge, zeigt auf, wie Social Media und digitale Medien das Aufwachsen junger Menschen verändern.





Julien Backhaus und Johanna Heise diskutieren über die Medienwelt der nächsten Generation und die Frage, wie junge Menschen Medien künftig konsumieren und gestalten werden.



Lena Hruschka beleuchtet die Chancen von TikTok und Social Media für die Generation Z und zeigt, wie junge Menschen digitale Plattformen kreativ, verantwortungsvoll und erfolgreich nutzen können.

Prof. Dr. Yulia Golub, Professorin für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie an der Universitätsmedizin Oldenburg, spricht über Cannabiskonsum im Jugendalter und die Folgen der Legalisierung.



Ulrich Schönborn ordnet das Thema Fake News ein und erklärt, wie junge Menschen Desinformation erkennen können.

Zudem findet auf der YOUNG-Stage die **Verleihung des PIA-Awards** statt, bei dem innovative Projekte und Ideen ausgezeichnet werden.

WARUM ZUKUNFTSKOMPETENZEN HEUTE WICHTIGER SIND DENN JE

Fachwissen allein reicht in einer dynamischen Welt längst nicht mehr aus. Gefragt sind Kreativität, Problemlösungskompetenz, Eigeninitiative, Medienverständnis, unternehmerisches Denken und die Fähigkeit, Veränderungen aktiv zu gestalten.

GROWMORROW YOUNG MÖCHTE GENAU DIESE FÄHIGKEITEN FÖRDERN.

Das Format schafft einen Raum, in dem junge Menschen Fragen stellen, neue Perspektiven entdecken und mit Unternehmerinnen, Wissenschaftlern, Gründern und Zukunftsmachern ins Gespräch kommen können. Sie erhalten Einblicke in moderne Berufswelten, lernen regionale Unternehmen kennen und erleben, wie Innovation und Nachhaltigkeit in der Praxis funktionieren.

EIN MEHRWERT FÜR SCHULEN UND LEHRKRÄFTE

Für Schulen bietet GROWMORROW YOUNG die Möglichkeit, aktuelle Zukunftsthemen außerhalb des Klassenzimmers erlebbar zu machen. Lehrkräfte können ihren Schülerinnen und Schülern einen praxisnahen Zugang zu Themen wie Berufsorientierung, Medienkompetenz, Demokratie, Digitalisierung, Nachhaltigkeit und Entrepreneurship ermöglichen. Gleichzeitig entsteht die Chance, Kontakte zu Unternehmen, Institutionen und Initiativen aus der Region zu knüpfen. Der Besuch lässt sich unkompliziert in den Unterricht integrieren und bietet zahlreiche Anknüpfungspunkte für die Vor- und Nachbereitung in den Klassen.

ZUKUNFT ERLEBEN STATT NUR DARÜBER SPRECHEN

GROWMORROW YOUNG versteht sich als Plattform für junge Talente im Nordwesten. Das Format zeigt, welche Chancen in der Region entstehen, welche Perspektiven sich jungen Menschen bieten und wie sie selbst Teil dieser Entwicklung werden können.

ODER WIE DAS TEAM VON GROWMORROW ES FORMULIERT:

„Wir möchten jungen Menschen Mut machen, Zukunft nicht als etwas zu betrachten, das irgendwann passiert. Zukunft entsteht dort, wo Menschen neugierig bleiben, Verantwortung übernehmen und den ersten Schritt machen. Genau dafür schaffen wir mit GROWMORROW YOUNG eine Bühne.“

JETZT MIT IHRER SCHULE ANMELDEN!

Die Plätze für Schulklassen und Gruppen sind begrenzt. Schulen, Lehrkräfte und Bildungseinrichtungen aus dem gesamten Nordwesten sind herzlich eingeladen, mit ihren Klassen und Gruppen an GROWMORROW YOUNG teilzunehmen.

JETZT ANMELDEN:

Gruppenanmeldungen bitte an:
moin@growmorrow.de

GROWMORROW YOUNG celebrate the future.

ZUKUNFT ERLEBEN.
PERSPEKTIVEN ENTDECKEN.
CHANCEN GESTALTEN.

WEITERE INFORMATIONEN UNTER GROWMORROW.DE

WIR HÖREN NICHT AUF ZU HELFEN. HÖREN SIE NICHT AUF ZU SPENDEN.

Leben retten ist unser Dauerauftrag: 365 Tage im Jahr, 24 Stunden täglich, weltweit. Um in Kriegsgebieten oder nach Naturkatastrophen schnell und effektiv handeln zu können, brauchen wir Ihre Hilfe. Unterstützen Sie uns langfristig: Werden Sie Dauerspender.

www.aerzte-ohne-grenzen.de/dauerspende
Spendenkonto • Bank für Sozialwirtschaft
IBAN: DE72 3702 0500 0009 7097 00 • BIC: BFSWDE33XXX

DAUERSPENDE ab 5,– im Monat

MEDECINS SANS FRONTIERES ÄRZTE OHNE GRENZEN e.V.
Träger des Friedensnobelpreises


Südsudan +++ Flüchtlingslager Batil +++ Gandhi Pant (47) +++ Krankenpfleger aus Australien +++ 2. Mission +++ 300 Patienten pro Tag +++
© Nichole Sobecki

