buss

WIR FEIERN
GEBURTSTAG

10%
auf ALLES*

GROSSE
NEUERÖFFNUNG

600 m² voller Inspiration für Ihren Haushalt!

Entdecken Sie unsere neue **Fachsortimentsabteilung** in **Wiesmoor!**

20%
auf **Haushalt & Deko***

*Nur gültig für Pluskartenkunden und die, die es werden möchten. Ausgenommen SALE und Toppreise.
Nicht mit anderen Aktionen kombinierbar. Gültig bis zum 21.09.2026

buss-wohnen.de

Küchenausstattung für jeden Tag.



KARAFFE
mit Ausgießer, Borosilikatglas, spülmaschinen-geeignet, ca. 1,1 L
UVP 42.99

20% sparen!

~~34.99~~
27.99

Online-Code: 59660140

20% sparen!

BESTECK-SET
30-tlg., Edelstahl 18/10, spülmaschinenfest.
UVP 149.-

Online-Code: 59660578

~~79.99~~
63.99





20% sparen!

Online-Code: 54521373

LEONARDO

GLAS
UVP 1.95
1.56

GLAS
[54521373, 1374] 330 ml und 280 ml, klar, spülmaschi-nenfest.

WIESMOOR:
Kommen Sie vorbei und entdecken Sie **600 m² neue Ausstellungsfläche** in unserer Boutique!

MEPAL



20% sparen!

~~29.99~~
23.99

RÜHRSCHÜSSEL-SET [69670803] Kunststoff, spülmaschinengeeignet, best. aus: 1x Schüssel ca. 1,5 L, 1x Schüssel ca. 3 L und Teigschaber L ca. 26,4 cm. UVP 41.97

20% sparen!



TELLER-SET
12-tlg., hochwertiges Stein-zeug weiß-creme, best. aus jeweils: 4 Speisetellern, Dessertellern und Mehrzweckschalen.

Online-Code: 69310964

CreaTable

TELLER-SET
UVP 94.99
75.99

TOPF-SET
Cromargan®, Edelstahl 18/10 rost-frei, backofengeeignetes Gehäuse bis zu 250°C, Deckel bis zu 180°C, breiter Schüttrand, best. aus: Kochtopf Ø ca. 16 cm, Ø ca. 20 cm und ca. 24 cm, Stielkasserolle Ø ca. 20 cm, ohne Deckel.
UVP 249.-

BACKOFENGEEIGNET

TOPFSET
~~129.-~~
103.20

4-TLG.



20% sparen!

Online-Code: 59660860

SERVIERSCHMORPFANNE
Cromargan®, Edelstahl 18/10 poliert, backofengeeignet bis 180°C, Durit-Select-Pro ntihaftbeschichtung, für alle Herdarten geeignet, H/Ø ca. 9x28 cm, inkl. Steckdeckel aus Glas, sitzt fest auf und ermöglich es, den Garvorgang zu beobachten. UVP 119.99

Online-Code: 59661352

INKLUSIVE
Steckdeckel aus Glas



20% sparen!

~~84.99~~
68.-

Alles Abholpreise in Euro ohne Deko.
Für Druckfehler keine Haftung.

buss-wohnen.de

buss

www.nordwest-sonntagsblatt.de | Druckauflage: 78.000
Sonnabend, 29. August 2026 | 34. KW | 48. Jahrgang

Nordwest SONNTAGSBLATT

Aurich

Anzeige



Enercon erzielt erstmals seit Jahren wieder einen Gewinn

WINDENERGIE Auricher Hersteller 2025 mit rund zwölf Millionen Euro Plus

VON JÖRG SCHÜRMEYER

AURICH – Nach schwierigen Jahren mit hohen Verlusten ist Enercon zurück in der Gewinnzone: Im Geschäftsjahr 2025 konnte der Windenergieanlagenhersteller aus Aurich erstmals seit 2017 wieder schwarze Zahlen schreiben. Wie aus dem jetzt im Bundesanzeiger veröffentlichten Geschäftsbericht des Enercon-Mutterunternehmens UEE Holding hervorgeht, lag der Konzernjahresüberschuss im vergangenen Jahr bei fast zwölf Millionen Euro. Im Jahr zuvor hatte Enercon unterm Strich noch einen Verlust von 177,9 Millionen Euro hinnehmen müssen. Beim Konzernumsatz im Kerngeschäft konnte das Unternehmen aus Ostfriesland ebenfalls spürbar zulegen – nämlich um 16,2 Prozent auf 4,45 Milliarden Euro.

„Das zweite Jahr in Folge konnten wir unseren Umsatz um rund 16 Prozent steigern“, sagte der Enercon-Vorstandsvorsitzende Udo Bauer. „Die Zahlen sind ein weiterer Beleg für unseren starken Aufwärtstrend.“

2018 in eine schwere Krise geraten

Enercon war 2018 vor allem durch den Einbruch des Windenergiemarktes in Deutschland, aber auch durch hausgemachte Probleme in eine schwere Krise geraten und musste über mehrere Jahre Verluste in dreistelliger Millionenhöhe hinnehmen. Das Unternehmen leitete daraufhin einen umfangreichen Konzernumbau, intern „Turnaround“ genannt, ein, der u.a. die Streichung Tausender Stellen, aber auch mehr Internationalisierung, weniger Eigenfertigungstiefe und die Konzentration auf das Kerngeschäft vorsah.

„Mit der Rückkehr in die Gewinnzone konnte ein deutliches Signal für die Wirksamkeit des mehrjährigen Turnaround-Prozesses gesetzt werden“, meinte Finanzvorstand Michael Jaxy. „Die Lage Enercons hat sich 2025 weiter deutlich erholt.“

Im vergangenen Jahr nahm Enercon 627 Windenergieanlagen mit einer Gesamtleistung von 2785 Megawatt (MW) in Betrieb. Das waren zwar minimal mehr als im Vorjahr (625 Anlagen und 2776 MW). Das selbst gesteckte Ziel von 3270 MW neu installierter Leistung wurde allerdings verfehlt, was das Unternehmen mit „fehlenden Voraussetzungen auf Kundenseite“ sowie der „verspäteten Bereitstellung von Komponenten auf Baustellen“ begründete.

Für die Zukunft zeigt sich der Windenergieanlagenhersteller zuversichtlich. Der positive Trend der Geschäftsentwicklung hat sich nach Angaben des Vorstandes auch in den ersten Monaten des laufenden Jahres fortgesetzt. „Wir verzeichnen weiter einen starken Auftragseingang – mit einer Steigerung von 40 Prozent gegenüber den Vorjahren“, sagte Bauer. „Unsere Auftragsbücher sind bis 2028 gut gefüllt“, sagte er. Als Treiber habe sich insbesondere das neue Topmodell E-175 EP5 erwiesen.

Die gute Entwicklung soll sich auch in den Zahlen niederschlagen. Für das laufende Jahr plant Enercon dem Konzernabschluss zufolge den Zubau von fast 800 Windrädern und eine installierte Leistung von 3825 MW. Sowohl beim Gewinn als auch beim Umsatz prognostiziert der Vorstand für 2026 eine „stark steigende“ Tendenz. „Bis 2028 ist eigenfinanziertes profitables Wachstum geplant“, sagte Jaxy.

Ostfriese vom FC Nesse erzielt „NFV-Tor des Monats“

NESSE/HANNOVER/WIE – Der he Treffer von Eric Masuhr hat dem FC Nesse nicht nur den Einzug in die nächste Pokalrunde beschert, sondern dem 28-jährigen Fußballer auch die Auszeichnung zum NFV-Tor des Monats Juli eingebracht. Das hat der Norddeutsche Fußball-Verband (NFV) bekannt gegeben. Masuhrs Tor wird erst bei der Abstimmung zum NFV-Tor des Jahres wieder relevant. Da gab es für den Torschützen des Jahres bislang vom Hauptsponsor des NFV, die Krombacher-Brauerei, zwölf Kisten Bier nach Wahl.





Podcast trifft Legenden – Wer darf auf den Platz?

SPORTWOCHENENDE Beim FC Loquard steht ein ganz besonderes Spiel auf der Agenda

VON DIRK DE VRIES

LOQUARD – Für einige wird es sicherlich das Spiel des Jahrhunderts. Auf jeden Fall aber das Spiel, von dem sie noch in Jahren sprechen werden. Der FC Loquard hat mit einer „Allstars-Mannschaft" die Podcaster „Toddi & Chris" dazu herausgefordert, beim Sportwochenende des Vereins mit einer eigenen Mannschaft anzutreten. Und „Toddi & Chris" haben die Herausforderung angenommen.



Nahmen die Herausforderung des FC Loquard sehr gerne an: die beiden Podcaster Christian (links) und Thorsten Zeiß von „Toddi & Chris". BILD: PRIVAT

Zwei FCL-Kenner mit Podcast-Geschichte

Nun sind die beiden Podcast-Hosts beim FCL keine Unbekannten. Thorsten Zeiß hat lange Jahre für die Loquarder auf dem Fußballplatz gestanden, sein Cousin Christian Zeiß verfolgt die Spiele vom FCL seit seiner Kindheit. Seit über zwei Jahren stellen die beiden in ihrem Podcast regionale Sportler vor. Deshalb war an die Herausforderung auch eine Bedingung geknüpft: Im Team der Beiden sollten Personen auflaufen, die entweder Gast im Podcast waren oder sich per Sprachnachricht beteiligt haben.

Und was die beiden Zeiß' da dann an Land gezogen haben, ist schon sehenswert. „Klar war eigentlich, wen wir als Erstes anrufen", sagte Christian Zeiß. Und Henning Rießelmann, sportlicher Leiter bei Regionalligist Kickers Emden sowie Betreiber der Sport-Agentur „Onside" hat nicht lange überlegt. „Er sagte sofort zu und er besorgt auch die Trikots für uns." Dazu gibt es auch noch Aufwärmshirts. „Wir machen das Spiel im laufenden Ligabetrieb und da war es uns wichtig, dass wir auch eine Physiotherapeutin vor Ort haben", sagt Thorsten Zeiß. Wiebke Rieken ist als Physio und Athletiktrainerin beim Bezirksligisten Eintracht Ihlow. „Und so hat uns dann Physio-Gym von der Dr. Becker-Klinik in Norddeich die Shirts gesponsort." Rieken arbeitet dort hauptberuflich.

Fan kann aktiv mitspielen

Wichtig war den Herausgeforderten auch, dass ihr Team viele Vereine und Ligen präsentieren sollte. Neben Rießelmann haben noch Björn Lindemann (Trainer von Kickers Emden), Visquards Urgestein Maik Eeten sowie Behrend Janssen und Torsten Ehm (beide vom TuS Westerende) zugesagt. Zwei neue Spieler warfen sie aktuell ins Gespräch: Thilko Boekhoff (Trainer von Eintracht Ihlow) hat seine Zusage gegeben. Er bringt seinen Kapitän Luca Wendeling mit. Weitere Spieler geben sie über ihre Social–Media-Kanäle bekannt. Dazu ganz wichtig: Eine Zuhörerin/ein Zuhörer des Podcasts kann beim Spiel aktiv dabei sein. Einfach auf den sozialen Medien von „Toddi & Chris" einen Kommentar hinterlassen, die beiden losen dann aus. Wer kommentiert, muss nicht Fußballerin/Fußballer sein. Wird es eine Frau, ist sie nicht die einzige im Kader – so viel sei schon einmal verraten.

Aber wie kam diese verrückte Idee denn zustande? Florian Deiters-Harberts (3. Vorsitzender und Spieler der 1. Herren) hat schon länger überlegt, was der FC Loquard besonderes machen kann, wenn er in zwei Jahren sein 100-jähriges Vereinsbestehen feiert. „Ich fand es immer schade, dass beispielsweise Thorsten, Roland (Beekhuis) oder auch Martin (Peters) nie ein richtiges Abschiedsspiel hatte", sagt Deiters-Harberts zu den Überlegungen. Und irgendwann waberte die Idee der Herausforderung im Raum.

Stars auf dem Platz – und am Tresen

Verstecken brauchen sich die FCL-Allstars nicht. Neben Beekhuis und Peters werden Markus Dielenschneider und Benjamin Paasch als ehemalige Aufstiegstrainer die Mannschaft coachen. „André Popp und Andy Akkermann sind unsere Torhüter und einige mehr werden folgen", freut sich Deiters-Harberts auf sein Team. Im Grunde genommen umfasst der Kader rund 40 Spieler, weitere Namen verbreitet auch der FCL über seine sozialen Kanäle. Aber: „Davon können einige nicht mehr aktiv spielen, die helfen dann aber beispielsweise am Getränkestand."

Beide Teams sind, das sagen die Macher, bis in die Haarspitzen motiviert. Und beide Teams wollen auf jeden Fall gewinnen. Ein munteres Hin-und Hergeschiebe des Balles sollten die Zuschauer also nicht erwarten.

Was sich Deiters-Harberts neben gutem Wetter und vor allem ganz vielen Zuschauer wünscht? „Vielleicht bekomme ich es hin, dass Thorsten sozusagen bei uns sein Abschiedsspiel macht!"

Eine neue Herausforderung? Aufgelöst wird das am 3. September ab 19 Uhr auf dem Sportplatz in Loquard – beim vielleicht für manchen auf dem Platz sein Spiel des Jahrhunderts.

Medizin ANZEIGE



Keine Kompromisse bei Migräne

Pulsieren, Pochen, Hämmern sowie Lichtempfindlichkeit und mehr: Migräne quält Betroffene meist sogar über mehrere Tage. Während viele Schmerzmedikamente lediglich den Schmerz lindern, setzt Formigran (Apotheke, rezeptfrei) gezielt dort an, wo der Migräne-Schmerz entsteht: Formigran kann die erweiterten Blutgefäße der Hirnhaut auf Normalgröße verengen und so die Ursache der Migräne direkt am Ort des Geschehens bekämpfen. Auch Begleitsymptome wie Übelkeit, Licht- oder Lärmempfindlichkeit werden bekämpft. Bereits nach zwei Stunden kann die maximale Wirksamkeit erreicht werden. Zudem sorgt Formigran für eine langanhaltende Schmerzlinderung. Die zwei Tabletten pro Packung sind daher meist ausreichend.

Für Ihre Apotheke:
Formigran
(PZN 02195485)



www.formigran.de

Vor der Einnahme sollte Rücksprache mit einem Arzt gehalten werden. • AI Bild KI-generiert

FORMIGRAN 2,5mg Filmtablette. Wirkstoff: Naratriptan (als Naratriptanhydrochlorid). Akute Behandlung der Kopfschmerzphasen von Migräneanfällen mit und ohne Aura. Enthält Lactose. www.formigran.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing

Arthrose? Pflanzenwirkstoff hilft abseits der Krebstherapie bei Arthrose

Hoffnung für Millionen Arthrose-Patienten: Ein besonderer Wirkstoff, der in der komplementären Krebstherapie eingesetzt wird, kann unabhängig davon auch bei Arthrose helfen!



Wenn die Laubbäume ihre Blätter verlieren, bekommen wir eine sonst eher unscheinbare Pflanze zu Gesicht: die Mistel. Diese wird häufig in der begleitenden Krebstherapie eingesetzt, da sie sich beim Gebrauch gegen maligne Tumore bewährt hat. Sie aktiviert den programmierten Zelltod einer geschädigten oder funktionsunfähigen Zelle als Überlebensschutz des gesunden Gewebes. Das Geniale: Forscher fanden heraus, dass der in der Mistel enthaltene Wirkstoff Viscum album auch bei Arthrose helfen kann[1].

Arthrose – die wichtigsten Fakten

Arthrose gilt als eine Verschleißkrankheit der Gelenke, bei der sich der Knorpel an den Gelenken abnutzt. Dieser Knorpel bildet eine Schutzschicht, die verhindern soll, dass die Knochen aneinander reiben. Nutzt sich der Knorpel ab, reiben schließlich die Knochen ungeschützt aneinander. Dies führt zu starken Schmerzen und Entzündungen. Altersbedingter Verschleiß gilt dabei als eine der Hauptursachen. Aber auch Bewegungsmangel, Übergewicht oder Fehlstellungen können Arthrose begünstigen.

Ein typisches Zeichen ist der „Anlaufschmerz". Dabei verspüren Betroffene beim Loslaufen auf den ersten Metern ein Ziehen, z. B. in der Hüfte oder im Knie. Arthrose beginnt außerdem in vielen Fällen damit, dass sich die Gelenke steif anfühlen oder anschwellen. Später kommt häufig ein Belastungsschmerz hinzu.

Der vielversprechende Wirkstoff Viscum album

Der Wirkstoff Viscum album kann auch bei Arthrose helfen! Denn: Laut Arzneimittelbild wird Viscum album bei Steifigkeit sowie bei Ziehen und Reißen im Knie angewendet. Der Wirkstoff überzeugt vor allem deswegen bei Arthrose, da er sowohl schmerzlindernd als auch entzündungshemmend wirkt.[1] Der Wirkstoff kann laut In-vitro-Studien durch den apoptotischen Zelltod sogar bestimmte Körperzellen stoppen, die den Gelenkknorpel bei Arthrose angreifen.[2] Somit wird der Knorpel geschützt und die bei Arthrose typischen Anlauf- und Belastungsschmerzen werden bekämpft. Inzwischen gibt es ein rezeptfreies Arzneimittel in Deutschland, was den Wirkstoff Viscum album hochkonzentriert enthält. Es ist in Apotheken unter dem Namen Rubaxx Arthro erhältlich. Das Arzneimittel ist gut verträglich. Neben- oder Wechselwirkungen sind nicht bekannt.

Für Ihre Apotheke:
Rubaxx Arthro
(PZN 15617516)



www.rubaxx.de

[1]Hedge et al. (2011) Viscum album Exerts Anti-Inflammatory Effect. PLoS ONE. 2011;6(10):e26312 • [2]Lavastre et al. (2004) Anti-inflammatory effect of Viscum album. Clin Exp Immunol. 2004 Aug; 137(2):272-8 • Abbildung Betroffenen nachempfunden

RUBAXX ARTHRO. Wirkstoff: Viscum album Ø. Homöopathisches Arzneimittel bei Verschleißkrankheiten der Gelenke. • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing

Zunehmender Vandalismus

STADTBILD Blumenbeete werden beschädigt, Wände mit Graffiti beschmiert

AURICH/LR – In den vergangenen Tagen und Wochen wurden im Stadtgebiet von Aurich mehrere Fälle von Vandalismus festgestellt. „Zwar hat es auch in der Vergangenheit immer wieder vergleichbare Vorfälle gegeben, die aktuelle Entwicklung zeigt jedoch, dass die Zahl der Beschädigungen zunimmt“, heißt es in einer Mitteilung der Stadtverwaltung.



Die Stadt Aurich berichtet von einer Zunahme von Vandalismus, darunter Graffiti. BILD: STADT AURICH

Beete verwüstet und Pflanzen gestohlen

Ein aktueller Fall betrifft ein Sommerblumenbeet an der Ecke Von-Jhering-Straße/Julianenburger Straße. Mitarbeitende der Stadtgärtnerei stellten fest, dass Unbekannte das Beet beschädigt haben. „Wie sich bei den Aufräum- und Wiederherstellungsarbeiten zeigte, wurde das Beet nicht nur verwüstet, sondern es wurden auch gezielt Pflanzen gestohlen“, so die Stadt. Und auch aus den Staudenbeeten am Hohen Wall wurden in den vergangenen Wochen wiederholt größere Mengen verschiedener Blüten abgeschnitten und mitgenommen.

Zu weiteren Sachbeschädigungen kam es in der Nacht vom 18. auf den 19. Juli an der Badestelle Tannenhausen. Dort wurden unter anderem Schilder, zwei Umkleiden, Sichtschutzelemente sowie ein Fenster und Innenräume des Sanitärgebäudes mit Graffiti, Permanentmarker und Filzschreiber beschmiert.

Schulen und Kindergärten

Darüber hinaus wurden in jüngster Zeit vermehrt Sachbeschädigungen und Graffiti im Umfeld von Schulen und Kindergärten festgestellt. Betroffen waren zuletzt unter anderem die Grundschule Pfälzerschule, die Grundschule Tannenhausen sowie die Grundschule Lambertischule. Auch auf Schul- und Kita-Spielplätzen wurden wiederholt zerbrochene Glasflaschen vorgefunden. „Die dabei entstehenden Glasscherben bedeuten eine erhebliche Gefahr für Kinder und machen eine aufwendige Reinigung erforderlich. Gerade in Sand- und Kiesflächen ist das Entfernen der Scherben besonders arbeitsintensiv. Hierfür wurde sogar eigens eine Siebmaschine angeschafft“, informiert die Stadt Aurich.

Schäden bei Wetterschutzhäuschen

Auch an einzelnen Standorten von Wetterschutzhütten und Sitzgelegenheiten besteht immer wieder Handlungsbedarf. Bereits in der Vergangenheit wurde vorhandenes Mobiliar nach und nach durch robustere und vandalismusresistentere Ausführungen ersetzt. Zudem wurden die Pflege- und Reinigungsintervalle erhöht.

Dennoch sind zuletzt erneut erhebliche Schäden festgestellt worden: Sitzflächen wurden durch Feuer und Farbe beschädigt, Seitenelemente, Traggerüst und Infotafeln stark beschmiert und mit Aufklebern beklebt. „Das zeigt deutlich, dass die bislang ergriffenen Maßnahmen allein derzeit nicht ausreichen, um die Situation dauerhaft zu verbessern.

Besonders betroffen ist die Wetterschutzhütte im Bereich des Hammerkewegs. Sie wurde deshalb bis auf Weiteres eingezäunt und vorübergehend für die Allgemeinheit gesperrt.“ Damit sollen weitere Schäden verhindert und zugleich ein sichtbares Zeichen gesetzt werden: Wer öffentliche Einrichtungen beschädigt oder vermüllt, verursacht konkrete Folgen für alle.

„Es ist erschütternd zu sehen, mit welcher Rücksichtslosigkeit öffentliche Einrichtungen beschädigt und zerstört werden. Einzelne richten damit nicht nur erheblichen finanziellen Schaden an, sondern beeinträchtigen auch das Miteinander in unserer Stadt und die Lebensqualität vieler Bürgerinnen und Bürger“, so Bürgermeister Horst Feddermann.