DACHARBEITEN ALLER ART
Reparaturen bis zur Neueindeckung,
Flachdacharbeiten aller Art,
Kostenlose Beratung vor Ort.
0173 / 34 27 547

Mit Ihrer Unterstützung können wir viel bewegen. Helfen Sie uns helfen.
Brot für die Welt
www.brot-fuer-die-welt.de

Büttner´s Fleisch & Wurstwaren
Ritzweg 68
26624 Moordorf
Tel.: 0 49 41 - 8 79 39
Mittwoch – Freitag von 8.00 – 13.00 Uhr & 14.30 – 18.00 Uhr
Samstag von 8.00 – 13.00 Uhr geöffnet!
! Unsere Angebote vom 01.07.2026 – 11.07.2026 !

Gehacktes vom Schwein & Schweinemett, gew.	5,99 €/kg
frischer Schweinebauch im Stück	5,99 €/kg
frische grobe Bratwurst	6,99 €/kg
Gyros-, Jäger-, China- & Sahnegeschnetzeltes	6,99 €/kg
Backschinken mit Schwarte	6,99 €/kg
Snirtjebraten & Schweinegulasch, gew. & natur	7,49 €/kg
Schinkensteaks, gewürzt	8,99 €/kg
Hacksteaks, versch. Sorten	9,99 €/kg
Grillbauch, Grillrippe, Holzfällersteaks, gew.	6,99 €/kg
Hausgemachte Grillbratwurst, versch. Sorten	6,99 €/Pck.
Hausgemachte, gebratene Frikadellen	2,00 €/Stück
gebratene Oberschalenschnitzel	4,50 €/Stück

Außerdem im Grillsortiment!
Stiel- oder Nackenkoteletts, Lachs- oder Nackensteaks, Grillschnecken, Schaschliks, Filetspieße, Fetaröllchen

Nordwest KLEINANZEIGEN

Haus und Garten


Rosenbogen vollmassiv, FVZ, Rost vorrätig, Antikpark Gräfe, Hesel ☎ 04950/937890 @A519710


Zäune , Tore auf Maß, Antikpark Gräfe, Hesel ☎ 04950/937890 @A519712

Flohmärkte

Flohmarkt am 04. + 05.07. von 09.00 - 17.00 Uhr in 26122 Moordorf, Kanalweg 3. Alles von A-Z. Nähe Moormuseum.

Flohmarkt am 05.07. von 9-15 Uhr: Großer Bogen in Moordorf. Nicht bei Regen!

Flohmarkt gemeinsam stöbern, 28.06.26, von 10:00 - 17:00 Uhr, Jahnstr. (Sackgasse), 26603 Aurich.

GaragenFlohmarkt
27.und 28.6.2026 von 10-17 Uhr in26624Moorhusen,Rüskeweg69 Kinderbücher,Spiele,Haushalt uvm. @A519607

Große Werkstattauflösung von Privat, mit Flohmarkt für Hand- und Heimwerker und Schnäppchenjäger Sonntag 28.6. ab 9.00 Uhr, Puntereistr. 3, 26624 SBL

Haushaltsauflösung Sonntag, 28.6. von 10-16 Uhr, Flohmarkt in der Rudolf-Eucken-Allee 9, Aurich

Wir ziehen es vor: Flohmarkt am 4. und 5. Juli, 10-16 Uhr Wallinghausener Str. 174, 26605 Aurich-Wallinghausen

Alles für den Garten

Markise ca. 5x3 Meter, Wasserundurchlässig, zum Selbstabbau, 250 € VB. ☎ 0160/97072307 - Emden

Rentner bietet Heckenschnitt, Rasenmähen, Rasenneuansaat, Gartenpflege, zuverlässig und sauber mit Abfuhr. Termin kurzfristig frei, einfach anrufen. ☎ 0162 / 130 22 49

suche Aufsitzmäher Rasentraktor auch alt oder defekt ☎ 04952/8906927 @A518286

Haushaltsauflösungen

Haushaltsauflösung/Flohmarkt Am Samstag den 4.07.26 von 10-17Uhr findet in Aurich-Sandhorst, Voerkampstraße 19 eine Haushaltsauflösung statt. Im Angebot sind Antiquitäten und alles rund um den Haushalt (Möbel, Küche, Garten, Deko uvm) Wir freuen uns auf Ihren Besuch @A519665

Tiere

WERKSVERKAUF
Konserven für Hund & Katze
Jeden 1. Samstag im Monat von 9 bis 13 Uhr!
Am Alten Handelsplatz
26632 Riepe (hinter Markant)

Vermisst und Gefunden


Kater Nico seit 02.06. vermisst, gechipt, rot-getigert, lange Beine, kl. Kopf, sehr scheu, in Uttum entlaufen, Heimat Rysum ☎ 01520-8993116

Immobilienmarkt

Emden oder Hinte - Chefarzt sucht über uns ein EFH mit gehob. Ausstattung, gerne Kanallage. Kaufpreis bis 750.000 €. Ihre Immobilie - unser Service. Bieten Sie uns Ihre Immobilie unverbindlich an.
Für Eigentümer ist die Wertermittlung kostenfrei. BS Immobilien Kontor Büürma Email: emden@bs-immobilienkontor.de Tel. 04921-586688

Ostfriesland - Tierarzt sucht über uns eine Immobilie mit großem Grundstück, Kaufpreis bis 500.000 €. Ihre Immobilie - unser Service. Bieten Sie uns Ihre Immobilie unverbindlich an. Für Eigentümer ist die Wertermittlung kostenfrei.
BS Immobilien Kontor Büürma Email: emden@bs-immobilienkontor.de, Tel. 04921-586688

Wir kaufen Immobilien
EFH, DHH, WHG - bis 170 m²
VI&P IMMOBILIEN
VIP-OSTFRIESLAND.DE – ☎ AUR 18 08 18

Suche Immobilien zur Miete

www.Suchen-ein-Haus.de EFH / Wohnung Norden, Hage, Dornum zur langfristigen Miete. wir@suchen-ein-haus.de ☎ 01520 4956921 @A519252

Suche Immobilien zum Kauf

Ehepaar sucht Haus z. Kauf od. Miete, Emden-Mitte bis Oldersum Mail: moin-emden@web.de oder ☎01725234956 @A519681

Handwerker (Ostfriese) su. Haus, auch renovierungsbed., Eigentümer kann Wohnrecht o. Rente erhalten; 0179-2635045

Anhänger

PKW-Anhänger mit TÜV: neu, Gewicht: 750 kg, 400 € VB, ☎ 01522/4358205

VW

VW Polo 9n, TÜV 9-26, Bj. 2003, 210 000 km, Kaufpreis 1500 €. ☎ 04942-6567974

WERKSVERKAUF
Konserven für Hund & Katze
Jeden 1. Samstag im Monat von 9 bis 13 Uhr!
Am Alten Handelsplatz
26632 Riepe (hinter Markant)

Wohnmobile und -wagen

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

Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen. ☎ 03944/36160 www.wm-aw.de

Stellenmarkt

Objektbetreuung ges.
Minijob,
div. Hausmeister-Tätigkeiten
VI&P IMMOBILIEN
www.vip-ostfriesland.de
Tel 0 49 41 / 18 08 18

Su. Fahrer*in, flexibel einsetzb., Minijob, ab sofort 0170-4496857

Stellenangebote Privat

Gartenhilfe mögl. mit Geräten. Raum Norden. ☎ 0160/3896078

Stellengesuche

gelernter Maler und Tapezierer, Frührentner sucht noch Beschäftigung auf Mini-Job Basis ☎ 01573/5430003 @A519733

Gesundheit, Wellness und Esoterik

Hypnose-Coach www.kossack-hypnose.de ☎ 015253182690 @A519709

Dies und Das

Kaufe Rares für Bares: Bilder, Porz., Puppen, Briefm., Pelze, Münzen, Möbel, Schmuck. Alles anbieten, ☎ 0174 / 1726461

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

2 junggebl. Witwen, 69 J. su. Gleichgesinnte für die Freizeitgestaltung, ✉ Nr. 43368 - Minimarkt Nord-West, Pf. 1453, 26694 Emden

Ankauf v. kleinen Sammlungen: Briefmarken, Zinngeschirr, Münzen, Armbanduhren, Taschenuhren und Nachlässen Gerne alles anbieten. ☎ 0172/5866980

Ankauf von gebrauchten Brillen, Handtaschen und Lederwaren. Bitte alles anbieten. ☎0172/5866980

Kaufe alles an Silber oder Versilbertes, Uhren & Schmuck aller Art. ☎ 0152/34265159

Kaufe alte ausrangierte Brillen/Fassungen. ☎ 0152/34265159

WERKSVERKAUF
Konserven für Hund & Katze
Jeden 1. Samstag im Monat von 9 bis 13 Uhr!
Am Alten Handelsplatz
26632 Riepe (hinter Markant)

Kaufe alte defekte Röhrenfernseher, Nähmaschinen oder Schreibmaschinen. ☎ 0152/34265159.

Kaufe Aufsitzmäher auch defekt ☎ 0176 765 351 05 @A519085

Kaufe Bekleidung von Kopf bis Fuß! Auch ganze Nachlässe/Auflösungen. ☎ 0152/51051912

Kaufe Musikinstrumente jeglicher Art. ☎ 0157/57303410

Bekanntschaften und Kontakte

Hallo, ich bin Anita, 73 J. jung, (ehemalige Friseurmeisterin) eine sehr liebe Witwe u. hübsche Frau, ohne Anhang. Nach längerem Alleinsein sehne ich mich pv wieder nach Liebe u. Zärtlichkeit. Darf ich auf Ihren Anruf hoffen?
Tel. 0157 – 75069425

Sie sucht...