Jede Menge los in Ostfriesland

TERMINE Veranstaltungstipps für die ganze Familie

OSTFRIESLAND/LR – Familien-Veranstaltungstipps der NWZ-Familienwelt:

Freitag, 28. August, bis Sonntag, 30. August, Norden: Norder Sommerfest 2026 in der Innenstadt mit Live-Musik, Straßenkunst, Handwerkerflohmarkt und mehr

Samstag, 29. August, 10 Uhr, Leer: 14. American Wheels auf dem Ernst-Reuter-Platz

Samstag, 29. August, 11 Uhr, Emden: Kinderfest im Emder Stadtgarten, Alter Markt 2a

Samstag, 29. August, 13 Uhr, Aurich: CSD Aurich - Kultur- und Straßenfest am Rathausvorplatz

Sonntag, 30. August, 10 Uhr, Wangerland: Kinderflohmarkt in Hooksiel am Gästehaus Hooksiel, Hohe Weg 1

Sonntag, 30. August, 11 bis 16 Uhr, Großefehn: Der Präventionstag bietet bei freiem Eintritt Möglichkeit, zahlreiche Hilfs-, Unterstützungs- und Vereinsangebote kennenzulernen sowie Infos rund um Gesundheit und Wohlergehen zu erhalten, KGS Großefehn

Donnerstag, 3. September, 12 Uhr, Aurich: Kinderfest Aurich – Auricher Stadtfest für Kinder in der Fußgängerzone

Donnerstag, 3. September, 16 Uhr, Norden: „Löwe sucht einen Freund“ – Bilderbuchkino für Kinder ab 4 Jahren in der Stadtbibliothek Norden, Neuer Weg 35-37; Anmeldung vorab notwendig

Samstag, 5. September, 10 Uhr, Leer: „Kleine Biene Hermine, wo bist du zu Haus?“ – Plattdeutsch-Lesung für Kinder ab 5 Jahren in der Stadtbibliothek Leer, Wilhelminengang 2

Samstag, 5. September, 11 Uhr, Emden: Sommerfest im Tierheim Emden, Zum Buschplatz 6

Samstag, 5. September, 13 Uhr, Leer: Das große Kinder- und Sommerfest des Bürgerverein Moorsied, Am Treff, Breslauer Straße 40a

Samstag, 5. September, 16 Uhr, Emden: Festival für Demokratie und Vielfalt im Kulturbunker Emden, Geibelstraße 30a; Tickets im Vorverkauf ab 10 Euro erhältlich unter sites.google.com/view/ostfriesland-demokratisch

Sonntag, 6. September, 10 Uhr, Norden: Kleiderflohmarkt für die ganze Familie in der Kreisvolkshochschule Aurich-Norden, Uffenstraße 1

Sonntag, 6. September, 11 Uhr, Leer: 25. Fest der Kulturen auf dem Denkmalplatz in Leer

Den Sommer verlängern:
Terrassendächer – individuell geplant
Immer die perfekte Lösung für Ihre Wünsche



Glasdächer · Sonnenschutz · Insektenschutz · Gartenmöbel · Raum und Design

SONNENSCHUTZ UND RAUMDESIGN Everwien

26506 Norden - Molkereilohne 35 • Tel. 04931-9394-0
info@everwien.de

74. Blütenfest Wiesmoor

3. – 7. September 2026

Jetzt Tickets sichern!

www.bluetenfest-wiesmoor.de

Donnerstag: Stecken der Korsowagen (bei Landgard)

Freitag: Eröffnung, Kinderkorso und Festmeile an der Hauptstraße

Samstag: Buntes Programm & Dämmerschoppen (mit Fallschirmsprung des Königshauses)

Sonntag: Wahl des neuen Königshauses & großer Blumenkorso

Montag: Familientag auf der Kirmes & Kanal in Flammen

Vollständiges Programm & weitere Infos online

Annahme von Äpfeln und Birnen
Ausgabe von Fruchtsäften

Landhandel Klaus Schmidt
Landstraße 3, 26506 Norden/Ostermarsch
Tel. 0 49 31 - 16 82 09
Di. u. Do. 14.00 – 17.00 Uhr – ab dem 01.09.2026

Hinrich Folkerts Landhandel
Groothuser Grenzweg 2, 26736 Krummhörn
Tel. 0 49 23 - 9 92 00
Di. u. Do. 14.00 – 17.00 Uhr – ab dem 01.09.2026

Auricher Süssmost GmbH
Kreihüttenmoorweg 11, 26607 Aurich
Tel. 0 49 41 - 97 04-0
Mo. bis Fr. von 9.00 – 13.00 Uhr
und 14.00 – 16.00 Uhr – ab dem 31.08.2026
Auricher Süssmost
Auricher Süssmost GmbH
Telefon (0 49 41) 97 04-0 • www.auricher-suessmost.de

WALLOW IMMOBILIENBÜRO
Verkauf | Vermietung | Verpachtung
Landwirtschaft | Versteigerungen
Gutachten | Verwaltung
Mobiliar/Inventar/Technik
Auktion
Norden, Stellmacher Str. 14 (SKN)
Samstag, 5. September, 13.30 Uhr
Fotos unter:
www.wallow-auktionen.de
vereid. Auktionator Johannes Wallow
Am Zingel 2 | 26506 Norden
04931-972030 | info@wallow.de

Ihr kompetenter Reisemobil-/Caravan-Experte
NEU / Gebraucht / Vermietung / auch Automatik-Fahrzeuge
Dulle Mobile GmbH
Unsere Hersteller: Frankia, Challenger, Mobilvetta, Pilote
Hausmesse 12.9. und 13.9.26
An der Autobahn 12 · 49733 Haren · Tel. 0 59 35 - 99 95 90
www.dulle-mobile.de

- Anzeige -
Neues aus der Selbsthilfe
DER PARITÄTISCHE AURICH Selbsthilfekontaktstelle

35-jähriges Jubiläum: Die Selbsthilfekontaktstelle Aurich lädt ein!

Der diesjährige Selbsthilfetag steht im Zeichen eines großen Jubiläums: Die örtliche Selbsthilfekontaktstelle des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes **feiert** am **Sa., den 5.9.2026 von 10 bis 14 Uhr** im **Carolinenhof Aurich** ihr 35-jähriges Bestehen.

Unter dem Motto „Selbsthilfe- Verbunden, Gemeinsam, Stark“ präsentieren sich Selbsthilfegruppen unter anderem zu Themen wie Adipositas, Fibromyalgie, Multiple Sklerose, Neurofibromatose und Sucht. Als weitere Highlights zum Jubiläum erwarten die Besucher spannende Redebeiträge aus Politik, von Betroffenen, und Selbsthilfeexpert*innen sowie ein buntes Begleitprogramm mit musikalischer Unterstützung und Kinderschminken für die kleinsten Gäste.

Ein herzliches Dankeschön gilt an diesem Tag insbesondere allen Ehrenamtlichen, an die Krankenkassen, die Politik sowie allen Netzwerkpartnern für ihre wertvolle Unterstützung und ihr Engagement, die die lokale Selbsthilfearbeit seit Jahrzehnten tragen. Kommen Sie gerne vorbei, informieren sich an den Ständen über Selbsthilfe und kommen Sie mit uns ins Gespräch.

Nehmen Sie gerne Kontakt mit uns auf. **Selbsthilfekontaktstelle Aurich**
Tel.: 04941-939414, per E-Mail: **selbsthilfe-aurich@paritaetischer.de**
oder im Internet auf **www.paritaetischer.de/kreisverbaende/aurich-wittmund/**

Am Ende holt Elyas Dirksen Platz 11 bei der WM

SPEEDWAY 12-Jähriger nimmt viele Erfahrungen mit – Europameisterschaft einen Tag später abgesagt wegen des Wetters

VON DIRK DE VRIES



Offizielle Vorstellung der WM-Fahrer: Mittendrin der Emder Elyas Dirksen. BILD: PRIVAT

EMDEN/WORKINGTON – Alle haben ihm einen Platz unter den Top 5 zugetraut. Auch sein Trainer Sönke Petersen hat damit gerechnet, dass das Speedway-Talent Elyas Dirksen bei der Weltmeisterschaft (WM) und Europameisterschaft (EM) im englischen Workington gut performen wird. Nicht zuletzt in seinem Heimatverein MSC Moorwinkelsdamm drückten alle die Daumen. Der erste internationale Auftritt des 12-Jährigen war eine große Erfahrung – er musste aber auch viel Lehrgeld zahlen.

Heimvorteil für englische Fahrer

Doch der Reihe nach: Die Bahn im englischen Workington nennt Elyas Dirksen „nicht gut". Der Boden war tief, hier sind die Bahnen eher hart. Was ein tiefer Boden beim Wetterumschwung heißt, sollte der nächste Tag zeigen. Auch an die Erhöhung in der Kurve musste sich der Emder erst einmal gewöhnen. „Das gibt es hier auch, aber hier sind es eher so zwei Prozent, dort vor Ort waren es sechs Prozent." Und, was die Fahrer vor besondere Herausforderungen stellte, war die leichte Bodensenke hinter einer Kurve. „Die englischen Fahrer kennen diese Bahn, alle anderen nicht", sagt Elyas' Opa Dirk Dirksen.

Für das Kennenlernen der Bahn gab es zwei Zeitfenster von je zwei Trainings-Minuten. Und dann passierte auch noch das Pech, dass dabei dem Emder das Motorrad sozusagen den Dienst verweigerte. „Bei der technischen Abnahme war noch alles okay, dann versagte aber der Vergaser." Schnell musste Dirk Dirksen Hand anlegen und eine gute Übersetzung für diese Art der Speedway-Bahn finden. „Das hat gut geklappt, weil auf Rückschlüsse beim Training konnten wir ja nicht zurückgreifen."

Missgeschick kostet Dirksen einen Punkt

Die offizielle Fahrervorstellung war ein Höhepunkt. Dem wollte Elyas Dirksen in seinen fünf Läufen noch weitere folgen lassen. Aber es war irgendwie der Wurm drin. In seinen ersten drei Läufen dominierte er eigentlich das Feld. Im Lauf eins passierte ihm dann aber ein Missgeschick. Nach drei Runde rollte er wie gewohnt aus, hatte vergessen, dass bei der WM vier Runden gefahren werden. Der spätere Vizeweltmeister ließ sich nicht zweimal bitten und zog vorbei – statt drei Punkte also nur zwei Punkte für den Emder – Punkt verschenkt.

Die Nervosität, die eh schon da war, stieg. Im zweiten Lauf passierte Elyas Dirksen in der letzten Kurve ein dicker Fehler, wieder wurde er Zweiter hinter dem späteren Weltmeister – Punkt verschenkt. Ähnlich war es in Lauf drei, ein Australier zog zum Schluss außen vorbei, dabei hatte der Emder eigentlich alles im Griff – Punkt verschenkt. „So gesehen hatte er die drei Topfavoriten auf dem Titel in den Rennen klar im Sack gehabt", sagt sein Opa Dirk. Und so stieg mit jedem Lauf die Nervosität noch mehr an.

In seinen letzten beiden Läufen lief es am Start nicht gut, in Lauf vier gab es nur einen Punkt und weil er in seinem letzten Lauf auf Platz vier landete, bekam er dafür keinen Punkt. Sieben waren es also insgesamt. Der spätere Weltmeister aus Polen holte die Maximalausbeute von 15 Punkten. „Elyas hat schon danach gesagt, dass er eigentlich fünf, sechs Punkte verschenkt hat." Mit vielleicht 13 Punkte wäre eine vordere Platzierung drin gewesen. So blieb ihm am Ende Platz elf. Aber: Die Erfahrung kann ihn keiner mehr nehmen und er wurde in seiner Altersklasse Elfter unter den besten Fahrern der Welt.

Was war noch einen Tag später bei der EM drin? „Es hatte nachts angefangen zu regnen und die Bahn war ein Acker", sagt Dirk Dirksen. Aber Elyas zeigte, dass er Erfahrungen gesammelt hatte. Trotz der schwierigen Bedingungen holte er sich in seinem ersten Lauf Platz zwei – ein guter Start. Doch im weiteren Verlauf häuften sich die Stürze, sodass die Rennleitung nach Lauf acht den Wettkampf absagte. „Im neunten Lauf wäre Elyas wieder gefahren."

Der Montag wäre eigentlich der Ersatztermin für die Fortführung gewesen, aber es kam zur Absage und Familie Dirksen trat die Heimreise an.

Auricher Mats van Lessen in guter Form

SCHÜTZENSPORT 13-Jähriger vom SV Schirumer Leegmoor holt Team-Gold in Suhl

VON HENNING WIETING



Jetzt zu den Deutschen Meisterschaften in München: Der für die Schützen aus Schirumer Leegmoor startende Mats van Lessen (rechts) hat im NWDSB-Team in Suhl den Luftpistolen-Teamwettbewerb mit Tim Klemann und Tomke Ruröde gewonnen. BILD: GÜNTHER VAN LESSEN

SUHL/AURICH – Mats van Lessen aus Aurich zählt zu den größten Nachwuchstalenten im deutschen Sportschießen – und das, obwohl er erst seit drei Jahren aktiv ist. Beim hochkarätig besetzten RWS Verbandsrunden-Wettkampf im thüringischen Suhl überzeugte der 13-jährige Schüler des Gymnasiums Ulricianum mit starken Leistungen und holte gemeinsam mit dem Team des Nordwestdeutschen Schützenbundes (NWDSB) in der Alterkategorie Schüler einen Titel.

Trainer Dennis Grünhoff

Seinen sportlichen Weg begann Mats beim Schützenverein (SV) Schirumer Leegmoor, wo Trainer Johann Weber ihm die Grundlagen und die nötige mentale Ruhe für das Schießen vermittelte. Seit etwa einem Jahr trainiert er zusätzlich unter Anleitung von Dennis Grünhoff, einem erfahrenen Schützen aus der 1. Bundesliga, der seine Wettkampferfahrung an den Schüler weitergibt.

„Mats arbeitet hart an seiner Entwicklung. Zweimal pro Woche steht Training im Heimatverein auf dem Programm", sagt der stolze Vater Günther van Lessen. Damit nicht genug: Alle fünf Wochen geht es zum Kadertraining ins Landesleistungszentrum Bassum (Landkreis Diepholz), dem Sitz des NWDSB. Seit November 2025 gehört der junge Ostfriese offiziell zum Landeskader des NWDSB. Hochkarätige Vergleichs-Wettkämpfe in Städten wie Berlin, Hannover oder zuletzt in Suhl sind inzwischen fester Bestandteil seines Kalenders.

Wie gut sich die vielen Trainingsstunden auszahlen, zeigte Mats eindrucksvoll in der thüringischen Schützen-Hochburg. Mit dem NWDSB-Team gelang ihm in der Disziplin Luftpistole-Mehrkampf der Gesamtsieg. Zusammen mit Tim Klemann und Tomke Ruröde erreichte das Team 1038 Ringe und ließ die Favoriten aus Bayern (1032) und der Oberpfalz (1015) hinter sich. Mats steuerte mit starken 351 Ringen einen entscheidenden Beitrag zum Erfolg bei und belegte im Einzel den 5. Platz hinter Teamkamerad Tim Klemann (352). Nach den ersten beiden Serien führte der 13-Jährige gar mit 180 Ringen. Eine 83 in der dritten Serie ließ ihn am Ende vier Plätze hinter der Bayerin Cristina Padovan auf dem Tableau landen, die mit 362 von 400 möglichen Ringen diesen Wettkampf für sich entscheiden konnte.

In der Einzelkonkurrenz Luftpistole-Präzision bewies der Auricher zudem starke Nerven und holte als bester Schütze der Nordwest-Auswahl Platz 7. Hier erreichte die Mannschaft Rang 4. Überhaupt waren die Nordwestdeutschen wahre Jäger und Sammler in Suhl – belegten sie doch mit siebenmal Gold und dreimal Silber den erfolgreichsten Verband vor Bayern (3/3/2) und Brandenburg (3/1/2).

Wer Mats von Lessen kennt, der weiß, dass er sich nicht in den Erfolgen von Suhl suhlen wird. „Die Top-Resultate sind der perfekte Rückenwind für den kommenden Jahreshöhepunkt", ist sich Papa Günther sicher: Vom 26. bis 29. August startet sein Filius bei den Deutschen Meisterschaften auf der Olympiaschießanlage in München – eine Qualifikation, die er sich scheinbar mühelos in allen drei Luftpistolen-Disziplinen gesichert hat. Ein weiteres Highlight ist hierin eingebettet: Mats hat sich erneut durch seinen Sieg im Vorentscheid das Ticket für den renommierten RWS Shooty Cup gesichert. Dort darf er vor etwa 2.000 Zuschauern für seinen Heimatverein Schirumer Leegmoor und den NWDSB am 27. August an den Schützenstand.

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

„Jan-Klein"
Bustouristik

15.10. – 18.10.26	Am Rhein und Mosel	550,– €
30.10. – 01.11.26	3 Tage Überraschungsfahrt	299,– €
14.11. – 16.11.26	Berlin mit Friedrich Stadt Palast	349,– €
27.11. – 29-11-26	Advent in Celle und Lüneburg	325,– €
06.12. – 08.12.26	Wernigerode mit "Advent in den Höfen in Quedlinburg"	335,– €
30.12.26 – 02.01.27	Jahreswechsel in Höxter im Weserbergland	659,– €
21.01. – 24.01.27	Berlin Grüne Woche	425,– €
02.09.26	Buxtehude Apfelernte im alten Land	95,– €
05.09./03.10.26	Groningen Einkaufsfahrt	33,– €
06.09.26	ZOO Hannover	45,– €
06.09.26	Hannover Herrenhäuser Gärten	54,– €
09.09.26	Bad Zwischenahn Illumination	inkl. Eintritt 40,– €
10.09.26	Giethoorn & Luttelgeest	66,– €
11.09.26	Käsemarkt Alkmaar	47,– €
12.09.26	Fischmarkt Hamburg	45,– €
16.09.26	Steinhude "Ganz und Gar"	117,– €
17.09.26	Helgoland mit dem Katamaran	109,– €
19.09.26	Schlagernacht des Jahres Bremen	ab 134,– €
20.09.26	Herbstmarkt Bourtange/NL	inkl. Eintritt 40,– €
27.09./31.10.26	Musicals Hamburg	ab 166,– €
29.09.26	Hamburg Miniatur Wunderland oder Bunker Hildegarden	ab 67,– €
03.10./31.10.26	Amsterdam inkl. Grachtenrundfahrt	61,– €
11.10.26	GOP Theater Bremen	ab 118,– €
17.10.26	INFA Hannover	45,– €
18.10.26	Starlight Express Bochum	ab 170,– €
20.10.26	Pferdemarkt Zuidlaren / NL	35,– €
21.10.26	Bremerhaven Klimahaus oder Auswanderhaus	ab 33,– €
21.10.26	Bremerhaven Seefischkochstudio	64,– €
24.10.26	Kreativ und Kuchen Messe Hamburg/Schnelsen	45,– €
01.11.26	Flohmarkt Eelde mit Aufenthalt in Groningen	33,– €
07.11.26	Schlagernacht des Jahres Oberhausen	ab 144,– €
01.04.27	Bremen Roland Kaiser	ab 171,– €

Weitere Informationen unter: www.jan-klein.de oder Telefon 04941 / 956066
und bei Bucks Reisen, Telefon 04936 / 6464
Kreisbahn Aurich GmbH | Breiter Weg 69a | 26603 Aurich

Post nach Müllheim, Motzen, Meinkot oder Möhrendorf?
Wir stellen zu.
Deutschlandweit.
Egal, wie der Ort heißt.
www.citipost-nordwest.de
CITIPOST
Bringt mehr als man denkt.

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 02.09.2026 - 12.09.2026 !

Gehacktes vom Schwein & Schweinemett	5,99 €/kg
frischer Schweinebauch & Dicke Rippe	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	6,99 €/kg
Moorbraten & gefüllte Schweinerouladen	9,99 €/kg
Hacksteaks, versch. Sorten	9,99 €/kg
Grillbauch, Grillrippe, Holzfällersteaks, gew.	6,99 €/kg
gebratene Stielkoteletts & Bauchscheiben	3,50 €/Stück
gebratene Schnitzel & Nackenkoteletts	4,50 €/Stück

Zeitungsleser wissen mehr!

Wieder mehr Unfälle mit E-Scootern

MOBILITÄT Statistisches Bundesamt meldet starken Anstieg – AvD für Schulung von Jugendlichen

IM NORDWESTEN/PM – Das Statistische Bundesamt (Destatis) hat unlängst die Zahlen zu Unfällen mit E-Scootern im Jahr 2025 veröffentlicht. Im Vergleich zum Vorjahr kamen dabei 38,1 Prozent mehr Menschen zu Schaden. Der Automobilclub von Deutschland (AvD) sieht angesichts dieser Daten dringend Bedarf an Maßnahmen für weniger Unfälle.

Insgesamt wurden bei Destatis 16.496 Unfälle mit Personenschäden registriert. Bei den insgesamt 38 Todesfällen starben 33 Menschen als Fahrer oder Mitfahrer auf einem E-Scooter. 16 der tödlich Verletzten gingen als Alleinunfälle, also ohne Beteiligung Dritter, in die Statistik ein. Bemerkenswert auch die hohe Zahl von 822 Mitfahrern, die Verletzungen erlitten, darunter leider auch eine getötete Person. Dabei erlauben die Vorschriften ausdrücklich nur eine Person auf dem E-Scooter, keine Mitfahrenden.

Die Statistiker benennen die geringe Rolle von E-Scootern im Gesamtunfallgeschehen. Diese machen lediglich 5,5 Prozent von 297.364 Personenschäden aus. Aber auch hier ist ein Anstieg gegenüber 2024, damals 4,1 Prozent, registriert. Gleichzeitig wird die hohe Zahl junger Menschen, die in diese Unfälle verwickelt sind, betont. 53,6 Prozent der im Jahr 2025 verunglückten E-Scooter-Fahrenden waren jünger als 25 Jahre und gar 83,7 Prozent jünger als 45 Jahre. Dagegen gehörten nur 3,1 Prozent der Altersgruppe 65plus an.