76-jährige Witwe, 1,64m, wünscht einen netten, mobilen, einfachen Herren zur Freizeitgestaltung, bis 78 Jahre, Nichtrauer, Nichttrinker, Foto erwünscht. Würde mich über Antwort freuen. Bin nicht mehr gerne alleine. ✉ Nr. 43364 - Minimarkt Nord-West, Pf. 1453, 26694 Emden

Schrott- und Metallhandel HH Mulder
Ankauf von Schrott und Metall
Setzen von Containern von 15 m³ - 40 m³
Öffnungszeiten:
Mo. – Do. 08:00 – 17:00 Uhr | Fr. 08:00 – 14:00 Uhr
Gewerbestr. 39 | 26624 Georgsheil | Tel.: 0 49 42 / 2 05 78 75

Dienstleistung, Handwerk und Landwirtschaft

Schrott- und Metallhandel
– Containerdienst von 3 bis 40 m³ –
Ankauf von Schrott u. Metalle, Waage vorhanden
G.Geiken Schrott- u. Metallhandel M. Geiken Containerdienst
Öffnungszeiten: Mo. – Do.: 8 – 17 Uhr, Fr.: 8 – 15 Uhr, Sa.: 8 – 13 Uhr, Hansestraße 8, 26529 Upgant-Schott
Tel. 0 49 34 - 40 92 oder 01 52 - 37 74 01 57 u. 01 73 - 5 75 93 97

Dienstleistungen

FAMILIE-REEK
HAUSHALTSAUFLÖSUNGEN mit Wertanrechnung
Wir entrümpeln mit Herz!
Wir unterbreiten Ihnen ein kostenloses Angebot
- zuverlässig
- kompetent
- preiswert
- Nachlassankauf

0 49 41 / 6 04 74 10

Achtung!
Der Holländer holt Schrott, Kupfer, Metalle, Kabel, Alu, Zinn, Messing und PC's gegen gute Bezahlung. Hole auch Autos.
Tel. 0152/21717795

Pflaster- und Gartenarbeiten, kurzfristige Termine frei. ☎01522/9644194

WWF Jetzt helfen! wwf.de

Alles für die Landwirtschaft

Flächen-Ankauf NLG Niedersächsische Landgesellschaft mbH
Gerne unterbreiten wir Ihnen ein Angebot.
Tel. 04941 1705-0 | info-aurich@nlg.de | www.nlg.de

Handwerkliche Arbeiten

DachsanierungsTeam
Dachdecker hat Termine frei!
Dachcheck inkl. Regenrinnenreinigung für nur **39,90 €**.
Reparaturen aller Art an Steil- und Flachdächern zur sofortiger Ausführung möglich.
Erreichbar unter ☎ 0152-04171936
info@dachsanierungsteam.de
www.dachsanierungsteam.de

Er sucht...

Älterer Neu-Ostfriese sucht Freund für Dies und Das, Raum Norden. ☎ 0160/3896078

Möchtest Du, wie ich noch schöne Momente erleben? Bin männlich, 72 Jahre. Wir besprechen alles Weitere über WhatsApp ✉ Nr. 43356 - Minimarkt Nord-West, Pf. 1453, 26694 Emden

Bars und Kontakte

EMDEN – THAIMASSAGE
MEE ☎ 0 49 21 - 450 442
DAU ☎ 0 49 21 - 936 766

Massagen NORDEN ☎ 04931 97 555 86

Mona ❤ 0162-6696601 auch HSB

Emder Zeitung
Nordwest SONNTAGSBLATT

BERUF & KARRIERE

Meine Zukunft. Meine Stelle. Mein Stellenmarkt.

jobs-ostfriesland.de

Die **Stadt Norden** bietet zum nächstmöglichen Zeitpunkt folgende Stellen an:

Stadt Norden

Schulsozialarbeiter/Schulsozialarbeiterin (m/w/d)
Fachdienst Jugend, Schule, Sport und Kultur
Mehrere unbefristete Vollzeitstellen (39 Stunden wöchentlich); ggf. Teilzeiteignung
Eine Eingruppierung in Entgeltgruppe S 12 TVöD-SuE
Bewerbungsfrist: 19.07.2026

Technischer Sachbearbeiter/Technische Sachbearbeiterin (m/w/d)
Fachdienst Jugend, Schule, Sport und Kultur
Eine auf 5 Jahre befristete Vollzeitstelle (39 Stunden wöchentlich); ggf. Teilzeiteignung
Eine Eingruppierung in Entgeltgruppe 9a TVöD
Bewerbungsfrist: 19.07.2026

Sachbearbeiter/Sachbearbeiterin (m/w/d)
Fachdienst Wirtschaftsförderung und Stadtmarketing
Eine auf 5 Jahre befristete Teilzeitstelle (19,5 oder 30 Stunden wöchentlich)
Eine Eingruppierung in Entgeltgruppe 6 TVöD
Bewerbungsfrist: 12.07.2026

Weitere Informationen zu den Stellen und Anforderungsprofilen erhalten Sie auf unserer Homepage.

norden.de/stellenangebote

STEFFENS INDUSTRIE LOGISTIK GmbH & Co. KG

Als mittelständisches, inhabergeführtes Unternehmen in der Stahlzuliefer-/Lagerung und Schrottentsorgungslogistik gehören wir zur Steffens-Gruppe, die bundesweit an mehreren Standorten tätig ist und bieten unseren Kunden 24 h Logistiklösungen an.