Junge Nutzer verunglücken mit E-Scootern überdurchschnittlich oft.

BILD: BRITTA PEDERSEN/DPA-ZENTRALBILD/DPA

Fehlverhalten meist Unfallursache

Bei den Unfallursachen verweist Destatis auf mehrfaches Fehlverhalten. Häufig (21,6 Prozent der Fälle) wurden die falsche Benutzung der Fahrbahn oder von Gehwegen benannt. Dabei müssen Fahrende von Rechts wegen, soweit möglich, auf Fahrradwegen oder Schutzstreifen unterwegs sein. Sind solche nicht vorhanden, ist auf Fahrbahnen oder Seitenstreifen auszuweichen. Das Fahren auf Gehwegen ist ausdrücklich verboten. Auch Alkoholfahrten wurden verhältnismäßig oft (mit 10,9 Prozent) festgestellt. Daneben spielten nicht angepasste Geschwindigkeit und Fehler beim Abbiegen, Wenden, Rückwärtsfahren, Ein- und Anfahren eine Rolle.

Angesichts der Jahr für Jahr steigenden Unfallzahlen, insbesondere bei jüngeren Fahrern, spricht sich der AvD dafür aus, das Mindestalter für das Fahren von E-Scootern von 14 auf 15 Jahre anzuheben. Dazu sollten diese jungen Fahrer von E-Scootern Kenntnisse über die Straßenverkehrsordnung und das Führen solcher Gefährte nachweisen müssen. Entsprechendes wird heute von Personen verlangt, die ein Mofa im Verkehr fahren wollen.

Das Gefährdungspotential von E-Scootern ist mindestens ebenso hoch wie das von Mofas. Wegen des leichten Zugangs sind die E-Roller gerade für Jugendliche sehr attraktiv.

Rücksicht vor allen Verkehrsteilnehmern

Die fehlenden Kenntnisse der Verkehrsregeln sind nach Auffassung des AvD ein wichtiger Grund für das in der Statistik festgehaltene Fehlverhalten. E-Scooter-Nutzer lassen den Eindruck entstehen, dass Verkehrsregeln ignoriert werden. Besonders Fußgänger fühlen sich in den Innenstädten, die Unfallschwerpunkte bilden, durch rücksichtslose Fahrer von E-Tretrollern zunehmend gefährdet und bedroht. Polizei und Ordnungsbehörden sollten deshalb stärker kontrollieren. Die Behörden sind personell so zu verstärken, dass Verstöße verstärkt geahndet und die geltenden gesetzlichen Regelungen auch gegenüber E-Scooter-Fahrern durchgesetzt werden können.

Der AvD schlägt zum Selbstschutz der Fahrer vor, unabhängig von der Art des Antriebs, über eine Helmpflicht und festes Schuhwerk für zweirädrige motorunterstützte oder angetriebene Fahrzeuge nachzudenken. Die Sicherheit sollte für alle Verkehrsteilnehmer stets an erster Stelle stehen.

36. Woche. Gültig ab 31.08.2026

REWE PWR
POWER YOUR LIFE.

Jetzt probieren:
Die neue Power im Proteinregal.



REWE Dein Markt



Neu bei uns

PWR Whey Protein
Vanilla flavour,
je 420-g-Dose
(1 kg = 30.60)
12.85



Neu bei uns

PWR Clear Whey Protein
Ice Tea Peach flavour,
je 420-g-Dose
(1 kg = 40.45)
16.99



Neu bei uns

PWR Filled Protein Bar
versch. Sorten,
je 45-g-Riegel
(1 kg = 26.44)
1.19



Neu bei uns

PWR Protein Bar 30
versch. Sorten,
je 45-g-Riegel
(1 kg = 21.11)
0.95



Neu bei uns

PWR Protein Bar 50
versch. Sorten,
je 45-g-Riegel
(1 kg = 18.89)
0.85

Sparen mit REWE.

Komm vorbei und sichere dir bei Vorlage der Coupons **Sofortrabatte.** Wir freuen uns auf deinen Besuch!

Alle Angeboten auch beim REWE Abholservice gültig!

3 € Rabatt

Gültig vom 31.08. bis 05.09.2026.

Einlösbar ab einem Einkaufswert von 30 € im REWE Markt, Fischteichweg 15-19, 26603 Aurich.

2 095409 922426

Ausgenommen sind Zeitungen, Zeitschriften, Bücher, Tabakwaren, Telefonkarten, Pfand/Leergut, Tchibo-Non-Food, Treuepunkt-Aktionsartikel, iTunes-Karten, Fotoarbeiten, Kauf von Gutscheinen, Fremdmetzgereien und Geschenkkarten. Pro Einkauf kann nur 1 Coupon eingelöst werden. Keine Barauszahlung möglich. Nicht mit anderen Coupons kombinierbar.

REWE Dein Markt

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.

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

Auch bei Sommerregen sicher unterwegs

MOBILITÄT Die GTÜ gibt Tipps zur Vermeidung von Aquaplaning im Straßenverkehr

IM NORDWESTEN/STUTTGART/ PM – Selbst die stärkste Sommersonne vertreibt nicht jede Regenwolke. Tückisch sind heftige lokale Regenfälle. Denn wenn die einsame Regenwolke nur über einigen hundert Meter Asphalt ihre Schleusen öffnet, besteht hohe Aquaplaning-Gefahr. Kommt es zu einem Unfall, scheint nach so einem starken Schauer bereits nach Minuten wie zum Hohn wieder die Sonne. Die GTÜ Gesellschaft für Technische Überwachung mbH gibt Tipps, um solche Gefahren zu vermeiden und wie man sich verhält, wenn der Wagen dennoch aufschwimmt.



Schon eine dünne Wasserschicht kann zum Kontrollverlust durch Aquaplaning führen. BILD: GTÜ

■ **Aquaplaning:** Wenn der Pneu das Wasser auf der Fahrbahn nicht mehr verdrängen kann, schwimmt er auf – zwischen Reifen und Asphalt bildet sich ein Wasserkeil. Der Pneu verliert ganz oder teilweise den Kontakt zur Straße und kann keine Längs- und Seitenführungskräfte übertragen. Wenn der Fahrer dann bremst oder die Lenkung einschlägt, passiert für kurze Zeit nichts. Wichtige Regel beim Aquaplaning daher: Das Lenkrad ruhig halten, nicht bremsen und das Gas behutsam zurücknehmen. Sobald die Reifen wieder Fahrbahnkontakt haben, werden Lenk- und Bremskräfte erneut übertragen. Lenkrad und Pedale weiterhin ruhig und möglichst ohne abrupte Bewegungen bedienen.

■ **Das Antiblockiersystem ABS** und das Elektronische Stabilitätsprogramm ESP können Aquaplaning nicht verhindern. Und solange die Reifen aufschwimmen, können auch diese Systeme kaum stabilisierend eingreifen. Erst bei teilweise oder wieder vorhandener Bodenhaftung können sie das Fahrzeug unterstützen.

■ **Weniger Tempo:** Je schneller ein Auto fährt, desto eher droht Aquaplaning. Bei drohendem Starkregen also frühzeitig langsamer fahren – möglichst schon bevor er einsetzt. Das senkt das Risiko erheblich. Selbst das Fahren unterhalb zulässiger Höchstgeschwindigkeiten oder der Richtgeschwindigkeit auf Autobahnen kann im Falle eines Wolkenbruchs viel zu schnell sein. Zusätzlich Abstand vergrößern und Abblendlicht einschalten. Wassergefüllte Spurrillen möglichst frühzeitig erkennen und meiden, sofern es die Verkehrssituation sicher zulässt. Besonders nach längerer Trockenheit können sich zu Beginn eines Regengusses Staub, Abrieb und andere Rückstände mit dem Wasser vermischen und die Fahrbahn zusätzlich rutschig machen. Werden Sicht oder Fahrbahnzustand zu schlecht, empfiehlt sich eine Pause auf einem geeigneten Parkplatz oder Rastplatz.

■ **Gutes Profil:** Ebenso entscheidend ist der Reifenzustand. Gesetzlich vorgeschrieben ist eine Profiltiefe von mindestens 1,6 Millimeter. Für eine bessere Sicherheitsreserve empfiehlt die GTÜ mindestens vier Millimeter. Wichtig ist ebenso der richtige Reifendruck. Er sollte den Vorgaben des Fahrzeugherstellers entsprechen und an die Beladung angepasst sein. Stichwort breitere Reifen: Sie können unter vergleichbaren Bedingungen früher zum Aquaplaning neigen, weil sie eine größere Wassermenge verdrängen müssen. Das tatsächliche Verhalten hängt jedoch wesentlich von Profilgestaltung und dem Reifentyp ab – und natürlich ebenfalls von Profiltiefe, Luftdruck und Geschwindigkeit.

■ **Fazit:** Angepasste Geschwindigkeit, ein ausreichendes Reifenprofil und der korrekte Reifendruck sind gute Voraussetzungen, um Aquaplaning zu vermeiden. Wer dazu die Wolken beobachtet und mit Gelassenheit am Steuer sitzt, hat gute Voraussetzungen für eine sichere Fahrt durch einen heftigen Sommerregen.

– ANZEIGE –

Neue Alltagshilfe für die Region

NEUGRÜNDUNG „Weiße Elfen Ostfriesland“ mit Sitz in Aurich entlasten Pflegebedürftige zuverlässig im Alltag – die Kosten übernimmt die Pflegekasse.

AURICH/EMDEN/OSTFRIESLAND Seit Anfang August 2026 sind die „Weißen Elfen Ostfriesland“ offiziell für die Menschen in der Region im Einsatz. Ihr Ziel: Pflegebedürftige dabei zu unterstützen, möglichst lange selbstbestimmt und gut versorgt in ihrem eigenen Zuhause zu leben. Das Angebot umfasst vielfältige Alltagshilfen – darunter Haushaltshilfe, Reinigung, Einkaufsservice, Fahrdienste, Begleitung zu Arztterminen sowie persönliche Betreuung. Die Weißen Elfen möchten dazu beitragen, die Lebensqualität der Betroffenen spürbar zu verbessern und ihnen ein Stück Normalität im Alltag zu erhalten.

Unterstützung ab Pflegegrad 1

Viele Menschen mit Pflegegrad oder ihre Angehörigen wissen nicht, dass ihnen finanzielle Unterstützung für zahlreiche Alltagshilfen zusteht. Bereits ab Pflegegrad 1 kann der monatliche Entlastungsbetrag der Pflegeversicherung genutzt werden – bis zu 131 Euro im Monat und 1.572 Euro im Jahr 2026. Nicht genutzte Beträge bleiben verfügbar und können für anerkannte Unterstützungsleistungen eingesetzt werden.

Mehr Budget für Betreuung und Alltagshilfe

Pflegebedürftige ab Pflegegrad 2 können jährlich bis zu 3.539 Euro für Verhinderungspflege nutzen, um eine zuverlässige Betreuung zu organisieren, wenn Angehörige verhindert sind, eine Auszeit benötigen oder in den Urlaub fahren. Zusätzlich besteht die Möglichkeit, bis zu 40 Prozent der nicht genutzten Pflegesachleistungen umzuwandeln – je nach Pflegegrad stehen dafür monatlich bis zu 919,60 Euro extra für Alltagshilfen wie Haushalt, Betreuung und Assistenz zur Verfügung.



Die „Weißen Elfen“ bieten Pflegebedürftigen Unterstützung und Nähe im Alltag. BILD: KI-GENERIERT

Menschliche Nähe als Schlüssel

Wenngleich umfassendes Wissen über die finanziellen Möglichkeiten der Pflegekasse Betroffene nachhaltig entlastet, bleibt der menschliche Aspekt das Herzstück der Alltagsbegleitung. „Uns ist wichtig, dass Hilfe nicht unpersönlich ist. Unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter nehmen sich Zeit, hören zu und helfen genau dort, wo Menschen im Alltag Unterstützung brauchen“, betont Thomas Janßen, Geschäftsführer der „Weiße Elfen Ostfriesland“ gGmbH. Empathie, Respekt, Vertrauen und Zuverlässigkeit bilden die Basis für ein harmonisches Miteinander im Alltag.

Betreuung ohne Wartezeit und Vertragsbindung

Die „Weißen Elfen“ sind in Ostfriesland unter anderem in Emden, im Landkreis Aurich, in Norden, Brookmerland, Südbrookmerland, Ihlow, Großefehn, Wiesmoor und im Landkreis Wittmund im Einsatz. Geschäftsführer Thomas Janßen berät Interessierte umfassend und unverbindlich. Die Betreuung kann nach dem Erstgespräch meist schon innerhalb weniger Tage beginnen. Es gibt keine festen Laufzeiten und keine Kündigungsfristen – maximale Flexibilität für individuelle Unterstützung im Alltag.

INFO-BOX

Weiße Elfen Ostfriesland gGmbH
Arentestraße 15
26607 Aurich

Geschäftsführer: Thomas Janßen

Webseite: www.weisse-elfen-ostfriesland.de

Mail: info@weisse-elfen-ostfriesland.de

Telefon: 0162 3780989

Weiße Elfen Ostfriesland

KTM MEGA-SALE



E-TREKKING-BIKE 28”
MACINA STYLE 740

- Bosch Performance Line CX Smart System Antrieb mit 85 Nm
- 750 Wh Akku
- Shimano Deore 10-Gang Kettenschaltung
- Suntour Luftfedergabel
- Shimano hydraulische Scheibenbremsen
- Schwalbe Energizer Plus Reifen



Joschua Bias
Verkauf

MEIN TIPP:
Das KTM Macina Style 740 sieht nicht nur toll aus, auch die hochwertige Ausstattung überzeugt.

1200€ GESPART*

JETZT 2799.-

UVP 3999 €

NUR NOCH **8** Stück

NUR NOCH **6** Stück

SONDERPOSTEN & RESTBESTÄNDE ZU TOP-PREISEN



E-TREKKING-BIKE 28”
MACINA TOUR CX 510

- Bosch Performance Line CX Smart System Antrieb mit 85 Nm
- 500 Wh Akku
- Shimano Deore 10-Gang Kettenschaltung
- Shimano hydraulische Scheibenbremsen
- Suntour Luftfedergabel
- Schwalbe Energizer Plus Reifen

Mit Trapez-Rahmen 2599 €
Mit Wave-Rahmen 2699 €

1200 € GESPART*

JETZT 2499.-

UVP 3699 €



Patrick Hagen
Verkauf

E-TREKKING-BIKE 28”
MACINA SPORT 720

- Bosch Performance Line CX Smart System Antrieb mit 85 Nm
- 750 Wh Akku
- Shimano Deore XT 11-Gang Kettenschaltung
- Shimano hydraulische 4-Kolben Scheibenbremsen
- Schwalbe Marathon Bereifung

MEIN TIPP:
Für mich ist das Macina Sport 720 ein richtig starkes Allround-E-Bike. Sportlich fahren, aber trotzdem komfortabel für lange Touren.

1800 € GESPART*

JETZT 2599.-

UVP 4399 €



MTB 29”
ULTRA GLORIETTE

- Smart SX Eagle 12-Gang Kettenschaltung
- Shimano hydr. Scheibenbremsen
- Schwalbe Smart Sam Bereifung

500 € GESPART*

JETZT 499.-

UVP 999 €



TREKKING-BIKE 28”
VENETO LIGHT DISC

- Shimano Deore XT 30-Gang Kettenschaltung
- Suntour Lockout-Federgabel
- Shimano hydraulische Scheibenbremsen

700 € GESPART*

JETZT 699.-

UVP 1399 €



E-SUV 29”
MACINA TEAM LFC

- Bosch Performance Line CX Smart System Antrieb mit 85 Nm
- 750 Wh Akku
- Suntour Federgabel mit 120 mm Federweg

1300 € GESPART*

JETZT 3299.-

UVP 4599 €



E-TREKKING-BIKE 28”
MACINA SPORT SX PRIME
Einzelstück in Rahmenhöhe 51 cm

- Bosch Performance Line SX Smart System Antrieb mit 55 Nm
- 400 Wh Akku
- Carbon-Rahmen
- Sram X0 Eagle 12-Gang

4200€ GESPART*

JETZT 3999.-

UVP 8199 €



MTB 27,5”
CHICAGO 272

- Shimano 24-Gang Kettenschaltung
- Shimano hydraulische Scheibenbremsen
- Suntour Federgabel

350 € GESPART*

JETZT 349.-

UVP 699 €



MTB 27,5”
CHICAGO 271

- Shimano 18-Gang Kettenschaltung
- Shimano hydraulische Scheibenbremsen
- Schwalbe Smart Sam Bereifung

379 € GESPART*

JETZT 370.-

UVP 749 €



E-CITY-BIKE 28”
MACINA CITY P610
Nur noch 9 Stück!

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

1700 € GESPART*

JETZT 2399.-

UVP 4099 €



E-FULLY 27,5”
MACINA LYCAN

- Bosch Performance Line CX Smart System Antrieb mit 85 Nm
- 750 Wh Akku
- Vollgefedert mit 140 mm Federweg

2800€ GESPART*

JETZT 2499.-

UVP 5299 €

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

Mehr **INFOS** und **ALLE ANGEBOTE**
z.B. das VENETO LIGHT DISC statt € 1399 für € 699
gibt’s hier →

BIKE ARENA OLTMANNS

www.bikearena-oltmanns.de

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

Komödie punktet mit Charme und viel Herz

KINO „Das gewisse Etwas“ startet am 3. September in der Region – Gauner tauchen in inklusiver Gruppe unter

IM NORDWESTEN/ZA – Lust auf eine neue Komödie? „Das gewisse Etwas“ beleuchtet die aktuelle gesellschaftliche Inklusionsdebatte, indem sie das Miteinander von Menschen mit und ohne Beeinträchtigung in den Mittelpunkt stellt. In dem Roadmovie – ab 3. September auch in den Kinos der Nordwest-Region zu sehen – geht es um mehr, als nur um ein Versteckspiel von zwei Gaunern.



Gauner trifft Gute-Laune: Alex rechts (Florian Lukas) und Joshua (Simon Rupp) beim Chaos im Ferienlager! BILD: CONSTANTIN FILM

Gauner tarnen sich als Betreuer

Regisseur Marc Rothemund schickt in seiner detailgetreuen Neuverfilmung des französischen Kinoerfolgs „Was ist schon normal?“ eine bunt gemischte Reisegruppe junger Menschen mit Beeinträchtigung ins Ferienlager – doch der Ausflug läuft alles andere als geplant: Nach einem Raub verstecken sich Karlo und sein Sohn Alex (Florian Lukas und Max von der Groeben) kurzerhand in der Gruppe, um der Polizei zu entkommen. Dabei geraten die beiden immer wieder in absurde Situationen.

Liebe, Chaos und ein nervöser Komplize

Zum Beispiel als Kleinganove Alex unter der Dusche plötzlich von mehreren Mitreisenden überrascht wird und diese fordern, dass er ihnen den Rücken schrubbt. In der entsprechenden Szene fragt Louis Alex: „Weißt du, was im Gefängnis passiert in der Dusche?“ Damit konfrontiert er ihn spitzbübisch mit seiner aufgeflogenen Tarnung als angeblicher Teilnehmer. Die überraschende Duschszene sorgt dafür, dass Alex’ Versteckspiel ordentlich auf die Probe gestellt wird.

Rothemund inszeniert mit viel Feingefühl

Regisseur Marc Rothemund, bekannt für gefühlvolle Komödien und Dramen wie „Dieses bescheuerte Herz“ oder „Sophie Scholl“ setzt in der detailgetreuen Neuverfilmung seine inklusiven Laiendarstellerinnen und Laiendarsteller mit viel Fingerspitzengefühl in Szene, sodass man sich immer wieder fragt: Wer spielt hier eigentlich wen – und wie echt ist das Ganze?

Fehlt Tiefgang?

Es gibt aber auch kritische Stimmen – etwa bei Moviejones, dort bemängeln Kritiker, dass die beeinträchtigten Figuren im Film eher als „witziges Gimmick“ daherkämen und ihnen echter Tiefgang fehle.

Sonderführung im Bayerischen Landtag

Ob sich hierzulande ein ähnlicher Publikumsansturm wie beim französischen Original entwickelt, bleibt daher abzuwarten. Vielleicht aber trägt der Film dazu bei, die aktuelle Inklusionsdebatte ein Stück weiterzubringen. „Das gewisse Etwas“ wurde in Bayern gedreht und ist freigegeben ab zwölf Jahren.

Inklusive Transfer ab/bis Haustür
in ganz Ostfriesland

Traumreise zum Traumpreis
Begleitete* Gruppenreise
Metropolen Route
mit der AIDAnova
03.04. - 10.04.2027
ab Hamburg im PremiumTarif
Vollpension in der DZ-Innenkabine p. P. **924.-**
Balkonkabine p. P. **1284.-**
AIDA
inkl. Transfer ab/bis Haustür
*ab 20 Personen

Auf zur Mandelblüte nach
Mallorca Playa de Palma
****Hotel Timor
inkl. Transfer ab/bis Haustür
30.01. - 06.02.2027 oder
31.01. - 07.02.2027
Weiterempfehlung 90%
Flug ab/bis Düsseldorf
inkl. 1x Ausflüg Mandelblüte (1 Tag)
inkl. 1x Ausflug Palma (1/2 Tag)
All inkl. im DZ p. P. **799.-**
EZ **+60.-** (nur 30.01. - 06.02.2027)

3 Wochen Langzeiturlaub
Tunesien Monastir
****Marhaba Salem Resort
inkl. Transfer ab/bis Haustür
13.11. - 04.12.2026
Weiterempfehlung 91%
Flug ab/bis Hannover
EZ **+90.-** AI im DZ p. P. **1099.-**
02.04. - 23.04.2027
EZ **+90.-** AI im DZ p. P. **1199.-**

Türkei Side
*****Arcanus Hotel Trendline Side
inkl. Transfer ab/bis Haustür
29.10. - 08.11.2026
Weiterempfehlung 97%
Flug ab/bis Hannover
All inkl. im DZ/EZ p. P. **989.-**

Nur 55 km bis zum Flughafen!
Türkei Side-Konakli
inkl. Transfer ab/bis Haustür
29.09. - 08.10.2026
Weiterempfehlung 95%
Flug ab/bis Düsseldorf
****Club Dizalya
EZ **+420.-** AI im DZ. p. P. **1129.-**

Türkei Colakli
*****Alba Queen Hotel
inkl. Transfer ab/bis Haustür
22.12.2026 - 01.01.2027
(Weihnachten/Silvester)
Weiterempfehlung 92%
Flug ab/bis Hannover
EZ **+360.-** AI im DZ p. P. **1299.-**

Shopping in Amsterdam
03.10.2026
*inkl. Busfahrt
verkaufsoffen Holland p. P. **49.-**

Shopping in Groningen
03.10.2026
*inkl. Busfahrt
verkaufsoffen Holland p. P. **35.-**

Mini-Kreuzfahrt 2026
Kiel - Oslo - Kiel
mit der Color Fantasy oder Color Magic
11.10. - 13.10.2026 oder
22.11. - 24.11.2026
inkl. 2x Frühstücksbuffet
inkl. 2x Schlemmerbuffet
inkl. Busfahrt nach Kiel
*inkl. Busfahrt
in der Innenkabine p. P. **359.-**
Kind 4-15 J. **180.-** • Außenkabine p. P. **+85.-**
Einzelkabine p. P. **+90.-** • Stadtrundfahrt p. P. **50.-**
Stadtrundfahrt Kind **25.-**

Fehmarn
Weihnachtsmärkte Lübeck & Hamburg
IFA Fehmarn
29.11. - 01.12.2026
*inkl. Busfahrt
Halbpension im DZ. p. P. **259.-**
EZ-Zuschlag **+49.-**
Inklusivleistungen:
· Komfortzimmer über 31 qm mit Meerblick
· Inselrundfahrt Fehmarn mit Reiseleitung
· Besuch der Weihnachtsmärkte Lübeck und Hamburg
· Gratisaufenthalt Badewelt FehMare mit Wellenbad
· Abend mit Alleinunterhalter

wie zuvor jedoch mit Kopenhagen
06.12. - 09.12.2026
*inkl. Busfahrt
Halbpension im DZ. p. P. **399.-**
EZ-Zuschlag **+69.-**
Zusätzliche Inklusivleistungen:
· Fährfahrt von Puttgarden nach Rödby (ca. 45 Minuten Fährfahrt) und zurück
· Tagesausflug nach Kopenhagen (ca. 11 Std.) inkl. 2 Std. Stadtrundfahrt mit deutscher RL

REISELAND
URLAUB IST UNSERE LEIDENSCHAFT.
PROFIL REISEN
Emden · im Dollart Center · Tel. 04921 58960
Aurich · Burgstraße 7 · Tel. 04941 97430
Norden · im Norder Tor · Tel. 04931 9754330
Tagesaktuelle Preise. Preisänderungen der Veranstalter und Irrtümer vorbehalten.

AZUBI EXPRESS
DEIN FAHRPLAN IN RICHTUNG ZUKUNFT!
10.09.2026 | 9:00 - 15:00 Uhr | Aurich
MKW · ENERCON · Sparkasse Aurich-Norden · Leinerstift · Landkreis Aurich
Raiffeisen-Volksbank eG · Janssen Automobile · Finanzamt Aurich-Wittmund · NLBV
Mobile Jobmesse für Schüler:innen ab Klasse 9
Unternehmen hautnah erleben – **live & vor Ort**
Shuttle-Fahrten im Hop-on-/Hop-off-Prinzip

Jetzt kostenlos anmelden!
NWZ Jobs

Gefährlich: Müdigkeit am Steuer

MOBILITÄT TÜV SÜD-Experte betont, wie oft Warnsignale ignoriert werden.

IM NORDWESTEN/MÜNCHEN/PM – Häufiges Gähnen, Frösteln oder brennende Augenlider sind weit mehr als harmlose Erschöpfungszeichen. Am Steuer eines Autos signalisieren sie eine lebensgefährliche Bedrohung. Dennoch wird das Risiko des Sekundenschlafs von vielen Autofahrern unterschätzt.

„Müdigkeit schränkt die Fahrtüchtigkeit ähnlich stark ein wie Alkohol“, warnt Marcellus Kaup, Experte bei TÜV SÜD in München. Wer ehrlich zu sich selbst sei, müsse zugeben, eine solche kritische Situation schon einmal erlebt zu haben. Die physikalischen Folgen eines kurzen Einnickens sind verheerend: Bei einer Geschwindigkeit von 100 km/h legt ein Fahrzeug in nur drei Sekunden über 80 Meter im absoluten Blindflug zurück – völlig ungesteuert und unkontrollierbar.



Nachts steigt das Risiko für Sekundenschlaf deutlich. BILD: FRANZ-PETER TSCHAUNER DPA/LNW

Richtig reagieren bei ersten Warnzeichen

Vor diesem Hintergrund legt der TÜV SÜD-Fachmann jedem Autofahrer ans Herz, sein Fahrverhalten kritisch selbst zu beachten, um nicht von Sekundenschlaf überrascht zu werden. „Bei den ersten Warnzeichen des Körpers sollte der nächste Parkplatz das unmittelbare Ziel sein, um ein Nickerchen zu machen. Alles andere kuriert nur an Symptomen“, warnt Kaup. Nach einer Pause von zehn bis 20 Minuten kann es dann weiter gehen. Längere Schlafzeiten sind eher kontraproduktiv, erläutert Kaup: „Je länger der Kurzschlaf, desto größer die Wahrscheinlichkeit, dass während dessen die REM-Phase (REM = Rapid Eye Movement) eintritt und der Kurzschlaf folglich als nicht erholsam erlebt wird.“

Besonders groß ist die Gefahr, wenn die Fahrt entgegen der inneren Uhr angetreten wird. Zwischen zwei Uhr und fünf Uhr morgens sowie am Nachmittag gegen 14 Uhr befindet sich der Mensch in einem biologischen Tief. Dabei führt Müdigkeit nicht nur zu Konzentrationsproblemen. „Auch die Reaktionszeit lässt deutlich nach“, gibt der TÜV SÜD-Fachmann zu bedenken. Zudem überschätzt der Fahrer seine Fähigkeiten.

Technische Hilfen und Pausen als wichtigste Vorsorge

Autohersteller versuchen den tückischen Müdigkeitsattacken technisch zu Leibe zu rücken. Sogenannte Müdigkeitswarner überwachen etwa die Lidschlagfrequenz oder werten Lenk- und Schaltverhalten aus. Registrieren sie Auffälligkeiten, erfolgt zumeist akustisch eine Warnung. „Das ist sicherlich ein Sicherheitsplus“, findet der TÜV SÜD-Fachmann, „aber die wichtigste Vorsorge bleibt – nur ausgeschlafen fahren und bei langen Fahrten regelmäßig Pausen machen.“

Für die Pause sollte man sich einen Wecker stellen, den Kopf auf das Lenkrad betten oder die Rückenlehne zurückstellen, dann die Augen schließen und langsam zur Ruhe kommen. „Wer möchte, kann vor dem Kurzschlaf noch einen Kaffee trinken. Das darin enthaltene Koffein wirkt erst nach 30 Minuten, hindert also nicht beim Einschlafen, erleichtert allerdings das Wachwerden und verstärkt so anschließend den Erfrischungseffekt“, weiß Kaup. Der Kaffee ist jedoch nicht als Schlafersatz geeignet.

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.

Feurige Würze aus aller Welt

GEWÜRZE Wenn’s scharf sein soll: Chili und Cayennepfeffer

IM NORDWESTEN/BZFE – Peperoncini, Peperoni oder Pfefferoni – für Chilis gibt es je nach Region unterschiedliche Bezeichnungen. Die Früchte stammen ursprünglich aus Mittel- und Südamerika und unterscheiden sich je nach Sorte in Form, Farbe, Größe und Geschmack. Was viele nicht wissen: Botanisch sind Chilis keine Schoten, sondern Beeren der Gattung Capsicum aus der Familie der Nachtschattengewächse.

Herkunft und Anbau

Chilis werden in ihrer Heimat seit mehr als 7.000 Jahren kultiviert. Spanier und Portugiesen brachten sie später nach Europa und nutzten sie als preisgünstigen Ersatz für Pfeffer. Heute stammen frische Chilis für den europäischen Markt vor allem aus Marokko und der Türkei, während getrocknete Chilis in erster Linie aus China und Indien eingeführt werden. Chilis lassen sich aber auch gut im eigenen Garten, auf dem Balkon oder im Gewächshaus anbauen. Die Ernte beginnt Ende Juli, wenn sich die Früchte je nach Sorte von Grün über Gelb und Orange zu Rot, Violett oder Schwarz verfärben.

Verwendung und Schärfe

Wie scharf eine Chili ist, zeigt die Scoville-Skala. Sie basiert auf dem Gehalt an Capsaicin – einem natürlichen Alkaloid, das für die Schärfe verantwortlich ist. Frische Chilis verleihen Speisen eine fruchtige Schärfe, während getrocknete Chilis noch intensiver schmecken und häufig zu Flocken oder Pulver verarbeitet werden.



Chilis lassen sich auch gut im eigenen Garten, auf dem Balkon oder im Gewächshaus anbauen. BILD: PIXABAY

Cayennepfeffer besteht aus gemahlenen Chilis und zählt mit 30.000 bis 50.000 Scoville zu den besonders scharfen Gewürzen. Er wird vor allem in der indischen, chinesischen, indonesischen, spanischen und südamerikanischen Küche verwendet. Cayennepfeffer verleiht Fleisch-, Fisch- und Gemüsegerichten ebenso wie Hülsenfrüchten und Tofu eine feurige Note. Auch Obstsalat, Schokolade und süße Desserts lassen sich mit einem Hauch Chili raffiniert würzen. Das Gewürz sollte jedoch sparsam dosiert werden. Wer sich an die Schärfe gewöhnt hat, kann auch blumige, rauchige und erdige Nuancen bei Chiligewürzen entdecken.

Chilis sind frisch, getrocknet, eingelegt, als Öl, Flocken oder Pulver erhältlich und Bestandteil vieler Gewürz- und Currymischungen. Chilipulver ist meist deutlich milder als Cayennepfeffer, da es häufig weitere Gewürze wie Kreuzkümmel, Oregano oder Zimt enthält. Gemahlene Gewürze sollten zu Hause luftdicht, trocken und lichtgeschützt gelagert und nach dem Öffnen innerhalb eines Jahres verbraucht werden.

Moin Moin im schönen HAWO-Sonderposten-Märkte Aurich & Moordorf
ALLE ANGEBOTE VON MONTAG BIS SAMSTAG GÜLTIG! ...WO IMMER ALLES GUT UND GÜNSTIG IST
4 Richtige
Frisches Oettinger Radler Kiste 20 x 0,5 L + Pfd. 9.99
Gerolsteiner Mineralwasser Classic, Medium, Feinperlig und Naturell Kiste 12 x 0,75 L-Fl. + Pfd. nur 5.99
Auricher Winter-Klaren 32% Vol., 0,7-L-Fl. 5.79
Heiko Blume XXL Rumtopf mit frischen Früchten, Vol. 12 % 1,7 L 11.99
SPAR 6.- Diabetiker Socken für Damen und Herren, ohne Gummizug mit extra weichem Komfortbund Gr. 35/38, 39/40, 43/46, 47/50, 50/52, 52/54 3 Paar ab mit Testsiegel 5.99
SPAR 6.- Lenor Vollwaschmittel 4,95 kg = 90 Wäschen 30° 40° 60° 95° 18.99
SPAR 6.- XL Katzen Kratzbaum 30 x 30 x 48 cm 9.99
Ammerländer Grill- oder Pfannen-Rostbratwurst XXL-Paket geschmacklich hervorragend 12 x 100 g = 1,2 kg 1 kg = 5,33 8.99
Premium Power Plus Autobatterien Wir führen alle Batterie-Typen für PKW, Lkw, Landmaschinen, Boot, Motorräder und Roller von 3 Ah bis 200 Ah ab 29.99
NEUE ERNTE Kartoffeln Belana, Cilena oder Rote Laura goldgelb/festkochend vom Hiesingen-Kleiboden Sack 2.500 g 2.99
Sonderposten kauft man bei HAWO
Großer Metall-Hahn 46 x 18 x 37 cm Schmuckstück, sieht aus wie echt 19.99
Leistungsstarker Zyklon-Staubsauger beutellos 850 Watt 49.99
PREISHAMMER PARKSIDE Silicon Oel Sprays Multi-Funktions-Spray DS. Graphiti-Oel-Spray Je 300 ml nur 1.99
PREISKNALLER Paket 8 halbe Kokosnüsse mit Mehlwürmern Leckerbissen für alle Singvögel nur 8.99
Helloween Tanzender Geist mit Grusellicht und Ton, 80 cm 19.99
Blühende Heide Topf 1.49
Dauerkühler Frostschutz C11 oder C12 bis -70° 1-Liter-Kanne 3.99
Massivholz Igelhaus mit Boden und Klappdach 32 x 25 x 22 cm nur 14.99
Ardap Pro Fogger hochwirksam, vernebelt die Umgebung per Knopfdruck und bekämpft alle Entwicklungsstadien von Flöhen und sämtliches Ungeziefer bis zu 6 Monate. Die Anwendung ist auch ideal im Stall, auf dem Boden usw. Dose 200 ml 19.99
BEVORRATUNG LOHNT SICH Volles-Hart-Rundholz-Buche Kaminbriketts kamingerecht geschnitten, kein Tropenholz, kein Bindemittel. Restasche als mineralischer Dünger verwendbar. Garantiert lange Brenndauer! Paket 10 kg 4.99
1 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 29.08.2026

Blühende Besenheide und Glamping-Zelte

REISE Besondere Tipps für einen Besuch der Insel Wangerooge

WANGEROOGE/PR – Die Nordsee direkt vor der Haustür, der kilometerlange Badestrand und kein Auto in Sicht. Wangerooge liefert perfekte Argumente für einen Sommerurlaub auf der Ostfriesischen Insel.

Besenheide im Spätsommer

Wenn sie im Spätsommer blüht, verwandelt sich die Landschaft in ein rosa-violettes Blütenmeer: Denn Wangerooge hat das größte zusammenhängende Besenheidegebiet auf den Ostfriesischen Inseln. Die Heidelandschaft wird gehegt und gepflegt, sie muss regelmäßig vor Verbuschung und der Ausbreitung invasiver Pflanzen wie der Kartoffelrose geschützt werden.

Wer genauer hinschaut, wird entdecken, dass die farbenfrohe Heide in alten Bombentrichtern wächst. Zur Erinnerung: Zum Ende des Zweiten Weltkriegs wurden die Nordseeinsel mit ihren militärischen Stellungen und Bunkern von den Alliierten bombardiert. Innerhalb von 15 Minuten fielen damals mehr als 6.000 Bomben.



Übernachten am Strand mal anders: Ein Schlafstrandkorb auf Wangerooge. BILD: KURVERWALTUNG WANGEROOGE

Heute hat sich die Heidelandschaft über die Bombentrichter und die ehemaligen Eisteiche ausgebreitet. Letztgenannte wurden früher künstlich angelegt, um im Winter Eis für die Kühlung von Lebensmitteln zu gewinnen. Jetzt sind sie wertvolle Süßwasserbiotope und die Heimat vieler Insekten. Ein Spaziergang durch die blühende Heide ist absolut sehenswert.

Besondere Orte zum Übernachten

Auf Wangerooge schläft man nicht nur gut, man kann auch an besonderen Orten übernachten: Zum einem sind da die Schlafstrandkörbe, die von Juni bis September buchbar sind: Sie liegen Richtung Osten hinter dem Hundestrand und bieten Platz für zwei Erwachsene (1,30 Meter Breite und 2,40 Meter Länge). Stauraum im Korb sowie eine große Strandbox, in der Stühle und ein Tisch zu finden sind und ein Badezimmer (ganz in der Nähe, mit eigenem Schlüssel) gehören zur Ausstattung. Auch einen Frühstückskorb kann dazu gebucht werden.

Ausgesprochen geräumig sind die Glampingzelte der Surfschule, die malerisch in den Dünen stehen. Sie bieten Platz für vier Personen, echte Betten mit Matratzen und Duschen und Toiletten stehen zur Verfügung. Der Strand ist nur eine Minute entfernt. (Info: www.surfschule-wangerooge.de/)



Tipp für den Spätsommer: Eine Radtour durch die blühende Heidelandschaft auf Wangerooge. BILD: KEES VAN SURKSUM

Weitblick vom höchsten Zimmer der Insel

Im Westturm auf Wangerooge, seit jeher eine Jugendherberge, sind Übernachtungsgäste willkommen. Es gibt 47 Doppel- und Mehrbettzimmer (168 Betten) mit Dusche und WC sowie Vollverpflegung. Im höchsten Zimmer der Insel lässt sich leider nicht übernachten, dafür genießt man von hier den besten Blick über die Nordseeinsel: Wer ein Pfand im Bistro hinterlegt, kann in das oberste Zimmer hinaufsteigen und die Aussicht genießen.

Einzige Schmalspurbahn der DB

Wangerooge ist eine Insel der kurzen Wege, schließlich liegt das Inseldorf direkt am Strand. Von der Fähre aus gelangt man bequem mit einer echten Besonderheit dorthin: Wangerooges Inselbahn ist die einzige von der Deutschen Bahn (DB) betriebene Schmalspurbahn. Sie verbindet tideabhängig den Westanleger mit dem Dorf. Die rund 3,4 Kilometer lange Fahrt durch das Wattenmeer dauert eine gute Viertelstunde.

Weitere Informationen unter: www.wangerooge.de

Anzeige





Freuen sich ihr Bühnenjubiläum im kommenden Jahr mit Nicole (2. v.l.) und Tommy Steiner (3.v.l.) feiern zu können: Robert (links) und Hansi Feller (rechts) BILD: PRIVAT

Großes Jubiläum mit Nicole und Tommy Steiner

VERANSTALTUNG Feller & Feller feiern ihr 30-jähriges Bühnenjubiläum in der Sparkassen Arena in Aurich

AURICH/PM – Am 24. April 2027 öffnen Feller & Feller die Tore der Sparkassen-Arena Aurich, um gemeinsam mit ihren Fans und allen Schlagerfreunden ihr großes 30-jähriges Bühnenjubiläum zu feiern. Mit im Gepäck hat das Duo auch sein neues CD-Album, das an diesem besonderen Abend erstmals der Öffentlichkeit vorgestellt wird.

Die Zusage der erfolgreichen Sängerin Nicole ist für das Schlagerduo etwas ganz Besonderes: Seit vielen Jahren haben sie immer wieder versucht, Nicole für einen Auftritt nach Aurich zu holen. Aus terminlichen Gründen hat es bislang jedoch nie geklappt.

Umso größer ist die Freude, dass es ausgerechnet zum 30-jährigen Bühnenjubiläum endlich so weit ist: Nicole kommt nach Aurich und wird exklusiv beim großen Jubiläumskonzert in der Sparkassen-Arena zu Gast sein.

Die Fischer von San Juan

Mit Tommy Steiner konnte ein weiterer großer Name des deutschen Schlagers für diesen besonderen Abend gewonnen werden. Bereits in jungen Jahren gehörte er zu den erfolgreichen Künstlern der Schlagerszene. 1983 lud ihn Musikproduzent Jürgen Kramer in die Tonstudios der Polydor – heute Universal Music – nach Hamburg ein. Dort nahm Tommy Steiner das Lied „Die Fischer von San Juan“ auf. Für diesen Titel gab es damals viele Anwärter, doch am Ende entschied sich die Plattenfirma für Tommy Steiner – der Beginn einer großen Karriere. In dieser Zeit war Steiner auch regelmäßig bei Dieter Thomas Heck in der legendären ZDF-Hitparade zu Gast.

Darüber hinaus dürfen sich die Besucher auf weitere musikalische Gäste freuen. Unter anderem wird Kevin Pabst der Star Trompeter die Herzen des Publikums erwärmen. Gemeinsam werden alle Künstler die Bühne der Sparkassen-Arena zum Schauplatz eines außergewöhnlichen Jubiläums machen.

Tickets sind in drei Preiskategorien für 49,95 Euro, 39,95 Euro und 29,95 Euro erhältlich – bei Feller & Feller Moden in Moordorf, über Eventim und Nordwest-Ticket, bei den bekannten Zeitungsgruppen sowie an allen angeschlossenen Vorverkaufsstellen.

Unvergessliches zwischen Abenteuer und Genuss

REISE Georgien gilt als aufstrebende Slow-Travel-Destination Europas

TIFLIS/PR – Während viele europäische Reiseziele unter starkem Besucherandrang, überfüllten Hotspots und Overtourism leiden, setzt Georgien bewusst auf einen anderen Tourismusansatz. Im Mittelpunkt stehen Entschleunigung, authentische Begegnungen und nachhaltiges Reisen. Zwischen den Gipfeln des Kaukasus, einer jahrtausendealten Kultur und ausgeprägter Gastfreundschaft entwickelt sich das Land zu einer der spannendsten Slow-Travel-Destinationen Europas.



Unberührte Natur so weit das Auge reicht - wie hier die Lamaria Kirche am Fuße des Schchara, der mit 5201 Metern als höchster Berg Georgiens gilt. BILD: GEORGIAN NATIONAL TOURISM ADMINISTRATION

Landschaft als Grundlage des langsamen Reisens

Diese Form des Reisens wird in Georgien unmittelbar durch die Landschaft getragen. Auf engem Raum vereint das Land schneebedeckte Hochgebirge, grüne Weinregionen, subtropische Küsten am Schwarzen Meer und weite Nationalparks. Gerade diese Vielfalt lädt dazu ein, sich Zeit zu nehmen und Regionen intensiver zu erleben, statt sie nur zu durchqueren.