Für den Einsatz an unserem Standort auf dem VW-Werksgelände in Emden suchen wir engagierte, zuverlässige und flexible Mitarbeiter (m/w/d) im 3-Schichtbetrieb

Instandhalter/Anlagenbediener (m/w/d)

Ihre Aufgaben
- Fehlersuche, Wartung und Reparatur in elektrischen Industrie-Anlagen bis 400 Volt
- Elektroinstallationen in Gebäuden
- Überprüfung von ortsveränderlichen Betriebsmitteln nach DIN VDE 0701/0702
- Einsatz als Anlagenbediener (m/w/d) an einer Schrottpresse mit Schrott- förderanlage, Magnetkran-Verladeanlage und Waggon-Rangieranlage

Ihr Profil
- **Ausbildung:** erfolgreich abgeschlossene Ausbildung zum Elektroniker für Betriebstechnik, Automatisierungstechnik (m/w/d) oder eine vergleichbare Qualifikation
- **Erfahrung:** fundierte Kenntnisse im Bereich von Industrie-, Steuerungs- oder Förderanlagen
- **SPS-Kenntnisse:** Basiswissen in gängigen Systemen (z. B. Siemens TIA-Portal/Step 7) von Vorteil
- **Arbeitsweise:** selbstständig, lösungsorientiert und von einem hohen Sicherheitsbewusstsein geprägt
- **Bereitschaft:** Flexibilität für die Arbeit im Schichtsystem (3-Schicht)

Lagerfacharbeiter (m/w/d)

Ihre Aufgaben
- Be- und Entladen von LKW & Waggons
- Ordnungsgemäße Lagerung von Coils und Blechpaketen
- Überwachung der innerbetrieblich gelagerten Stahl- sowie Aluminiummengen

Ihr Profil
- **Ausbildung:** erfolgreich abgeschlossene Ausbildung zum Lagerfacharbeiter (m/w/d) oder eine vergleichbare Qualifikation
- **Stapler-** und Kranführerschein bzw. bieten wir die Möglichkeit diesen zu machen
- **Bereitschaft:** Flexibilität für die Arbeit im Schichtsystem (3-Schicht)

Wir bieten Ihnen
- einen sicheren, unbefristeten Arbeitsplatz in einem kollegialen Umfeld
- Stellung von Arbeits- und Schutzkleidung sowie Getränken
- diverse Zusatzleistungen wie Bikeleasing
- attraktive und pünktliche Vergütung, Urlaubsgeld sowie geregelte Arbeitszeiten

Haben wir Ihr Interesse geweckt?
Dann reichen Sie Ihre Bewerbungsunterlagen per E-Mail oder Post an:
bewerbung@sil-steffens.de

www.steffens-verwaltung.de
www.sil-steffens.de
www.szg-glauchau.de

SIL Steffens Industrie-Logistik GmbH & Co. KG
Postfach 22 55
26702 Emden

Willkommen

in der Stadt Aurich

Bei der **Stadt Aurich (Ostfriesland)** ist zum nächstmöglichen Zeitpunkt eine Stelle als

Heilpädagogische Fachkraft (m/w/d) in einer Kindergartengruppe
(Unbefristete Vollzeitstelle – EG S08b TVöD-SuE)

zu besetzen. Den vollständigen Ausschreibungstext mit ausführlichen Informationen erhalten Sie auf der Internetseite www.aurich.de (Rubrik Stellenangebote).

Ihre Bewerbung richten Sie bitte mit den üblichen Unterlagen spätestens bis zum **12.07.2026**

per E-Mail an bewerbungen@stadt.aurich.de
oder an die **Stadt Aurich, Sachgebiet 11.1, Bgm.-Hippen-Platz 1, 26603 Aurich**



Hat jemand den Apollofalter gesehen?

Manche Arten gehen für immer verloren. Solche Lücken haben weitreichende Folgen.
Der NABU bewahrt die Artenvielfalt für Mensch und Natur.

www.NABU.de – Helfen Sie mit, damit das Ganze komplett bleibt.

NABU

Arbeitgeber Niedersachsen Sicher.

Du möchtest deine **Region aktiv mitgestalten?** Dann werde Teil unseres Teams!

Das **Amt für regionale Landesentwicklung Weser-Ems** sucht für die **Außenarbeitsstelle Wiesmoor**

zum nächstmöglichen Zeitpunkt eine/n

Maschinenführer/in (m/w/d) in der Landschaftspflege
(Entgeltgruppe 5 TV-L)

Neugierig geworden? Dann bewirb dich jetzt!

Nähere Informationen findest du unter: karriere.niedersachsen.de
(Stellennummer: 116852) oder direkt über den **QR-Code.**
Bewerbungsfrist: 19.07.2026

Amt für regionale Landesentwicklung Weser-Ems

Check-in →

CHECK IN: DEIN NEUER JOB IM SERVICE.

Die **Kreisvolkshochschule Aurich-Norden** sucht aktuell:

Hotelfachkraft / Service (m/w/d)
im Seminarhotel Aurich, Teilzeit

Mitarbeitende Empfang (m/w/d)
Information der KVHS in Norden, Minijob/Teilzeit

vhs Kreisvolkshochschule Aurich-Norden

Jetzt informieren und bewerben:
kvhs-aurich-norden.de



Alles über Label



Label ONLINE

www.label-online.de

Jetzt auch als App!

Bundesverband Die Verbraucher Initiative e.V.

ANZEIGEN

Familienanzeigen

Theo

*** 11.06.2026 4020g 52cm**



Wir freuen uns riesig!

Franzi & Kai

Kerstin Heye • Jens • Uroma Edith

Lieber Jens!

Herzlichen Glückwunsch
zum Bestehen des
Examens zur

Pflegefachkraft

Kerstin und Heye
Oma Edith
Kai und Franzi mit Theo

DANKE!!!



Die Herrenmannschaft des TSV Hesel e.V. bedankt sich herzlichst bei EBERHARDT DER DACHDECKER GmbH auf Norderney für das Sponsoring der Aufwärmpullis!!!

Am 27.06.2026, um 16.00 Uhr geben sich unsere Kinder



Alina Hofmann
geb. Klaassen
& Sebastian Hofmann

in der St. Victor Kirche das „**Ja-Wort**“

Wir wünschen Euch von Herzen alles erdenklich Gute auf dem gemeinsamen Lebensweg.

Alfred & Anita,
Jeels & Frauke

Iwona & Friedhelm
Oma & Opa, Onkel, Tante
und Cousin aus Polen

In stiller Trauer nehmen wir Abschied von meinem lieben Lebensgefährten, unserem lieben Vater, Schwiegervater, Opa und Uropa, Bruder, Schwager, Onkel und Vetter

Kriene Buß

*** 05.07.1943 † 17.06.2026**

In liebevoller Erinnerung



Käthe als Lebensgefährtin
Dieter und Annemarie
Manfred und Karin
Enkel und Urenkel
und alle Angehörigen

Traueranschrift: Familie Buß, Jann-Berghaus-Straße 17, 26632 Ihlow

Die Beisetzung fand im engsten Familienkreis statt.

Bestattungsinstitut Smid

Für immer in unseren Herzen.

Ein Leben voller Liebe, Güte und Sorge hat seine Vollendung gefunden. Wir nehmen Abschied von meiner lieben Lebensgefährtin und Mutter, unserer Oma, meiner Uroma, meiner Schwester, unserer Schwägerin, Tante und Cousine

Erika Beyendorf

geb. Hemken

* 19. Juli 1941 † 13. Juni 2026



In stiller Trauer

Dein Casjen
Damaris
Danica mit Nico
Sven
Pascal
David
und alle Angehörigen

26529 Upgant-Schott, Osterupganter Str. 49a

Die Trauerandacht mit anschließender Urnenbeisetzung findet am Donnerstag, dem 02.07.2026 um 14.00 Uhr in der Kirche zu Marienhafe statt.

Man möge diese Anzeige als Einladung ansehen.

Bestattungen Diekena

Völlig unerwartet und mit großer Trauer müssen wir Abschied nehmen von unserem langjährigen Vereinsmitglied

Joachim (Jochen) Scholz

Jochens Verbundenheit zu unserem Verein und seine großzügige Unterstützung haben unser Vereinsleben über viele Jahre geprägt und wesentlich zum Fortbestand unseres Vereins beigetragen. Wir verlieren nicht nur einen wichtigen Förderer, sondern auch einen geschätzten Freund und Wegbegleiter.

Unser Mitgefühl gilt Line und ihrer Familie.

Der Klootschießer- und Boßelverein
„Fix vörut“ Osterhusen e.V.

Familiennachrichten

Hochzeiten

Rieka geb. Booms, **Hilko Bohlen,** Weene

Sterbefälle

Reiner Backer, 82 Jahre, Upgant-Schott
Gerdine Ballin, 92 Jahre, Moormerland
Frieda Böcker geb. Janssen, 90 Jahre, Uplengen-Böcker
Gerhard Bürjes, 87 Jahre, Stickhausen
Frieda de Buhr geb. Ammermann, 94 Jahre, Moormerland
Wilhelm Fleßner, 72 Jahre, Ihlowerfehn
Therese Flitz geb. de Groot, 93 Jahre, Moormerland
Gerda Fokken geb. Wibben, 88 Jahre, Campen
Anneliese Geiken geb. Assing, 91 Jahre, Wiesmoor
Weera Haats geb. Busker, 81 Jahre, Neermoor
Gerda Heuten geb. Löhmann, 91 Jahre, Oldenburg
Berta Huismann geb. Reinders, 96 Jahre, Warsingsfehn
Hinrich Ibelings, 90 Jahre, Leer
Tönjes Ideus, 86 Jahre, Spetzerfehn
Johann Kock, 76 Jahre, Uplengen-Remels
Anita Meiners, 71 Jahre, Uplengen-Meinersfehn
Friedhelm Meya, 97 Jahre, Hesel
Olaf Meyer, 54 Jahre, Leer
Ruth Morkovsky geb. Aldag, 92 Jahre, Leer
Johann Neunaber, 67 Jahre, Hesel
Gerlinde Park, 65 Jahre, Rhauderfehn
Hiltraut Picksak geb. Tiemann, 85 Jahre, Oldenburg
Friedel Popkes geb. Kauder, 81 Jahre, Weener
Linda Read-Linton geb. König, 90 Jahre, Braunschweig
Annette Romann geb. Löcke, 74 Jahre, Leer
Annelie Schieffer geb. Wicker, 81 Jahre, Leer
Waltraud Schlake geb. Pancke, 82 Jahre, Leer
Joachim Stolz, 79 Jahre, Osterhusen



Die Welt, obgleich
sie wunderlich,
ist gut genug für
dich und mich.