Abgelegene Gebirgsregionen wie Swanetien oder Tuschetien verstärken diesen Charakter. Mehrtägige Wanderungen von Dorf zu Dorf, einfache familiengeführte Gästehäuser und persönliche Begegnungen prägen das Reiseerlebnis. Nachhaltige Trekkingangebote mit lokalen Guides sorgen zugleich dafür, dass Wertschöpfung in den Regionen bleibt und traditionelle Lebensweisen erhalten werden.

Auch Nationalparks wie Borjomi-Charagauli oder Lagodechi stehen für diese Form des Reisens: Naturerlebnis ohne Hektik, mit Fokus auf Ruhe, Achtsamkeit und Umweltbewusstsein.

Kultur als gelebte Gastfreundschaft

Diese Nähe zur Natur setzt sich in der georgischen Kultur fort. Gastfreundschaft ist hier kein touristisches Konzept, sondern tief verankert im Alltag. Begegnungen entstehen selbstverständlich – beim Essen, im Gespräch oder durch spontane Einladungen.



Georgien liegt am Schwarzen Meer und verfügt über rund 300 Kilometer Küste. BILD: GEORGIAN NATIONAL TOURISM ADMINISTRATION

Ein zentraler Ausdruck dieser Kultur ist die traditionelle Supra, das georgische Festmahl. Es verbindet Essen, Gemeinschaft und Rituale zu einem sozialen Erlebnis, bei dem Austausch und Miteinander im Vordergrund stehen. Diese Form des Zusammenkommens prägt das Verständnis von Reisen im Land maßgeblich.



Wein und Kulinarik gehören in Georgien zusammen, schließlich gilt das Land als eine der ältesten Weinregionen der Welt. Und aus der Küche kommen regionale und saisonale Spezialitäten. BILD: GEORGIAN NATIONAL TOURISM ADMINISTRATION

Wein, Kulinarik und Zeit als Erlebnisfaktor

Auch die kulinarische Tradition folgt diesem Prinzip der Entschleunigung. Georgien gilt als eine der ältesten Weinregionen der Welt. Seit über 8.000 Jahren wird Wein in Qvevris, in der Erde vergrabenen Tonamphoren, hergestellt, eine Methode, die von der UNESCO als immaterielles Kulturerbe anerkannt ist.

In kleinen Familienweingütern wird diese Tradition nicht nur bewahrt, sondern aktiv gelebt. Verkostungen und persönliche Begegnungen mit Winzerfamilien machen deutlich, wie eng Landwirtschaft, Kultur und Gemeinschaft miteinander verbunden sind.

Auch die Küche folgt diesem Ansatz: Regionalität, Saisonalität und Handwerk prägen die Gerichte. Ob Walnüsse, Kräuter, Käse oder frisches Gemüse, Essen wird zum Teil des Reiseerlebnisses und nicht nur zur Verpflegung.

Reisen im eigenen Tempo

Diese kulturelle und landschaftliche Vielfalt lässt sich besonders gut in einem entschleunigten Reisemodus erleben. Georgien eignet sich ideal für längere Aufenthalte und individuelle Routen abseits klassischer Rundreisen.

Ein gut ausgebautes Verkehrsnetz ermöglicht es, zwischen Regionen zu wechseln, ohne das Reisegefühl der Langsamkeit zu verlieren. Ob Wanderungen zwischen Bergdörfern, Aufenthalte in Weinregionen oder Naturerlebnisse in Nationalparks, das Land lädt dazu ein, tiefer einzutauchen statt Sehenswürdigkeiten abzuhaken.

Auch im Vergleich zu anderen europäischen Reisezielen bietet Georgien dabei einen entscheidenden Vorteil: hohe Authentizität bei gleichzeitig sehr gutem Preis-Leistungs-Verhältnis.

Eine Destination im bewussten Wandel

Parallel dazu entwickelt Georgien seine Tourismusstrategie zunehmend nachhaltig weiter. Im Mittelpunkt stehen Qualität statt Quantität, regionale Wertschöpfung und der Schutz natürlicher Ressourcen. Ziel ist es, Wachstum bewusst zu steuern und die kulturelle sowie landschaftliche Vielfalt langfristig zu bewahren.

Mehr Informationen unter https://georgia.travel/



Wenn der Schlaf nicht kommen will

NACHTRUHE Rituale, Ernährung und Entspannung können beim Einschlafen unterstützen

IM NORDWESTENDJD – Wer gut schläft, tut viel für seine Gesundheit. Denn regelmäßiger tiefer Nachtschlaf ist wichtig für den gesamten Körper und eine ausgeglichene Psyche. Wer Probleme mit dem Ein- oder Durchschlummern hat, kann mit sanften Hilfen gegensteuern. Zum Beispiel ist es wichtig, dass die Schlafumgebung stimmt und dass der Körper mit allen relevanten Mikronährstoffen versorgt ist.



Stellt sich der Schlaf nicht ein, lohnt sich oft ein Blick auf die eigenen Gewohnheiten – von der Abendroutine bis zur Ernährung. BILD: DJD/LEBENSMITTELVERBAND DEUTSCHLAND/GETTY IMAGES/ANDRII LYSENKO

Umfrageergebnisse

Laut einer GfK-Umfrage des Arbeitskreises Nahrungsergänzungsmittel (AK NEM) im Lebensmittelverband Deutschland gibt es verschiedene Strategien zum besseren Einschlafen. Alle Ergebnisse der Studie kann man kostenlos unter www.nahrungsergaenzungsmittel.org nachlesen.

So passen 16 Prozent der Befragten ihr Medienverhalten an und schalten abends das Smartphone aus. 19 Prozent lesen ein Buch oder hören beruhigende Musik (15 Prozent). Wieder andere setzen auf Entspannungsübungen (11 Prozent) oder nehmen zusätzlich Nahrungsergänzungsmittel beispielsweise mit Magnesium, Melatonin oder Melisse ein (8 Prozent).

Melatonin und Melisse

„Eine gute Versorgung mit den relevanten Mikronährstoffen kann beim Schlafen helfen“, bestätigt Ernährungswissenschaftlerin Antje Preußker vom Arbeitskreis Nahrungsergänzungsmittel. „Beispielsweise das sogenannte Schlafhormon Melatonin ist wichtig. Es steckt natürlicherweise in Bananen, Walnüssen oder Pistazien, allerdings nur in sehr kleinen Mengen.“

Der Körper kann darüber hinaus Melatonin über mehrere Zwischenschritte selbst herstellen. Dazu wird die Aminosäure Tryptophan als Baustein benötigt, ebenso wie zusätzlich Vitamin B6 und Magnesium. Tryptophanreiche Lebensmittel sind Käse, Fleisch, Hülsenfrüchte, Nüsse und Eier. Vitamin B6 steckt in Fleisch und Fisch, aber auch in Kartoffeln und Vollkornprodukten.

Magnesium ist reichlich in Nüssen, Haferflocken und grünem Gemüse enthalten. Auch verschiedene Pflanzen wie Melisse können dabei helfen, nach turbulenten Tagen zur Ruhe zu kommen. Melisse wird häufig auch in Kombination mit weiteren Pflanzen wie Baldrian, Lavendel oder Hopfen eingenommen, die ebenfalls für ihre beruhigende Wirkung bekannt sind.

Einschlafrituale

Neben der richtigen Ernährung sollte man zudem darauf achten, etwa immer zur gleichen Uhrzeit schlafen zu gehen, um einen festen Schlafrhythmus zu entwickeln. Entspannungstechniken wie Yoga oder progressive Muskelentspannung helfen manchen Menschen beim Einschlafen. Ein abgedunkeltes und kühles Zimmer ohne Handy oder Laptop ist die richtige Schlafumgebung.



Blockhäuser und Carports
Maßanfertigung ohne Aufpreis!
Wandstärken 28 bis 120 mm
– Ständige Ausstellung –
Seit über 70 Jahren
Besuchen Sie uns auf facebook
willms Baustoffe
26532 Südarle
Telefon (0 49 36) 60 16
www.willms-baustoffe.de

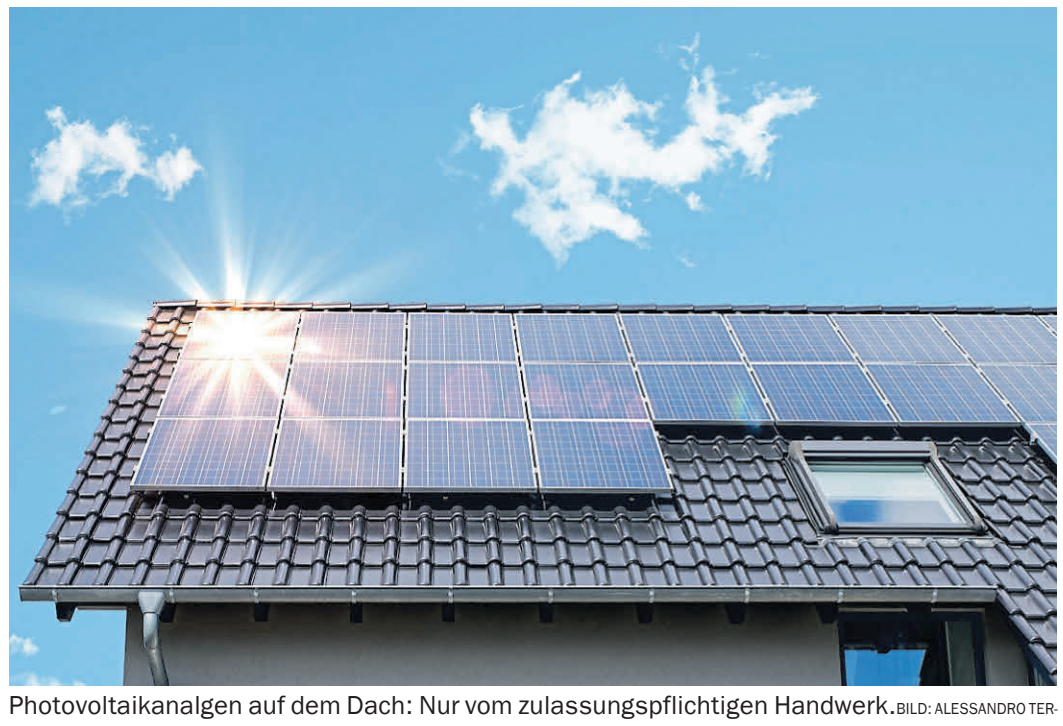
Photovoltaik-Anlagen fachgerecht installieren

BAUEN UND WOHNEN Wer eine PV-Anlage auf dem Dach installieren lassen möchte, sollte auf einen qualifizierten Handwerksbetrieb setzen

OSTFRIESLAND – Bauherren, die sich mit dem Gedanken tragen, eine Photovoltaik-Anlage aufs Dach montieren zu lassen, sollten das aktuelle Urteil des Oberlandesgerichts Koblenz (2. Juni 2026 /Az. 9 U 1015/25) kennen. Dieses hat nämlich entschieden, dass die Planung, Installation, Inbetriebnahme und Wartung von Photovoltaikanlagen grundsätzlich Tätigkeiten zulassungspflichtiger Handwerke darstellen und daher eine Eintragung in die Handwerksrolle voraussetzen.

Hintergrund des Gerichtsentscheids

Dem Verfahren lag die Klage gegen ein Unternehmen zugrunde, das Photovoltaikanlagen als Komplettleistung „aus einer Hand“ anbot, ohne in die Handwerksrolle für das Dachdecker- oder Elektrotechnikerhandwerk eingetragen zu sein. Das Gericht stellte klar, dass die Montage von PV-Anlagen auf Dächern regelmäßig wesentliche Tätigkeiten des Dachdeckerhandwerks umfasst, während die elektrischen Arbeiten dem Kernbereich des Elektrotechnikerhandwerks zuzurechnen sind. „Mit dieser Entscheidung bestätigt das OLG Koblenz die besondere fachliche Verantwortung und Kompetenz des Dachdeckerhandwerks bei der Planung und Ausführung von Photovoltaikanlagen auf Dächern. Gleichzeitig wird deutlich, dass die Installation von PV-Anlagen grundsätzlich keine handwerksfreie Tätigkeit darstellt, sondern die erforderliche Qualifikation und Zulassung voraussetzt. Dies ist beim Dachdeckerhandwerk – wie auch beim Zimmerer- und Klempnerhandwerk – und dem Elektrotechnikerhandwerk garantiert“, so Ulrich Marx, Hauptgeschäftsführer des Zentralverbands des Deutschen Dachdeckerhandwerks.



Photovoltaikanalgen auf dem Dach: Nur vom zulassungspflichtigen Handwerk. BILD: ALESSANDRO TERRANOVA/STOCK.ADOBE.COM/ZVDH/AKZ-O

Bedeutung des Urteils

Das Urteil ist von erheblicher Bedeutung: Es stärkt die Position qualifizierter Handwerksbetriebe, fördert den fairen Wettbewerb und unterstreicht die Bedeutung von Fachkunde, Sicherheit und Verbraucherschutz bei der Errichtung von Photovoltaikanlagen. Marx führt aus: „Auch wenn das Urteil noch nicht rechtskräftig ist, handelt es sich um eine wegweisende obergerichtliche Entscheidung, die die Auffassung des Dachdeckerhandwerks zur handwerksrechtlichen Einordnung von Photovoltaikarbeiten in wesentlichen Punkten bestätigt. Dank unserer engen Kooperation mit dem Elektrotechnikerhandwerk sichern wir die fachgerechte Umsetzung der PV-Strategie auf Deutschlands Dächern. Guter Rat an Bauherren: Dachdecker-Innungsbetriebe, die PV-Anlagen installieren, sind hier zu finden: https://dachdecker.org/photovoltaik/.

Bauen mit uns!
Alles für den Bau
Seit 79 Jahren
Jungenkrüger
Baustoffe · Bau-Fachmarkt · Holzlager
26529 Osterupgant · Kirchstraße 121
☎ 0 49 34) 10 11
www.jungenkrueger-baustoffe.de

Dachsanierung Trockenbau Ts Bauklempnerei Fliesen & Boden
Stöhr
Wohn Bau & 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
Erich Janssen
Am Sandkasten 66, 26529 Leezdorf
Mobil: 0151 / 63 46 90 74, erich.jan667@gmail.com
Fordern Sie unverbindlich ein Angebot an!

Containerdienst
Wir holen Ihren Bauschutt ab!
Kerker 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

Goldene Herbstklänge beim Genussherbst

REISE Serfaus-Fiss-Ladis wird zur Bühne für Musikstars – Traditionelle Events und ein buntes Programm

SERFAUS/PR – Der Sommer verabschiedet sich leise, doch in Serfaus-Fiss-Ladis hoch über dem oberen Tiroler Inntal wird es noch einmal richtig lebendig. Wenn die Tage milder werden, die Fernsicht weiter reicht und die Natur ihr goldenes Farbenkleid trägt, zeigt sich die Ferienregion von ihrer stimmungsvollsten Seite. Der Herbst ist hier keine Pause zwischen den Saisonen, sondern eine Einladung: hinauszugehen, durchzuatmen und sich treiben zu lassen zwischen Bergwegen, kulinarischen Begegnungen und unvergesslichen Momenten.

Ein Hochgenuss für Ohren und Seele

Mit den Goldenen Herbstklängen etabliert Serfaus-Fiss-Ladis ein neues herbstliches Highlight, das die Region vom 26. September bis 10. Oktober in Schwingung versetzt. Das Besondere an dem zweiwöchigen Format ist die Verbindung von herbstlichem Naturerlebnis und festlicher Unterhaltung. Tagsüber locken geführte Fanwanderungen und Konzerte sowie ein humorvolles Kontrastprogramm mit „Comedy am Berg“ auf den Hütten und Bergrestaurants der Ferienregion. Die Höhepunkte warten jeweils mittwochs (30.9. und 7.10.) beim großen „Schlager Open Air“ direkt am idyllischen Högsee in Serfaus mit Künstlern wie den Calimeros und Natalie Holzner.

Abends wird das Kulturhaus Fiss zur exklusiven Bühne für besondere Musikmomente: In einem außergewöhnlich persönlichen Rahmen erleben die Gäste bekannte Künstler aus Schlager, Volksmusik sowie bei der Evergreens & Oldies Night so hautnah wie nur selten. Stars wie Francine Jordi, Anita Hofmann oder Charly Brunner & Simone sorgen dabei für unvergessliche Abende mit echter Nähe zum Publikum. Da nur eine begrenzte Anzahl an Tages- und Wochentickets erhältlich ist, bleibt jede Veranstaltung bewusst exklusiv und besonders.

Flankiert wird das neue Musikfestival vom traditionellen Programm des Genussherbstes, der bereits ab dem 5.9. die regionalen Schätze des Hochplateaus feiert. Die Besucher erwartet eine bunte Vielfalt aus gelebtem Brauchtum, Handwerk und herbstlichen Genüssen:



Herbstliche Genussmomente in Serfaus-Fiss-Ladis: Wenn sich die Berglandschaft färbt, laden regionale Spezialitäten und Veranstaltungen für die ganze Familie zum Genießen ein. BILD: SERFAUS-FISS-LADIS MARKETING GMBH/ ANDREAS KIRSCHNER

11. bis 13.9.: 14. Traktoren- und Oldtimertreffen

Ein Wochenende für alle, die Geschichten auf Rädern lieben: Beim 14. Traktoren- und Oldtimertreffen versammeln sich historische Landmaschinen, PKWs und Motorräder aus Österreich, Deutschland, der Schweiz, Italien, den Niederlanden und Belgien. Was glänzt, knattert und liebevoll gepflegt durchs Dorf rollt, ist mehr als Nostalgie – es ist ein Stück gelebte Erinnerung.

5.9. bis 4.10.: Kunst am Berg

Hoch oben am Fisser Schönjoch auf über 2.400 Metern Seehöhe wird der Herbst zur Freiluftgalerie. Bei Kunst am Berg entstehen Werke live vor den Augen der Besucherinnen und Besucher. Die alpine Kulisse liefert die Inspiration gleich mit: klare Luft, weite Blicke und eine Bergwelt, die selbst wie gemalt wirkt. Bei der Finissage am 27.9. können die Arbeiten erworben werden. Zusätzlich zeigt eine Ausstellung rund um das Panoramarestaurant BergDiamant von 5.9. bis 4.10. Werke von Freizeitkünstlern.

17. bis 20.9.: Oldtimertreffen Fiss

Beim Oldtimertreffen „Klassiker in den Alpen“ in Fiss treffen von 17. bis 20.9. stilvolle Automobile auf beeindruckende Bergkulisse. Auf dem Programm stehen unter anderem gemeinsame Ausfahrten und gesellige Abende mit Livemusik. Teilnahmeberechtigt sind Fahrzeuge mit Baujahr bis 1996.

19.9.: Almabtrieb in Fiss

Der Almabtrieb ist eine lange Tradition in Fiss, bei der festlich geschmückte Kühe das Ende des Sommers symbolisieren. Einer der Herbstmomente, die man nicht nur sieht, sondern spürt: das Läuten der Glocken, die bunten Kränze, die Musik der Musikkapelle Fiss und die Freude darüber, dass der Almsommer gut zu Ende gegangen ist. Ein Tag voller Brauchtum, Dorfleben und alpiner Herzlichkeit.

2. bis 4.10.: KidVenture

Auch für Kinder wird der Genussherbst zum Abenteuer. In Serfaus erwartet Kinder jeden Alters von 2. bis 4.10. ein buntes Fest. Zahlreiche Spaß- und Action-Stationen an der Serfauser Puintbühne sorgen für Bewegung, Abwechslung und leuchtende Augen – ein Familienwochenende, das den Herbst noch ein Stück bunter macht.

8.10.: Bauernmarkt im Museum

Zum genussvollen Ausklang trifft im „s'Paules & Seppls Haus“, dem ältesten Bauernhof von Fiss, Kultur auf Kulinarik und Handwerk. Beim Bauernmarkt im Museum präsentieren sich bäuerliche Produkte, Handwerkskunst und regionale Spezialitäten in besonders stimmiger Umgebung. Begleitet von geselliger Musik entsteht ein Herbsttag, der nach Tirol schmeckt.

Detaillierte Informationen zum Genussherbst gibt es unter www.serfaus-fiss-ladis.at/de/events-und-erlebnisse/genussherbst sowie zu den Goldenen Herbstklängen unter www.goldeneherbstklaenge.at.



Heilpraktiker

aus der Region stellen sich vor!



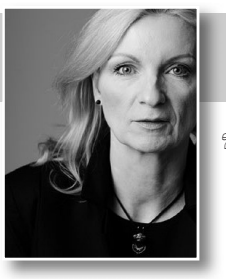


Joachim Pommerening
Heilpraktiker

Hauptstr. 32 a, 26524 Hage
☎ 0 49 31 - 9 19 56 66
✆ 0176 - 80 44 66 63
✉ naturheilpraxis.pommerening@ewetel.net
www.naturheilpraxis-pommerening.de

Termine: nach tel. Vereinbarung
Praxis: seit 01.02.2009

Angebotene Therapien:
Akupunktur · Bioresonanz · Neuraltherapie · Blutegeltherapie · Baunscheidttherapie Schröpfen · Kinesio · (Medi)Taping · Chiropraktik · Hypnosetherapie Raucherentwöhnung · Gewichtsreduktion · Nahrungsmittelunverträglichkeitstestung Progressive Muskelentspannung · Autogenes Training Gesprächstherapie Rücken-, Ganzkörper-, Sport-, Wellness-, Fußrefelex-, Hot-Stone-Massagen · Prüfungsvorbereitung für HP-Anwärter · auch Hausbesuche



Gabriele Lönne
Heilpraktikerin für Psychotherapie

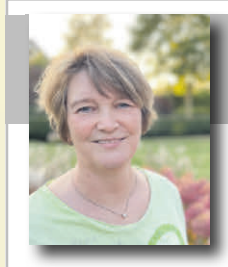
Thünerweg 11 · 26532 Großheide
☎ 0 49 36 - 84 58 ☎ 01 76 - 78 62 70 11
🖷 0 49 36 - 84 35
✉ gabriele@loenne.info
www.gabriele-loenne.de

Termine: auch Online

Angebotene Therapien:
• EMDR • Psychotherapie
Panikattacken, Burnout, Ängste, Essstörungen, PTBS, Legasthenie
Autorin: ENDLICH FREI von Angst, Panik, Depressionen...! Erhältlich bei Amazon.