Wilhelm Busch

Dein gutes Herz hat aufgehört zu schlagen und wollte doch so gerne noch bei uns sein.
Gott hilft uns, diesen Schmerz zu tragen, denn ohne dich wird manches anders sein

Wir nehmen Abschied von meiner lieben Frau, Mutter, Schwiegermutter, unsere herzensgute Oma, unsere Schwester, Schwägerin, Tante, Nichte und Kusine

Annette Klaaßen

geb. Davids



* 05.12.1954 †17.06.2026

In Dankbarkeit und stiller Trauer

Dein Hermann
Heinz-Hermann Kalkwarf und Silvia geb. Klaaßen
Mareike und Tobias
Vanessa und Christopher
sowie alle Angehörigen

26529 Siegelsum, Karkpad 17

Als Gott sah, dass die Wege zu lang,
die Hügel zu steil und das Atmen zu schwer wurde,
legte er seinen Arm um Dich und sprach:
„Komm, wir gehen Heim.“



Nach langer, schwerer Krankheit nehmen wir Abschied von

Helga Meyer

geb. Wiemers

* 30.08.1937 † 19.06.2026

In stiller Trauer

Doris und Hilko Betten
Herta Winkelmann
Andree und Leila
Michael und Katja
Heidi und Bastian
Enno und Anne
Claudia und Kai
sowie die Urenkel
und alle, die sie lieb hatten

Traueranschrift: Familie Betten, Kienholzstraße 43, 26529 Rechtsupweg

Die Trauerfeier findet am Montag, den 29. Juni 2026, um 13.00 Uhr, in der Kirche in Moordorf statt; anschließend Beisetzung.
Wir bitten diese Anzeige als persönliche Einladung anzusehen.

Bestattungsinstitut Smid

Still ist es geworden, dein Platz ist leer,
aber die Erinnerung an unsere gemeinsame Zeit bleibt.

Johann Endelmann

* 03.10.1932
† 26.04.2026



Herzlichen Dank allen, die an Johann gedacht haben, deren Anteilnahme und Mitgefühl, Gedanken und Worte uns auf verschiedene Weise erreicht haben.

Ein besonderer Dank gilt der Palliativstation Aurich und der Sozialstation SBL für ihre treue Hilfe, Frau Pastorin Herresthal für die einfühlsame Trauerandacht sowie dem Bestattungsunternehmen Jakob Janssen.

Oldeborg, im Juni 2026

Im Namen aller Angehörigen
Die Kinder, Enkel und Urenkel

Danksagung

Gretus Emil Saathoff

* 25.11.1930
† 15.05.2026



Herzlichen Dank sagen wir allen, die sich in stiller Trauer mit uns verbunden fühlten, ihre Anteilnahme auf so vielfältige und liebevolle Weise zum Ausdruck brachten und gemeinsam mit uns Abschied nahmen.

Ein besonderer Dank gilt Herrn Pastor Jürgen Hoogstraat für die schöne und einfühlsame Trauerandacht sowie dem Bestattungsunternehmen Jakob Janssen für die würdevolle Begleitung.

Ost-Victorbur, im Juni 2026

Im Namen aller Angehörigen
Erna Saathoff

Und meine Seele spannte weit ihre Flügel aus, flog durch die stillen Lande, als flöge sie nach Haus.

Joseph von Eichendorff

Türkei: Auf den Spuren der Chimäre

REISE Mit Corendon Airlines zu einer heldenhaften Reise nach Lykien

SEEHEIM-JUGENHEIMPR – Lykien im Südwesten der Türkei fasziniert mit spektakulären Landschaften, antiken Ruinen und herrlichen Badestränden.

Doch neben all diesen Schönheiten birgt die Region auch eines der bizarrsten und zugleich kreativsten Wesen der griechischen Mythologie: die feuerspeiende Chimäre, der sich der Sagenheld Bellerophon stellen musste.

Das Reich der antiken Lykier ist leicht zu erreichen, beispielsweise über das bekannte Urlaubsziel Antalya, das unter anderem Corendon Airlines ganzjährig anfliegt.

Aufbruch zwischen Strand und Ruinen

Die antike Stadt Xanthos mit dem Letoon-Heiligtum, nur einige Kilometer vom Hafenstädtchen Fethiye und der berühmten Bucht von Ölüdeniz entfernt, bietet einen optimalen Einstieg in die Geschichte und Sagenwelt Lykiens. Amphitheater, Akropolis, Felsengräber und Sarkophage zeugen von Xanthos' glanzvoller Vergangenheit als Hauptstadt des lykischen Bundes, einem Zusammenschluss mehrerer Städte. Der Überlieferung nach residierte hier einst König Iobates, und an seinem Hof nimmt auch Bellerophons Heldenreise ihren Anfang. Dieser stand ursprünglich im Dienst von König Proitos, dem Schwiegersohn von Iobates. Ungerechtfertigte Anschuldigungen führten aber dazu, dass er zusammen mit einem verschlossenen Brief nach Xanthos entsandt wurde, in dem Proitos nichts Geringeres als Bellerophons Tod forderte.