Webseite

Podcast



Naturheilpraxis Elisabeth Lehmann
Heilpraktikerin

Harleweg 7 · 26639 Wiesmoor
☎ 0 49 44/94 99 89
info@naturheilpraxis-el.de
www.naturheilpraxis-el.de

Therapieformen:
Augenakupunktur nach Prof. Boel
Moderne Akupunktur nach Boel · Dorn-Breuss-Wirbelsäulentherapie
Infusionstherapie · Ohrakupunktu · Neuraltherapie · Sinosomatics
Zertifizierte Immuntrainerin · Zertifizierte Darmtrainerin
Dunkelfelddiagnostik · Fussreflexzonentherapie · Blutegeltherapie

Termine nach telefonischer Vereinbarung!



Andrea Beewen
exam. Heilpraktikerin

Hauptstraße 56 · 26524 Hage
☎ 0 49 31 - 9 72 01 70
✉ andrea.beewen@gmx.de
www.heilpraktikerin-hage.de
Ausbildung an einer staatl. anerkannten Ergänzungsschule für HP
Termine: nach tel. Vereinbarung
Praxis: seit März 2007

Angebotene Therapien:
Infusionstherapie nach Prahm · Ohrakupunktur - Gewichtsreduktion Rauchentwöhnung · klassische Eigenblutbehandlung; Manuelle Therapie: Bowtech-, Emmett-Technique - australische Behandlungsmethode bei akuten u. chronischen Beschwerden im gesamten Bewegungsapparat · Homöopathie - Komplexmittel · Schüssler-Salze · Akkreditierte Stuhl- u. Blutanalysen über das Labor



Buchen Sie hier Ihr kostenloses Erstgespräch

Martina Freericks
Heilpraktikerin für Psychotherapie

Marktstr. 7 · 26603 Aurich
☎ 0172-9004998
04941-9186422
✉ praxis@martina-freericks.de
www.martina-freericks.de

Termine nach Vereinbarung

Angebotene Therapien:
Paartherapie, Hypnosetherapie, kognitive Verhaltenstherapie, Raucherentwöhnung



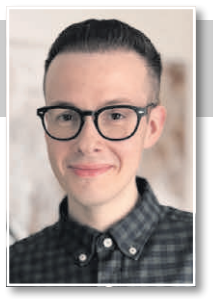
Hinrich Hinrichs
Heilpraktiker

Bahnhofstraße 3,
26409 Wittmund-Burhafe
☎ 0 49 73 - 91 39 23

Termine: nach tel. Vereinbarung
Praxis: seit September 2012

Angebotene Therapie:
Amerikanische Chiropraktik

(diese Praktik richtet sich auf den Menschen in seiner Ganzheit und ihr Ziel ist es, bei der Behandlung der Ursachen anzusetzen, anstatt nur die Symptome zu bekämpfen oder zu unterdrücken)



Kevin Unzicker
Heilpraktiker für Psychotherapie

Hauptstraße 102, 26524 Hage
☎ 0151 62 71 27 34
✉ info@kevin-unzicker.de
www.kevin-unzicker.de
Termine: Nach Vereinbarung

Angebotene Therapien:
- Akzeptanz und Commitment Therapie
- Schematherapie
- EMDR

Themen Schwerpunkte:
- Ängste, Panik, Phobien
- Stress - Zwänge - Depression
- Krisen - Selbstwert



Silke Uden
Heilpraktikerin

Lange Diehl 19a • 26607 Aurich-Walle
Tel.: 0 49 41 / 6 98 14 76
✉ info@naturheilpraxis-uden.de
www.naturheilpraxis-uden.de
silke.uden
049416981476

Termine: nach Vereinbarung, auch über die Homepage buchbar

Schwerpunkte:
Wechseljahre und Hormonberatung für Frauen ab 40
Hypnosetherapie bei Schlafstörungen, Ängsten, Reizdarm und geringem Selbstwert



WARFENHOF

Praxis für Naturheilkunde, Beziehungsberatung & Ästhetische Medizin
Inh. Dagmar Maria Eggerath
Heilpraktikerin · Ayurveda-Medizinerin
Großheider Str. 45 · 26532 Großheide
Tel. 04936 / 602 99 13 · info@warfenhof.de
www.warfenhof.de

Unser Praxisteam begleitet Sie mit folgenden Therapieschwerpunkten:

Naturheilkunde / Manuelle Medizin
Einrenken (sanft)
Atlastherapie
Mesotherapie
Ayurveda-Medizin
Detox-Kuren

Beziehungs- & Hypnosetherapie
Paarberatung
medizinische Hypnose
Raucherentwöhnung

Ästhetische Medizin
Hyaluron-Unterspritzung
Profhilo
Fadenlifting
Bio-Botox
Mesotheraphie

Hausbesuche · Notfalltermine nach Vereinbarung **Tel: 04936/602 99 13**



CHIROPRAXIS PASCHKE
Amerikanische Chiropraktik

Petra Paschke & Niklas Paschke
Heilpraktiker/in

Große Mühlenwallstr. 5, 26603 Aurich
☎ 0 49 41 - 697 94 60
🖷 0 49 41 - 697 94 59
✉ info@chiropraxis-paschke.de
www.chiropraxis-paschke.de

Angebotene Therapien:
Amerikanische Chiropraktik

kostenfreie regelmäßige Infoabende,
um telefonische Anmeldung wird gebeten

Möchten Sie in der nächsten Ausgabe mit dabei sein? Dann melden Sie sich gerne:
E-Mail: Thilo.Homm@nwzmedien.de oder Tel.: 0 49 21 - 89 00 205

BLEY Sachverständigenbüro
www.gutachter-bley.de
☎ 0 49 41 / 666 99



Das komplette Team des OHV Aurich für die Saison 2026/2027 mit Trainer, Co-Trainer, Arzt, Physiotherapeuten und Geschäftsführer. BILD: JENS DODEN

immobilien ubben
Ihr Immobilienmakler für Ostfriesland
www.ubben-immobilien.de

ACADEMY Fahrschule Kehrbach
INTENSIVFAHRSCHULE

WOLFF WERBETECHNIK
WWW.WOLFF-WERBETECHNIK.DE

Auricher OHV-Team mit einem (fast) neuen Gesicht

HEIMSPIEL Sonntag um 17 Uhr geht ist Saisonauftakt gegen den VfL Fredenbeck

VON DIRK DE VRIES

AURICH – Quo Vadis? Möchten die ostfriesischen Handball-Fans fragen, wenn sie auf die diesjährige Drittligasaison ihres OHV Aurich blicken. Zum ersten Punktspiel erwarten die Auricher am Sonntag um 17 Uhr den VfL Fredenbeck in der Sparkassen-Arena. Und wer die vergangenen Wochen verfolgt hat, der weiß, vieles wird in dieser Saison anders sein.

Die Zielsetzung in der Spielzeit 2025/2026 war noch, dass der OHV „die Liga gewinnen möchte“. Ausgegeben hatte das Ziel der damalige Geschäftsführer Thomas Grotjan, der allerdings zum 31. März in die Geschäftsführung beim Zweitligisten HSG Nordhorn-Lingen.

Danach musste der neue OHV-Geschäftsführer Andreas Meinke (51) einen Job leisten, um den ihn viele sicherlich nicht beneideten. Denn die wirtschaftliche Trägergesellschaft der ersten Herren meldete Insolvenz an.

Diese Kuh haben die Verantwortlichen mit viel Arbeit vom Eis geholt, den Aderlass in Sachen Spieler und Trainer Sven Sutton allerdings nicht verhindern können. Doch die OHV-Familie hielt sprichwörtlich zusammen: Einer der Garanten für viele Erfolge des Handball-Drittligisten, Kevin Wendtland, übernahm den vakanten Trainerposten. Und Wilke de Buhr, von den Fans liebevoll „Mops“ genannt, sprang ihm als Co-Trainer zur Seite. Wenn alle Stricke reißen, werden der 36-Jährige und sein 29-jähriger Co sicherlich auch auf dem Feld zu sehen sein – das soll aber die Ausnahme bleiben.

Seidler und Vorontsov

Ein neues, altes Gesicht erwartet die Zuschauer am Sonntag auch mit Neuzugang Sven Seidler. Der alte Kämpfer hatte die Handballschuhe eigentlich an den Nagel gehängt, hielt sich aber seit Anfang des Jahres bei der 2. Herren fit. Er soll die Abwehr mit seiner Erfahrung stabilisieren „Ich empfinde es als Ehre, noch einmal die Nummer 11 in der ersten Herren tragen zu dürfen“, sagte er bei seiner Verpflichtung. Dazu kommt Evgeny Vorontsov nach einjährigem Gastspiel beim Ligakonkurrenten HSG Varel-Altjührden wieder zurück. Und Torwart Edgars Kuksa wird den OHV ebenfalls nicht im Stich lassen.

13 Spieler umfasst der aktuelle Kader, mit den beiden Trainer sind es sogar 15. Eine dünne Decke für eine anstrengende Saison, die am 2. Mai mit dem Rückspiel gegen MTV Großenheidorn endet. Spätestens dann wissen die Fans, wohin der Weg des OHV Aurich geht. Und wenn sie es sich wünschen könnten, gerne auch in der Saison 2027/2028 wieder in der 3. Handballliga.

ABV Das Dach vom Spezialisten
Unternehmensgruppe Terhalle
Kornkamp 2 | 26605 Aurich
Tel. :04941 96000 | www.abv-bedachung.de

3ing freimuth steinhoff bünting
architektur + ingenieurbüro gmbh
www.3ing.de tel.: 04941 - 604080

Kruse Bau
Bauunternehmung GmbH & Co. KG
www.krusebau.com



Stimmungsvolle Unterstützung durch die Fans erhoffen sich die Spieler auch für die neue Saison. BILD: JENS DODEN



Reaktionsschnell und gelenkig: Torwart Marten Jungvogel, hier im Spiel gegen den ASV Hamm-Westfalen. Rechts ist der neue Trainer Kevin Wendtland zu sehen. BILD: JENS DODEN

GEHÖRSCHUTZ LÄSST DIE OHREN JUBELN!
HÖRGERÄTE isermann
Aurich | Norderstraße 2 | 04941 - 62134
www.hoergeraete-isermann.de

Auricher Süssmost
Auricher Süssmost GmbH
Kreihüttenmoorweg 11 · 26607 Aurich
Telefon +49 (0) 49 41 - 9 70 4-0
info@auricher-suessmost.de

SCHÜT-DUIS
Fenster & Türentechnik
Terrassendächer • Insektenschutz
Rollläden • Isolierglas • Werkzeuge

Jan-Klein
Kreisbahn Aurich GmbH
Mit uns pünktlich zum nächsten Spiel
Breiter Weg 69a | 26603 Aurich
04941 95600 | www.kreisbahn-aurich.de

SAISONZIEL/DAS TEAM/DIE GEGNER

Trainer Kevin Wendtland sagte, dass der Spirit im Team gut sei. „Es gibt keine Grüppchen.“ Primäres Ziel der Ostfriesen könne bei allen Begleitumständen nur der Klassenerhalt sein, so der OHV-Chefcoach: „Alles, was wir nach oben hin erreichen, ist Entwicklung.“ Dass auf dem Heimspielauftakt drei Auswärtsspiele anstehen, bewertet er auch positiv. „Ich sehe das als Vorteil, weil sich dann die Mannschaft ohne den Druck vor eigenem Publikum weiter finden kann.“

Das ist das OHV Team: Marten Jungvogel, Edgars Kuksa und Jacob Kohler (A-Jugend) im Tor – Sven Seidler, Einars Borisovs, Eric Dannehl, Lucas Drees, Hannes Tido Janssen, Lukas Meinke, Wilko Metzler, Vukasin Popvic, Luke Stricker, Christian Theede, Evgeny Vorontsov – Trainer: Kevin Wendtlang, Co-Trainer: Wilke de Buhr, Teamarzt: Dr. Jan Gravemann, Physio: Felix Ilmer, Amelie Wolf und Antonis Dekker, Geschäftsführer der der neu gegründeten wirtschaftlichen Trägerorganisation Handball Management Ostfriesland GmbH (HMO) ist Andreas Meinke

Die Gegner sind neben dem VfL Fredenbeck: Ahlener SG, VfL Eintracht Hagen, TuS Vinnhorst, TSV Anderten, HSG Varel, Sportfreunde Loxten, TSG A-H Bielefeld, Eintracht Hildesheim, MT Melsungen II, Team Handball Lippe II TuS Spenge, Wilhelmshavener HV und der MTV Großenheidorn

Nordwest SONNTAGSBLATT

Nordwest KLEINANZEIGEN

Alles für den Garten

suche Aufsitzmäher Rasentraktor auch alt oder defekt ☎ 04952/8906927 @A519982

Fahrräder und Zubehör

Gebrauchtes Pegasus E-Bike, Herren, 61er, VB 500,- € ☎ 0160-91436209

Freizeit und Hobby

Bücher modernes Antiquariat, Nobelpreisträger und Bestseller. ☎ 04921-61013

Flohmärkte

Flohmarkt Aurich-Walle Woldenweg,30.08.2026,10 - 16 Uhr,vieles von A-Z,nicht bei Regen @A521308

Garagenflohmarkt Großheide, Sa. 29. & So. 30.08., 10-17 Uhr, auch bei Regen! Friesenstr. 46

Flohmarkt, am 05.09.2026, von 9 bis 16 Uhr, Kirchenweg 34, Moordorf, nicht bei Regen

Wohnmobile und -wagen

Ehepaar su. Wohnmobil, von privat. ☎ 0178/3955791

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

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

Immobilienmarkt

Emden - Zahnarzt sucht mit seiner 4-köpfigen Familie ein neues Zuhause. Einfamilienhaus mit einer Wfl. von ca. 130qm, Kaufpreis bis 500.000€. 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

Hinte - Ingenieur sucht ein Einfamilienhaus ab BJ 1995 Wfl. mind. 130 qm. Kaufpreis bis 450.000 €. 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

Südbrookmerland und 10 km Umkreis - Chefarzt sucht eine Immobilie mit guter Ausstattung und einer Wohnfl. von mind. 150 qm. Kaufpreis bis 600.000 €. 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

OG-Wohnung in Wallinghausen

an solvente Mieter langfristig zu vermieten. Ca. 80 m², 4 Zimmer, Küche, Bad, Dachterrasse und Geräte-schuppen, Miete: 525,00 € Kaltmiete zzgl. Nebenkosten

Tel.: 0171-7201620

Suche Immobilien zum Kauf

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

Vermietungen Wohnungen

Kl. Oberwohnung, 63m² ca. 3 Zi., kl. Küche, Bad, Aurich-Haxtum (Nähe Schulzentren), zu verm. ab 01.10.2026, KM 450 €. ✉ Nr. 43492 - Minimarkt Nord-West, Pf. 1453, 26694 Emden

EMD-Stadtmitte (Neutorstr.): Schöne 2 Zi-Whg., ca. 50 qm, mit EBK, ab sofort. Bevorzugt an Einzelpers. 460,- einschl. NK ☎ 0170-9443036

Pewsum Ortskern, 1Zi./Küche / Bad und Balkon; 3 Zi., Küche, Bad, Balkon. ☎ 0162 / 130 94 14

Stellenangebote Privat

Suche Hilfe für Gartenarbeit, Raum Norden. ☎ 0160/3896078

Stellengesuche

Suche Gartenarbeit z.B. Hecken schneiden usw., Minijob. ☎0172/3949193

Sie sucht...

Ruhiger, sicherer Hafen gesucht. Ich suche einen Mann, der mich beeindruckt. Durch Präsenz, ruhige Art und Wissen- ohne ein Selbstdarsteller zu sein. Jünger gerne Einfach ein Mann, der mein Bodygard ist, mein Freund zum Lachen und mein Liebhaber. Ich bin 62, klein, energiegeladen und lebensbejahend. Und ich freue mich auf Dich. ✉ Nr. 4863946 - Minimarkt Nord-West, Pf. 1453, 26694 Emden @A521446

Er sucht...

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

Er, 80 J., 1,70 m groß, ohne Anhang, sucht Telefonbekanntschaft, auch persönliches Kennenlernen möglich. Haus und PKW vorhanden. ✉ Nr. 43486 - Minimarkt Nord-West, Pf. 1453, 26694 Emden

Lieber zu zweit, suche Dich weibl. Er, 70 J., 1,85 m, NR, gerne Raum Norden. ☎ 0176/ 94331705

Bars und Kontakte

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

LARISSA ♥ AURICH! Am Tiergarten 1 ♥ 0162-6204185

Sexy Mona privat ab 20 €
0162-6696601 - auch HSB

Tiere

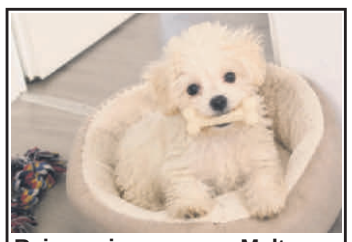
WERKSVERKAUF
Konserven für Hund & Katze
Jeden 1. Samstag im Monat von 9 bis 13 Uhr!
Am Alten Handelsplatz 26632 Riepe (hinter Markant)

Tiere und Zubehör

Junge Wellensittiche zu verkaufen, unsortiert, 5 €/Stck.☎ 04941/6979253 ab 17 Uhr

Laufenten abzugeben. ☎ 04941/8631 oder 01577/4040414

Kleine Kätzchen abzugeben. Aurich ☎ 0152/59434364



Reinrassiger Malteser, männlich, 3,5 Mon. alt, in liebevolle Hände abzugeben. ☎ 0152-12016195 gerne auch per WhatsApp

Schenken und Tauschen

Teichpflanzen zu verschenken, Emden. ☎ 0151/10028822

Dies und Das

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

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
Öffnungszeiten: Mo. – Do.: 8 – 17 Uhr, Fr.: 8 – 14 Uhr, Mittagspause von 12 – 13 Uhr, Sa.: 8 – 12 Uhr,
Hansestraße 8, 26529 Upgant-Schott
G.Geiken Schrott- u. Metallhandel M. Geiken Containerdienst
Tel. 0 49 34 - 40 92 oder 01 52 - 37 74 01 57 u. 01 73 - 5 75 93 97

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

Ihr Dachdecker vor Ort hat Termine frei!
Steil-/Flachdach · Schornstein
Dachrinne · Dämmung · u. v. m.
– auch für kleine Reparaturen –
Telefon 01 76 - 84 12 69 26
Kostenlose Vor-Ort-Beratung – Ihr Dach in den besten Händen!

Dies und Das

Goldankauf-Ostfriesland.de
Marktpassage 4, AUR
0157 / 824 704 84
Gold - Silber - Zahngold - Münzen

Ich wähle Maria Winter zur OB, weil sie dialogfähig ist und bedacht handelt. Willi Grix

Ich wähle Maria Winter, weil ich von ihr bessere soziale Jugendpolitik erwarte. Willi Grix

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

Kaufe alte ausrangierte Brillen/ Fassungen. ☎ 0152/34265159

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

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

Kaufe Porzellan, Bleikristalle, Antik und Ölgemälde. ☎ 0152/ 34265159

KAUFE: Trödel, Flohmarktartikel, Sammlungen. Bitte alles anbieten! ☎ 0179/6857196

Kaufe Musikinstrumente jeglicher Art. ☎ 0157/57303410

Wählt Mitte = Meine Bitte Claas Brons, Emden

Wer lehrt mich Griechisch? ☎ 0160/3896078

Dienstleistungen

FAMILIE-REEK
HAUSHALTSAUFLÖSUNGEN mit Wertaurechnung
Wir entrümpeln mit Herz!
Wir unterbreiten Ihnen ein kostenloses Angebot
■ zuverlässig ■ kompetent ■ preiswert ■ Nachlass-ankauf
0 49 41 / 6 04 74 10

Dachdecker aus der Region hat Kapazitäten frei, kostenl. Beratung vor Ort, 30% Neukundenrabatt. ☎ 01521-4098509.

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

A&H Dienstleistung: Wir bieten Entkernung, Abbrüche, Entrümpelung, Asbestsanierung u.v.m. ☎ 0173/9025808

Probleme mit PC, Mac oder Netzwerk? Wir kommen zu Ihnen! Verkauf, Reparatur, Installation, Datenrettung, Virenschutz. www.computerhilfe-emden.de ☎ 04925/6899997

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

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

Wir schneiden Ihre Hecken uvm. ☎ 015561410517

Termine frei für Maler- und Renovierungsarbeiten. ☎ 0174/8096222

WENN NIEMAND MEHR DIE ABHÖR-PRAKTIKEN DER NSA AUFDECKT, SIND UNSERE DATEN DANN WIEDER PRIVAT?

DZI Spenden-Siegel

REPORTER OHNE GRENZEN E.V. - WWW.REPORTER-OHNE-GRENZEN.DE
SPENDENKONTO IBAN: DE26 1009 0000 5667 7770 80 - BIC: BEVODEBB

REPORTER OHNE GRENZEN FÜR INFORMATIONSFREIHEIT [20 JAHRE]

Zum Thema: Chiffre-Anzeigen

Bitte beachten Sie:

Um Ihre Zuschriften auf unsere Anzeigen zügig bearbeiten zu können, geben Sie bitte die dazugehörige **Chiffre-Nummer** (z.B. ✉ Z001/1234) mit an.

Kfz Service Bartels
Meisterbetrieb
Landstraße 45 , 26524 Lütetsburg
Tel .: 04931/7133

1 Jahr KFZ-Service Bartels



Auto Werkstatt bietet jetzt auch Fahrzeugverkauf an

BESTEHEN Kfz Service Bartels feiert mit Tag der offenen Tür am 5. September

VON HEIKE GOYERT

LÜTETSBURG – Seit einem Jahr ist Daniel Bartels mit seiner Firma Kfz Service Bartels in Lütetsburg aktiv. Als freie Kfz-Werkstatt kümmern sich er und seine Mitarbeiter zuverlässig um Reparatur, Wartung und Servicearbeiten für Fahrzeuge aller Marken. „Dabei stehen eine persönliche Beratung, saubere Arbeit und faire Abläufe im Mittelpunkt“, sagt der Kfz-Techniker-Meister und Kfz-Gutachter Bartels.