Die lykische Küste bietet traumhafte Strände und unzählige Bademöglichkeiten. BILD: CLAASEN COMMUNICATION

Ob sich Iobates tatsächlich in Xanthos aufhielt, ist historisch nicht eindeutig belegt. In der Bellerophon-Oper des Komponisten Jean-Baptiste Lully, die auf den Erzählungen des griechischen Dichters Hesiod beruht, beginnt das Abenteuer im circa 60 Kilometer entfernten Patara. Diese Ausgrabungsstätte beeindruckt mit gut erhaltenen Ruinen aus lykischer und römischer Zeit, darunter einem Leuchtturm aus dem 1. Jahrhundert vor Christus. Noch bekannter ist die antike Stadt für ihren rund 18 Kilometer langen Sandstrand, der als Naturschutzgebiet seinen natürlichen Zustand bis heute bewahren konnte.

Eine schier übermenschliche Aufgabe

Nach Bellerophons Ankunft in Lykien empfing ihn König Iobates zunächst freundlich, bis er nach der Lektüre des Schreibens den wahren Auftrag erkannte. Allerdings scheute er davor zurück, selbst zur Tat zu schreiten, und stellte den Helden stattdessen vor eine nahezu unlösbare Aufgabe: Er sollte die grässliche, feuerspeiende Chimäre vernichten, ein Ungeheuer, halb Löwe, halb Ziege und mit einer Schlange anstelle des Schwanzes, das in einer Landschaft aus lodernden Flammen hauste.

Yanartas, die sagenumwobene Heimat der Chimäre, liegt etwa 80 Kilometer südwestlich von Antalya. Hier züngeln seit Jahrtausenden aus Felsspalten offene Flammen, die von Methangas gespeist werden. In der Antike waren der Ort und ein Tempel, dessen Überreste zu besichtigen sind, dem Feuergott Hephaistos geweiht.

Showdown im Flammenmeer

Nachdem er erst noch das geflügelte Pferd Pegasus zähmen musste, zog Bellerophon in den Kampf gegen die Chimäre, stellte aber rasch fest, dass ihr seine Pfeile nichts anhaben konnten. So erdachte er sich eine List und befestigte eine Bleikugel an der Spitze seines Speers. Damit stürmte er auf die Bestie zu, und als das Ungetüm das Maul abermals aufriss, stieß Bellerophon die Waffe tief in dessen Rachen. Das Blei schmolz unter der feurigen Hitze und erstickte die Bestie. Damit war eines der furchterregendsten Ungeheuer der griechischen Mythologie zwar bezwungen, es bedeutete aber noch nicht das Happy End für Belerophon. Iobates übertrug ihm weitere übermenschliche Aufgaben, ehe sich der König versöhnlich zeigte, ihn mit seiner Tochter Philonoe vermählte und ihm sein halbes Königreich schenkte.

Wer Lykien und die Schauplätze von Belerophons Heldentat erleben möchte, kann mit Corendon Airlines von über 20 Städten in Deutschland, Österreich und der Schweiz nach Antalya fliegen; ab Amsterdam zudem nach Dalaman.

Weitere Informationen zum Flugangebot von Corendon Airlines gibt es unter www.corendonairlines.com.

Die lykischen Felsengräber im Südwesten der Türkei (u.a. in Fethiye) sind beeindruckende, in steile Klippen gehauene Grabstätten aus dem 4. Jahrhundert v. Chr. BILD: CLAASEN COMMUNICATION

10%* auf alle Möbelneubestellungen!
WIR LASSEN UNS NICHT UNTERBIETEN.
BESTPREIS-GARANTIE**
1.849,- -30%
1.299,-
Wohnkombination
Front Soft White Nachbildung, Korpus und Akzente Viking Oak Nachbildung, best. aus: Vitrine, TV-Board und Wandboard, ca. B 295 / H 208 / T 50 cm 10011324..5

Deutschlands bester Preis
27.-6.7.2026
GASGRILL
Spirit E425C Stealth
komplett schwarzer Look, Sear Zone mit Boost-Brennern, vier Brenner, 10 Jahren Garantie
weber
UVP 799,-
569,-

GARTENMÖBEL SALE
245,- 109,-
BIS ZU 55% SPAREN!
20% AUF ALLE GLÄSER
z.B. Bierglas 430 ml
UVP 3,49 Sonderpreis 1,69
-20% je 1,35
LEONARDO

maschal
MEINE MÖBELSTADT
maschal einrichtungs- & einkaufszentrum gmbh Altjührdener Str. 47 | 26316 Altjührden bei Varel
Tel. 0 44 56 / 98 80 | www.maschal.de | Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 10 - 18.30 Uhr | Sa. 9.30 - 18 Uhr
Alles Abholpreise. Solange der Vorrat reicht. Gültig bis zum 04.07.2026 *Ausgenommen sind Interliving, Roomio, Culineo, Kiba- und Gartenmöbel. Nicht mit anderen Aktionen kombinierbar. **Entdecken Sie innerhalb von 14 Tagen nach Ihrem Kauf ein identisches Angebot günstiger, erstatten wir den Differenzbetrag. (Internetangebote ausgenommen)