Seit kurzem werden auf dem Gelände an der Landstraße 45 auch Neufahrzeuge und Gebrauchtwagen angeboten. „Im Bereich Neufahrzeuge sind wir hiesiger Vertragshändler für die chinesischen Marken BAW, BAIC, Dongfeng und Foton“, sagt Verkaufsberater Thomas Garthoff. „Als Partner von Indimo präsentieren wir eine große Auswahl aktueller Modelle für Alltag, Familie, Freizeit und Gewerbe. Bei den Fahrzeugen handelt es sich um SUV und Pick-up, also Zugfahrzeuge mit einer ordentlichen Anhängerlast, wie sie kaum andere Fahrzeug-Hersteller derzeit anbieten.“

Auf der Homepage von Indimo, der seit mehr als 20 Jahren Fahrzeuge nach Deutschland importiert, können Interessierte sich ihr zukünftiges Fahrzeug ganz nach Wunsch zusammenstellen. Zu finden unter www.neuwagen.team sowie auf der Webseite www.pkw-bartels.de.

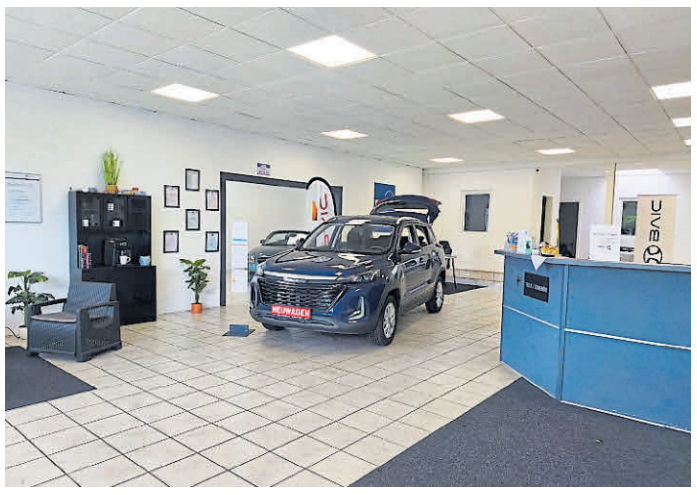


Das Verkaufs- und Werkstatt-Team: (von links) Thomas Garthoff, Daniel Bartels, Jannic Dirks, Sören Holling und Janik Janssen. BILD: FOTOSTUUV BY LENA WESSELS

Zwei Auszubildende im Team

Für Daniel Bartels war das erste Jahr erfolgreich. „Ich konnte bereits viele Stammkunden gewinnen beziehungsweise habe sie vom Betrieb übernommen, der hier zuvor ansässig war“, sagt Bartels. Zum 1. August sind zwei Auszubildende bei ihm angefangen; einer im ersten, der andere im zweiten Ausbildungsjahr. „Insgesamt dauert ihre Ausbildung zum Kfz-Mechatroniker dreieinhalb Jahre und sie verstärken unser Team.“ Dieses besteht außerdem aus Yvonne Martens, die in der Annahme erste Ansprechperson für die Kunden ist, einem Gesellen in der Werkstatt und Verkaufsberater Thomas Garthoff.

In der Werkstatt stehen dem Team drei Hebebühnen zur Verfügung. Dort werden alle Marken und Modelle bearbeitet und täglich ist der TÜV-Nord im Haus. Darüber hinaus werden unter anderem Urlaubs-, Winter- und Klimaanlagen-Wartungen durchgeführt. Selbstverständlich ist auch die Einlagerung von Reifen möglich. Eine Auflistung aller Leistungen gibt es auch auf der Internetseite www.pkw-bartels.de



Blick in den Eingangs- und den angeschlossenen Verkaufsbereich bei Kfz Service Bartels. BILD: HEIKE GOYERT



Die Neufahrzeuge: SUV und Pick-up mit einer ordentlichen Anhängerlast. BILD: HEIKE GOYERT

Tag der offenen Tür

Anlässlich des einjährigen Bestehens und der Firmen-Erweiterung gibt es am Sonnabend, den 5. September, einen Tag der offenen Tür. Von 10 bis 17 Uhr können sich Interessierte die Werkstatt und das Fahrzeugangebot anschauen. „Für die kleinen Besucher werden wir eine Hüpfburg aufstellen, so dass auch sie ihren Spaß haben“, sagt Bartels. Um das Angebot für den kleinen Hunger mit Pommes und Bratwurst wird sich die Jugendfeuerwehr Hage kümmern. Außerdem gibt es Kaffee und Kuchen.

Geöffnet ist der Kfz Service Bartels von montags bis donnerstags von 8 bis 17 Uhr und freitags von 8 bis 13 Uhr.
Die Öffnungszeiten vom Verkauf sind von Montag bis Freitag von 10 bis 18 Uhr und Samstag von 10 bis 13 Uhr.

Lieber Daniel!
Wir gratulieren Dir ganz herzlich zu Deinem **1-jährigen Jubiläum.**
Gerrit und Maike
Buchungsbüro Sparenborg
Poststraße 12 | 26524 Berumbur

SCHMIDT - SCHLOSSEREI
schlosserei schmiede stahlbau reparatur
Inhaber: Jens Schmidt · Landstr. 68 · 26506 Norden-Ostermarsch · Tel. 04938 - 2 52
E-Mail: moin@schmidt-schlosserei.de · www.schmidt-schlosserei.de
Glückwunsch zum Jubiläum!
Stahlverarbeitung · Edelstahlverarbeitung · Aluminiumverarbeitung Blechverarbeitung · Materialverkauf · Verzinkungsannahme

LIEBER DANIEL!
Ich gratuliere Dir ganz herzlich zu Deinem 1-jährigen Jubiläum
Onno
BrassWerkstatt Onno Sparenborg
www.BrassWerkstatt.de

Handwerker Oepken
Fliesen · Umbau · Ausbau
Haus & Garten
Ruhrweg 49
26532 Großheide
Tel.: 0172 - 4337391
HandwerkerOepken@web.de

Lackiererei Claassen Meisterbetrieb
Unsere Leistungen:
• Ganz- und Teillackierungen
• Smart-Repair
• Felgenaufbereitung
• Möbel, uvm.
Südring 6 • 26506 Norden
0176 144 86 107 • 04931 2509
info@lackiererei-claassen.de
www.lackiererei-claassen.de

Weiterhin viel Erfolg!
Bestattungen Dirks
Bestattungsinstitut Deneke
Ihre zuverlässigen Helfer im Trauerfall
Wir beraten Sie individuell und kompetent zu allen Fragen der Bestattungsvorsorge.
Bestattungen Dirks
Kirchrott 5a ·26524 Hage
0 49 31 / 9 73 87 82
Bestattungsinstitut Deneke
Schloßstraße 10b ·26532 Großheide
0 49 36 / 71 07
info@bestattungen-dirks.de · www.bestattungen-dirks.de

Landhandel
KLAUS SCHMIDT
Auch wir gratulieren!
Landstr. 3
26506 Norden/Ostermarsch
Tel.: 04931/16 82 09
www.landhandel-schmidt.de

Kfz Service Bartels
Meisterbetrieb
1-jähriges Bestehen
Tag der offenen Tür am 5.9.2026
von 10 - 17 Uhr
Wartung und Reparaturen aller Marken
Vertragshändler für BAW, BAIC, Dongfeng und Foton
Landstraße 45 · 26524 Lütetsburg
04931/7133
www.pkw-bartels.de

Wir wünschen weiterhin viel Erfolg!
ROLF BARTMANN JUN.
DACHDECKERMEISTER
Dach-, Wand- u. Abdichtungstechnik sowie Dachsanierung
Seit über 25 Jahren!
Ziegeldach Flachdach
Fassade Bauklempnerei
Dachgauben
Heerstraße 40 • 26506 Norden • Tel. (0 49 31) 1 41 63 oder 0172 9 08 46 01

Wir gratulieren und wünschen weiterhin viel Erfolg!
Pflegeteam Grüneweg
Am Markt 61, 26506 Norden
• Tel. 04931 / 9199649
• Fax: 04936 / 998209
• E-Mail: pflegeteam-grueneweg-gmbh@gmx.de

Willkommen

in der Stadt Aurich

Bei der **Stadt Aurich (Ostfriesland)** sind zum nächstmöglichen Zeitpunkt folgende Stellen zu besetzen:

- **Stellvertretende Einrichtungsleitung und Gruppenleitung (m/w/d)**
  in einer Kindergartengruppe
  (Befristete Teilzeitstelle mit 36 Std./Woche – EG S 9 TVöD- SuE)
- **Springerkraft (m/w/d) im Reinigungsdienst**
  (Befristete Teilzeitstelle mit 15 – 17,5 Std./Woche – EG 2 TVöD)
- **Reinigungskraft (m/w/d) Grundschule Middels**
  (Befristete Teilzeitstelle mit 12 Std./Woche – EG 2 TVöD)

Die vollständigen Ausschreibungstexte 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 13.09.2026

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

---

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

Stadt Norden

- **Leitung** (m/w/d) **Stadtentwässerung**
  Eine unbefristete Vollzeitstelle (39 Stunden wöchentlich); ggf. Teilzeiteignung
  Eine Eingruppierung bis Entgeltgruppe 13 TVöD | Bewerbungsfrist: 20.09.2026
- **Landschaftsplaner/-in, Landespfleger/-in, Landschaftsökologe/-in, Umweltplaner/-in** (m/w/d)
  Fachdienst Tiefbau und Stadtgrün
  Eine unbefristete Vollzeitstelle (39 Stunden wöchentlich); ggf. Teilzeiteignung
  Eine Eingruppierung in Entgeltgruppe 11 TVöD | Bewerbungsfrist: 20.09.2026
- **Sachbearbeiter/Sachbearbeiterin** (m/w/d)
  Fachdienst Tiefbau und Stadtgrün
  Eine unbefristete Vollzeitstelle (39 Stunden wöchentlich); ggf. Teilzeiteignung
  Eine Eingruppierung bis Entgeltgruppe 9c TVöD | Bewerbungsfrist: 20.09.2026
- **Bauzeichner/Bauzeichnerin** (m/w/d) **mit dem Schwerpunkt Straßen- und Tiefbau**
  Fachdienst Tiefbau und Stadtgrün
  Eine auf fünf Jahre befristete Vollzeitstelle (39 Stunden wöchentlich); ggf. Teilzeiteignung
  Eine Eingruppierung in Entgeltgruppe 6 TVöD | Bewerbungsfrist: 20.09.2026

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

norden.de/stellenangebote

RIEPSTER KFZ SERVICE

WIR SUCHEN:
- **Kfz-Mechaniker/Elektroniker**
- **Werkstattmeister**
- **Hausmeister-/Gärtner (Minijob)**

Schmiedestraße 21 · Tel.: 0 49 28 / 99 00 55
26632 Ihlow - Riepe · riepster_kfz_service

---

www.jobs-ostfriesland.de

DAS MEER AN LEBEN.

Stadt EMDEN

Möchten Sie im Team der Stadtverwaltung mitarbeiten?
Dann bieten wir Ihnen folgende Möglichkeit:

- *Fachdienst Sozialer Dienst*

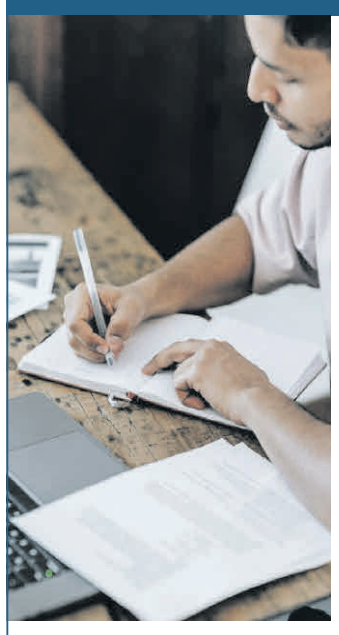
Diplom–Sozialarbeiter*in/–pädagoge*in oder Bachelor of Arts (m/w/d)
im Allgemeinen Sozialen Dienst

Vollzeit | unbefristet und befristet | EG S 14 TVöD
www.teamstadtemden.de/stellenangebote



Stadt Emden | FD Personal
Frickensteinplatz 2 | 26721 Emden

Ausbildung 2027!



Großefehn
Echt. Ostfriesisch. Lebendig.

Die Gemeinde Großefehn (Landkreis Aurich) sucht zum 1. August 2027 Auszubildende für den Ausbildungsberuf

· Verwaltungsfachangestellter (m/w/d)

Wir freuen uns auf Deine Bewerbung bis zum 30. September 2026 über das

Bewerberportal jobs.grossefehn.de

Als Ansprechpartner steht Dir Herr Erdwiens aus dem Fachbereich I - Zentraler Service zur Verfügung: Tel.: 04943 920-125, E-Mail: j-erdwiens@grossefehn.de

---

NLWKN

Niedersachsen

Der Niedersächsische Landesbetrieb für Wasserwirtschaft, Küsten- und Naturschutz (NLWKN) sucht für die Betriebshöfe Langeoog und Wangerooge zum nächstmöglichen Zeitpunkt

einen Wasserbauer / eine Wasserbauerin (m/w/d)

Es handelt sich um eine nach Entgeltgruppe 5 TV-L vergütete unbefristete Vollzeitstelle.

Nähere Informationen entnehmen Sie bitte unserer Internetseite unter **www.nlwkn.niedersachsen.de/jobs**

Zertifikat seit 2016 audit berufundfamilie

Der NLWKN ist im Rahmen des Audit berufundfamilie zertifiziert. Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung!

Gemeinde Ihlow
www.ihlow.de/karriere



Die Gemeinde Ihlow sucht **zum 01.08.2027**
EINEN AUSZUBILDENDEN (M/W/D)
für den Beruf des/der Verwaltungsfachangestellten.

Detaillierte Informationen zur Stelle und zum Anforderungsprofil finden Sie auf unser Webseite unter **ihlow.de/karriere**.
Bitte bewerben Sie sich online bis zum **12.09.2026**.

EVANGELISCH-LUTHERISCHES KIRCHENAMT LEER

Wir suchen zum nächstmöglichen Termin

eine Mitarbeiterin oder einen Mitarbeiter (m/w/d)
für die Bauverwaltung des Kirchenkreises Rhauderfehn
(38,50 Wochenstunden, unbefristet, EG 9 b analog TV-L)

Bewerbungen werden erbeten bis zum 19. September 2026

Den kompletten Ausschreibungstext finden Sie unter:
www.kirchenamt-leer.de

Saubere Arbeit.
Ein echt guter Schnitt.

Jobs bei GroJa: Nordisch. Gut. Arbeiten.

Du willst nicht einfach montieren, sondern Innenräume mitgestalten? Dann bist du bei uns genau richtig.

Tischler für den hochwertigen Innenausbau (m/w/d)

Dein Bereich: Innenausbau, der sich sehen lassen kann.
Montage hochwertiger Möbel und Küchen, Innenausbau, Messebau, Abstimmung mit Projektleitung und Werkstattteam.

Dein Profil: Handwerk sitzt. Anspruch auch.

Ausbildung als Tischler/in, Erfahrung im Möbel- oder Innenausbau, Führerschein Klasse B.

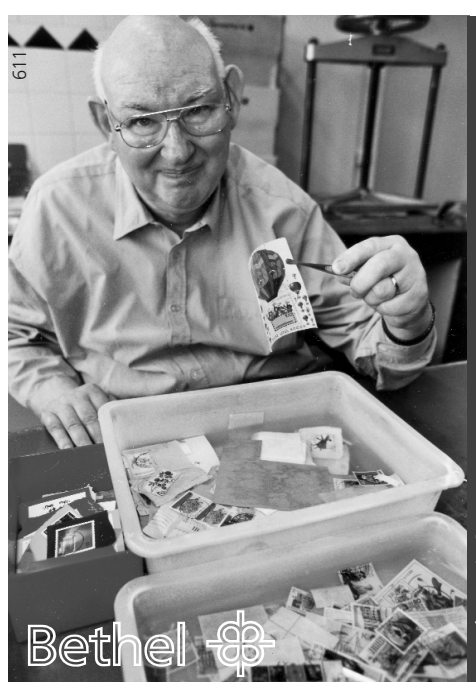
Was du bekommst: Gute Projekte. Gute Bedingungen.
Unbefristete Stelle. Faire Vergütung. Urlaubs- und Weihnachtsgeld. Altersvorsorge. Extras.

Passt? Dann bewirb dich. Jetzt.

GROEN & JANSSEN GmbH
Kunststoffvertrieb
Gewerbestraße 16 | 26624 Georgsheil

GroJa® Nordisch. Gut.

bewerbung@groja.de | www.groja.de



Briefmarken sammeln für Bethel
Arbeit für behinderte Menschen

Briefmarkenstelle Bethel
Quellenhofweg 25
33617 Bielefeld

175 Jahre
Friedrich von Bodelschwingh

Bethel

Gestalten Sie Ihren Garten ganz nach Ihrem Stil.

Nordwest SHOP



Sternensäule mit LED-Beleuchtung
144,95 € ~~179,95 €~~



Leuchtturm mit Beleuchtungssatz
279,00 €



Pflanzsäule Sonne
169,95 € ~~199,95 €~~



Gartenstecker Sirius
54,95 €



Pflanzsäule SCHWALBE
144,95 € ~~179,95 €~~

Bilder durch KI generiert.

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

Familienanzeigen

Familiennachrichten

Sterbefälle

Anneliese Behrends geb. Assing, 85 Jahre, Hamburg
Günther Borcherding, 84 Jahre, Bunde
Hinrich Engelke Brink, 74 Jahre, Westover
Wilfried Dirks, 67 Jahre, Großheide
Arend Fittje, 72 Jahre, Uplengen
Hinrich Fokken-Reershemius, 90 Jahre, Grimersum
Therese Frühling geb. Buss, 97 Jahre, Holzminden
Enno Hanken, 81 Jahre, Großoldendorf
Hinrich Hilbers, 79 Jahre, Weener
Siemen Hinrichs, 73 Jahre, Upgant-Schott
Theodor Martens, 75 Jahre, Moormerland
Manfred Horst Michel, 82 Jahre, Hesel
Marianne Möhlmeyer geb. Schaber, 76 Jahre, Neermoor
Meinhard Noormann, 84 Jahre, Wiesmoor
Hermanda Olthoff geb. Hilbers, 70 Jahre, Neukamperfehn
Gabriele Rödig geb. Leimbach, 73 Jahre, Norden
Jan Hinrichs Roß, 95 Jahre, Leer
Hanne Sanders geb. Wilken, 87 Jahre, Strackholt
Helma Schmidt geb. Boelsen, 76 Jahre, Warsingsfehn
Traute Schumann, 82 Jahre, Jemgum
Heinz-Jürgen Schwarz, 74 Jahre, Leer
Inge Segerath geb. Harder, 92 Jahre, Berlin
Ulrike Söder-Suerbier geb. Saathoff, 70 Jahre, Norden
Ruth Streubel geb. Putmanns, 91 Jahre, Großheide
Günter Thom, 90 Jahre, Hage
Herbert Walterling, 75 Jahre, Norden
Johann Weerts, 77 Jahre, Detern
Frauke Wiesinger geb. Ulfers, 85 Jahre, Wiesmoor
Auguste Wilken geb. Borgelt, 94 Jahre, Juist
Erna Willers geb. Buschmann, 88 Jahre, Marienhafe
Gerda Wißmann geb. Bruns, 79 Jahre, Neukamperfehn
Sigrid Wurpts geb. Niekamp, 85 Jahre, Leer

Meine Zeit
steht in
deinen
Händen.

-Ps.31,16-

Ingrid de Vries

geb. Rüstmann

* 21. Januar 1953 † 21. Juli 2026

Es ist schwer, einen geliebten Menschen zu verlieren.
Jedoch zu wissen, wie viele Ingrid schätzten und gern hatten, gibt uns Trost.
Wir sagen allen, für die zahlreichen liebevollen Beweise
der Anteilnahme unseren **herzlichen Dank**.

Gottfried de Vries
mit Kinder und Enkelkinder

Nesse, im August 2026

Lebewohl sagen wir leise, machs gut auf deiner letzten Reise.
Nach kurzer, schwerer Krankheit, jedoch für uns plötzlich
verstarb mein über alles geliebter Ehemann, Papa, Opa,
Schwiegervater und Bruder

Wolfgang Poerschke

*** 29.09.1958 † 19.08.2026**

Du lebst in unserem Herzen weiter
Deine Cornelia

Traueranschrift: Cornelia Poerschke Zweite Reihe 96 in 26639 Wiesmoor

---

Der Herr schaut vom Himmel
und sieht alle Menschenkinder.

Psalm 33,13

Meine Zeit steht in deinen Händen.
Psalm 31,16

Michael Kruse

* 16.11.1977
† 30.07.2026

Marienhafe,
im August 2026

Herzlichen Dank sagen wir allen, die sich in stiller Trauer mit uns verbunden fühlten und ihre Anteilnahme durch Geld, Schrift und Wortspenden zum Ausdruck brachten.

Ein besonderer Dank gilt dem Trauerredner Janshen-Wieting für seine einfühlsamen Worte sowie dem Bestattungsinstitut Diekena für die würdevolle Begleitung.

In Namen aller Angehörigen
Familie Kruse

Johanne (Hanne) Heyen

geb. Bents

* 19.01.1960 † 23.07.2026

Rechtsupweg, im August 2026

Danksagung

Wenn ihr an mich denkt, seid nicht traurig.
Erzählt lieber von mir und traut euch ruhig zu lachen.
Lasst mir einen Platz zwischen euch,
so wie ich ihn im Leben hatte.

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

Ein besonderer Dank gilt dem Gitarrenkreis Rechtsupweg für die schöne musikalische Begleitung, Herrn Pastor Beier für seine einfühlsamen Worte sowie dem Bestattungsinstitut Jakob Janssen für die hilfreiche Unterstützung.

Im Namen aller Angehörigen
Hinni mit Kinder und Enkel

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

Joseph von Eichendorff



Harm

** 27. Juni 1943*
✞ 11. Juli 2026

Rechtsupweg,
im August 2026

Von Herzen danken wir allen

für die vielfältigen Zeichen der Anteilnahme. Es hat uns sehr berührt zu erfahren, wie viele Menschen Harm kannten, schätzten und ihm verbunden waren.
Einen besonderen Dank richten wir an die Diakonie-Pflegestation Marienhafe für die fürsorgliche Betreuung und an das Bestattungsinstitut Diekena für die würdevolle Begleitung. Pastor Ott danken wir für die Worte des Trostes und der Zuversicht und dem Posaunenchor und unserer Familie für die musikalische Gestaltung der Trauerfeier.
Die große und herzliche Anteilnahme in den Tagen des Abschieds hat uns tief bewegt!

Thea Memenga
Traute Ahrends, Beate Meyenburg und Heike Oelrichs mit Familien

---

Karl-Heinz Bents

* 18. August 1947

† 21. Juli 2026

Hage, im August 2026

Danksagung

Es ist schwer einen geliebten Menschen zu verlieren.
Tröstend ist es aber zu wissen, dass viele Menschen ihm so viel Freundschaft, Liebe und Achtung entgegengebracht haben.
Wir danken allen, die mit uns mitgefühlt haben und ihre Anteilnahme zum Ausdruck gebracht haben.

Almuth Bents
mit Kindern und Enkel

Edmonton macht Stadterkundung neu erlebbar

REISE Discover Edmonton Pass und Edmonton Explorer Trolley verbinden die wichtigsten Sehenswürdigkeiten der Stadt

DREIEICH/PR – Edmonton setzt neue Akzente im Städtetourismus und präsentiert gleich zwei innovative Angebote, die Besuchern die Erkundung der Hauptstadt Albertas erleichtern sollen: den neuen Discover Edmonton Pass sowie den Edmonton Explorer Trolley. Während der digitale Pass den Zugang zu einigen der beliebtesten Attraktionen der Stadt bündelt, verbindet der neue Hop-on-Hop-off-Trolley, eine Straßenbahn im vintage Stil der 1920er-Jahre, insgesamt 20 Sehenswürdigkeiten und Stadtviertel miteinander. Gemeinsam schaffen die beiden Angebote ein unkompliziertes und flexibles Besuchererlebnis, das Kultur, Geschichte, Natur und Unterhaltung miteinander verbindet.

Ein Pass für die Highlights der Metropole

Mit dem neuen Discover Edmonton Pass bündelt Explore Edmonton zahlreiche Sehenswürdigkeiten und Erlebnisse in einem einzigen digitalen Angebot. Besucher können zwischen einem 1-, 2- oder 3-Tages-Pass wählen und erhalten damit Zugang zu zwei, vier beziehungsweise sechs Attraktionen. Die Preise beginnen bei 35 CAD (umgerechnet rund 22 Euro) für den Tagespass, während der 3-Tages-Pass ab 89 CAD (umgerechnet rund 55 Euro) erhältlich ist. Nach dem Kauf wird der Pass direkt per E-Mail oder SMS auf das Smartphone geladen und kann ohne zusätzliche App genutzt werden.



Im Discover Edmonton Pass enthalten ist der Zugang zum Muttart Conservatory, hier im Vordergrund, das eine der größten Indoor-Pflanzensammlungen Kanadas beherbergt.

BILD: EXPLORE EDMONTON/ NEIL ZEE

Zu den insgesamt neun teilnehmenden Attraktionen gehören einige der bekanntesten Sehenswürdigkeiten Edmontons, darunter das historische Fort Edmonton Park, das futuristische Muttart Conservatory, das TELUS World of Science Edmonton, der Edmonton Valley Zoo sowie das Alberta Aviation Museum.

Ergänzt wird das attraktive Angebot durch weitere Erlebnisse wie Riverboat Cruises auf dem North Saskatchewan River oder Outdoor-Abenteuer mit River Valley Adventure Co.

Mit dem Trolley bequem durch die Stadt

Passend zum neuen Pass startet mit dem Edmonton Explorer erstmals ein touristischer Hop-on-Hop-off-Service, der Besucher bequem zwischen den wichtigsten Sehenswürdigkeiten der Stadt transportiert. Die historischen Molly Trolleys verkehren auf zwei Routen und verbinden insgesamt 20 Stationen – von der Downtown über den Arts District und die Whyte Avenue bis hin zu Attraktionen wie dem Fort Edmonton Park, dem Edmonton Valley Zoo oder der West Edmonton Mall.

Das Konzept erlaubt es Fahrgästen, beliebig oft ein- und auszusteigen und Edmonton im eigenen Tempo zu erkunden. Ortskundige Fahrer begleiten die Touren und vermitteln unterwegs spannende Geschichten, Hintergrundinformationen und Insiderwissen über die Stadt. Tickets sind als 24- oder 72-Stunden-Pass erhältlich und kosten ab 30 CAD (rund 19 EUR).

Kultur, Natur und Geschichte flexibel erleben

Die Kombination aus Discover Edmonton Pass und Edmonton Explorer Trolley schafft ein neues Besuchererlebnis, das Orientierung, Mobilität und Attraktionen miteinander verbindet. Statt einzelne Tickets kaufen oder die Anfahrt zu jeder Sehenswürdigkeit selbst organisieren zu müssen, können Gäste ihre Erkundungstour individuell zusammenstellen und mehrere Highlights komfortabel miteinander verbinden.

Besonders für Erstbesucher bietet das neue Angebot eine einfache Möglichkeit, die Vielfalt Edmontons kennenzulernen – von Kultur und Wissenschaft über Geschichte bis hin zu Naturerlebnissen entlang des North Saskatchewan River Valley, dem größten zusammenhängenden urbanen Parksystem Nordamerikas.

Edmonton setzt auf innovative Besuchererlebnisse

Mit den beiden neuen Angeboten verfolgt Explore Edmonton das Ziel, die Besuchererfahrung weiter zu verbessern und die wichtigsten Attraktionen der Stadt stärker miteinander zu vernetzen. Gleichzeitig unterstreichen der Discover Edmonton Pass und der Edmonton Explorer Trolley die Entwicklung Edmontons zu einer modernen Städtedestination, die innovative Angebote mit authentischen Erlebnissen verbindet. Ob Kulturinteressierte, Familien oder Outdoor-Fans – wer Edmonton künftig besucht, kann die Stadt einfacher, flexibler und abwechslungsreicher entdecken als je zuvor.

Weitere Informationen zu Edmonton unter www.exploreedmonton.com, weitere Informationen zu Alberta unter www.travelalberta.com.



Auch Erlebnisse wie Riverboat Cruises auf dem North Saskatchewan River gehören mit zum Discover Edmonton Pass.

BILD: EXPLORE EDMONTON/ SAMEER AHMED

Wir feiern die
Neueröffnung
unseres Stressless-Studios
und alle Abteilungen feiern mit!
Jetzt € 650 sparen!
Stressless® Berlin (M)
mit verstellbarer Kopfstütze
inkl. Hocker/Cross Untergestell
Chrom/Stoff „Lilly" Emerald Green
nur € 2.589*
statt € 3.239**
*UVP des Herstellers.
**Ehemalige UVP des Herstellers.
Hintergrund KI-generiert
Stressless
10%* auf Möbel-Neubestellungen
*Ausgenommen bereits Reduziertes, Interliving, Roomio, Culineo, Stressless und Kiba-Artikel
ALT GEGEN NEU
getauscht wird im Verhältnis 1:1
10,- je Topf od. Pfanne (ab 39,99)
Topfset 5-tlg.
bestehend aus vier Töpfen mit Multifunktionsglasdeckeln und Stielkasserolle, Griffe mit Temperaturbarriere, backofenfest bis 250°
WMF
Hintergrund KI-generiert
UVP Topfset 579,-
unser Angebot 379,99
Vergütung für 5 Teile 50,-
und jetzt 329,99
bis zu 70% auf Deko-Artikel
auf unserer Sonderfläche
Bild KI-generiert
maschal
MEINE MÖBELSTADT
maschal einrichtungs- & einkaufszentrum gmbh
Altjührdener Str. 47 | 26316 Altjührden bei Varel | Tel. 04456/9880 | www.maschal.de
Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 10 - 18:30 Uhr | Sa. 9.30 - 18 Uhr
Alles Abholpreise. Solange der Vorrat reicht. Zwischenverkäufe vorbehalten. Gültig bis zum 12.09.2026.

AZUBI EXPRESS

DEIN FAHRPLAN IN RICHTUNG ZUKUNFT!



Erster Halt: Zukunft!

Was dich beim Azubi-Express in Aurich erwartet – Route, Ablauf & alle Firmen findest du hier.

10.09.2026
AURICH

NWZ Jobs

Ausbildung zwischen Chancen und Herausforderungen

INTERVIEW Agentur für Arbeit Emden-Leer sieht gute Perspektiven für Jugendliche im Landkreis Aurich



Die Agentur für Arbeit Aurich-Emden sieht trotz rückläufiger Ausbildungsstellen weiterhin gute Chancen für Jugendliche auf dem regionalen Ausbildungsmarkt – besonders gefragt sind Motivation, Zuverlässigkeit und Flexibilität. BILD: PIXABAY

VON ANDREAS UNTERBERG

Die Lage am Ausbildungsmarkt im Landkreis Aurich bleibt angespannt, bietet Jugendlichen aber weiterhin gute Chancen auf einen Ausbildungsplatz. Während sich die Zahl der gemeldeten Bewerberinnen und Bewerber leicht rückläufig entwickelt, sinkt gleichzeitig auch die Zahl der angebotenen Ausbildungsstellen. Besonders gefragt sind derzeit Auszubildende in technischen Berufen, im Verkauf und in der Mechatronik. Im Gespräch mit der Agentur für Arbeit Emden-Leer spricht die Behörde über aktuelle Entwicklungen, Herausforderungen für junge Menschen und die zunehmende Bedeutung digitaler Kompetenzen in der Berufswelt.

Wie bewerten Sie aktuell die Situation auf dem Ausbildungsmarkt im Landkreis Aurich?
Agentur für Arbeit Emden-Leer: Während die Zahlen der bei der Agentur für Arbeit und den Jobcentern gemeldeten Bewerberinnen und Bewerber um einen Ausbildungsplatz (seit Oktober 2025 bis April 2026: 894) im Landkreis Aurich im April 2026 leicht zurückgegangen ist (-6,4 Prozent), bewegen sich die gemeldeten Ausbildungsstellen (834) auf Vorjahresniveau. Bei einer in letzter Zeit allgemein angespannteren Situation auf dem Arbeitsmarkt zeigt sich der Ausbildungsmarkt insgesamt robust. Nicht alle Jugendlichen finden den passenden Platz – und nicht alle Betriebe die passenden Auszubildenden. Entscheidend ist, dass beide Seiten offenbleiben, über Alternativen sprechen und über zusätzliche Ausbildungsplätze nachdenken, um den langfristigen Fachkräftebedarf zu decken.

In welchen Branchen gibt es derzeit besonders viele freie Ausbildungsplätze?
Agentur für Arbeit Emden-Leer: Besonders viele freie Ausbildungsplätze gibt es aktuell in den Bereichen Verkauf, Maschinen- und Betriebstechnik sowie Mechatronik und Automatisierungstechnik.

Wo sehen Sie die größten Herausforderungen für Bewerberinnen und Bewerber?
Agentur für Arbeit Emden-Leer: Die größte Herausforderung liegt im komplexen Berufswahlprozess. Jugendliche brauchen Flexibilität, Mobilität und Durchhaltevermögen. Wichtig ist außerdem, frühzeitig die Unterstützung der Berufsberatung anzunehmen und aktiv zu nutzen.

Wie stehen die Chancen für Schulabgänger, einen passenden Ausbildungsplatz zu finden?
Agentur für Arbeit Emden-Leer: Die Chancen sind grundsätzlich gut, hängen aber von Faktoren wie Mobilität, schulischem Erfolg und der Qualität der Bewerbungen ab. Entscheidend ist ein realistischer

FORTSETZUNG AUF SEITE 3 ▶

Liebe Leserinnen, liebe Leser!

Der Übergang von der Schule in den Beruf ist für viele junge Menschen eine der wichtigsten Entscheidungen ihres Lebens. Mit dem Azubi-Express entsteht genau dort Unterstützung, wo Orientierung gefragt ist: direkt vor Ort in den Betrieben im Nordwesten. Statt trockener Theorie erleben Schülerinnen und Schüler Ausbildung hautnah, kommen ins Gespräch und entdecken neue Perspektiven. Dass dieses Format wächst und immer mehr Städte einbindet, zeigt, wie groß der Bedarf ist. Unser Ziel ist klar: Chancen sichtbar machen und Wege eröffnen. Steigen Sie ein und begleiten Sie junge Talente auf ihrem Weg in die Zukunft.

Lena Röstel (Projektverantwortliche) & Andreas Unterberg (Redakteur)



IMPRESSUM

Herausgeber und Verlag:
Nordwest-Zeitung
Verlagsgesellschaft mbH & Co. KG
Wilhelmshavener Heerstr. 260
26125 Oldenburg

Geschäftsführung:
Stephanie von Unruh,
Andreas Klatt

Anzeigenservice:
Nordwest Media
Vermarktungsgesellschaft
Leitung: Annika Kamps

Redaktion:
Content Manufaktur
anzeigen-redaktion@nwzmedien.de

Bildnachweis:
Simon Wossack

Druck:
WE-Druck GmbH & Co. KG
Wilhelmshavener Heerstr. 270,
26125 Oldenburg

Die Redaktion kann KI zur Unterstützung ihrer Arbeit einsetzen, bleibt aber selbstverständlich vollumfänglich für die Qualität und Korrektheit sämtlicher Inhalte alleine verantwortlich.

▶ FORTSETZUNG VON SEITE 2

Abgleich zwischen Wunschberuf und tatsächlichen Marktchancen. Berufsberatungsgespräche können dabei wertvolle Unterstützung bieten.

Welche Rolle spielen Schulnoten heute noch bei der Vermittlung?
Agentur für Arbeit Emden-Leer: : Schulnoten haben an Bedeutung verloren. Viele Unternehmen achten stärker auf Persönlichkeit, Motivation und Zuverlässigkeit. Hintergrund ist auch der zunehmende Bewerbermangel. Viele Betriebe suchen keine perfekten Zeugnisse mehr, sondern engagierte junge Menschen mit Lernbereitschaft.

Welche Alternativen gibt es für Jugendliche, die keinen Ausbildungsplatz finden?
Agentur für Arbeit Emden-Leer: : Möglichkeiten sind ein weiterer Schulbesuch, Freiwilligendienste, ein Auslandsaufenthalt oder die Aufnahme einer Arbeit. Zudem bietet die Agentur für Arbeit berufsvorbereitende Maßnahmen und Einstiegsqualifizierungen an.

Welche Unterstützungsangebote gibt es?
Agentur für Arbeit Emden-Leer: : Die Berufsberatung unterstützt bei der Ausbildungsplatzsuche, vermittelt Stellenangebote und informiert über Online-Angebote wie die Ausbildungsplatzsuche auf der Arbeitsagentur-Website. Zusätzlich gibt es finanzielle Hilfen, etwa für Bewerbungen, Fahrtkosten oder Praktika. Auch Mobilitätszuschüsse und berufsvorbereitende Angebote gehören dazu.

Wie wirkt sich die Digitalisierung auf Ausbildungsberufe aus?
Agentur für Arbeit Emden-Leer: : Digitale Kenntnisse sind heute in vielen Berufen unverzichtbar – von der Maschinenbedienung bis zur Kundenkommunikation. Gleichzeitig entstehen neue Lernformen wie virtuelle Lernumgebungen oder Online-Kurse.

Gibt es neue Berufsbilder, die besonders gefragt sind?
Agentur für Arbeit Emden-Leer: : Ja, etwa IT- und Cyber-Sicherheitsfachkräfte, Datenanalysten, Kaufleute für Digitalisierungsmanagement oder Fachkräfte im Bereich erneuerbare Energien.

Welche Erwartungen haben Unternehmen heute an Auszubildende?
Agentur für Arbeit Emden-Leer: : Im Vordergrund stehen Motivation, Zuverlässigkeit, Pünktlichkeit und soziale Kompetenzen. Unternehmen achten stärker auf Soft Skills als auf perfekte Noten.

Wie unterstützen Sie Betriebe bei der Suche nach Auszubildenden?
Agentur für Arbeit Emden-Leer: : Die Agentur für Arbeit unterstützt bei der Veröffentlichung von Ausbildungsstellen, der Bewerbersuche und einem passgenauen Matching. Zudem gibt es Unterstützung bei schwer zu besetzenden Stellen und Förderprogramme wie die Einstiegsqualifizierung.

Gibt es Branchen mit besonders großem Bewerbermangel?
Agentur für Arbeit Emden-Leer: : Ja, vor allem im Handwerk, Baugewerbe, in der Gastronomie sowie in Pflegeberufen. Gründe sind körperlich anspruchsvolle Arbeit, ungünstige Arbeitszeiten oder ein geringes Image.

Was raten Sie Jugendlichen, die noch unsicher sind?
Agentur für Arbeit Emden-Leer: : Wichtig ist, offen zu bleiben und verschiedene Möglichkeiten kennenzulernen. Praktika, Schnuppertage und Beratungsgespräche helfen dabei, Interessen und Stärken besser einzuschätzen und den passenden Weg zu finden.





New[s]comer stärkt Medienkompetenz

MEDIENPROJEKT Dachmarke stärkt Dialog und Medienkompetenz im Nordwesten

VON ANDREAS UNTERBERG



Unter dem Dach von new[s]comer laufen Projekte und Zugänge zusammen, die jungen Menschen geprüfte Nachrichten und praktische Medienerfahrung ermöglichen. BILD: NWZ

IM NORDWESTEN – „Verantwortung zeigen. Demokratie stärken. Zukunft mitgestalten." So beschreibt new[s]comer seine Rolle als Dachmarke für Bildungsprojekte der Nordwest Mediengruppe. Der Anspruch: junge Menschen in Kontakt mit verlässlichen Informationen zu bringen, Dialogfähigkeit zu trainieren und demokratische Werte im Alltag erlebbar zu machen. Zugleich will die Dachmarke Schulen, Vereine, Institutionen, Unternehmen und engagierte Bürgerinnen und Bürger in der Region vernetzen, damit Beteiligung über Teilnahme, Kooperation oder Unterstützung möglich wird. So entsteht ein Umfeld, das demokratisches Handeln fördert.

Vom Lesen zum Produzieren

Zentral ist new[s]comer/Klartext, das modernisierte Nachfolgeprojekt von ZISCH („Zeitung in der Schule"), das seit 1997 unter diesem Namen lief. In Klartext lernen Schülerinnen und Schüler journalistische Grundkenntnisse praxisnah kennen: Sie schreiben eigene Artikel, können aber auch Videos oder Podcasts produzieren. Veröffentlicht werden die Beiträge auf den Plattformen der Nordwest Mediengruppe – im ePaper sowie im new[s]comer-Digitalmagazin. Das Rebranding begründet das Projekt mit veränderter Mediennutzung, besonders bei Jugendlichen. Sponsor in Oldenburg ist die Landessparkasse zu Oldenburg (LzO), in Emden ist es die AOK Emden.

Wirtschaft vor der Haustür

Mit new[s]comer/Durchblick rückt regionale Ökonomie in den Fokus. Das Projekt „Jugend und Wirtschaft im Nordwesten" ist im Seminarfach verankert und wird gemeinsam von Nordwest-Zeitung und der Landessparkasse zu Oldenburg (LzO) umgesetzt. Ausgangspunkt ist die tägliche Berichterstattung der NWZ: Aus Artikeln über Unternehmen, Branchen und Entwicklungen entsteht ein eigenes Thema, das als Fach- oder Projektarbeit mit ökonomischer Fragestellung bearbeitet wird. Recherchen sollen auch vor Ort in Betrieben stattfinden. Parallel werden die Teilnehmenden ermutigt, selbst Texte zu schreiben; ausgewählte Beiträge werden gebündelt auf NWZonline veröffentlicht.

Teilhabe durch Sprache

„new[s]comer/Lesen & Schreiben verbindet" richtet sich an Förderschulen und Menschen mit Behinderung und wird von der Nordwest-Zeitung in Kooperation mit dem Bezirksverband Oldenburg (BVO) durchgeführt. Im Mittelpunkt stehen Übungen mit Zeitungstexten – gedruckt und digital: Inhalte verstehen, besprechen, vereinfachen, kreativ gestalten und eigene kleine Beiträge entwickeln. Ziel ist, Lese- und Schreibfähigkeiten zu stärken, weil Sprache als Schlüssel zur Teilhabe gilt.

Zugänge ohne Abo-Falle

Ergänzend setzt new[s]comer auf Fördermodelle mit kostenfreiem Zugriff auf Qualitätsjournalismus. SchulePlus ermöglicht zeitlich befristet den kostenlosen Zugang zu NWZonline und zur NWZ Nachrichten-App; Lehrkräfte entscheiden selbst über den Einsatz. Möglich wird das durch Unterstützer aus der Region – ohne Einfluss auf redaktionelle Inhalte. Ähnlich angelegt ist AzubiPlus: Ausbildungsbetriebe können Auszubildenden den kostenfreien digitalen Zugang eröffnen, um Orientierung im Berufsalltag sowie Medienkompetenz und regionale Verbundenheit zu stärken. StudiPlus richtet sich an Studierende: Mit Hochschul-Mail gibt es kostenlosen Zugriff; das betrifft knapp 29.000 Studierende in der Region und rund 6.500 registrierte Nutzerinnen und Nutzer.

Ausbildung sichtbar machen

Mit dem new[s]comer/Preis für Innovative Ausbildung (PIA) wendet sich die Dachmarke zudem an Betriebe im Oldenburger Land und in Ostfriesland. Ausgezeichnet werden Ausbildungsprojekte, die über klassische Inhalte hinausgehen oder bekannte Themen anders und motivierend vermitteln – etwa mit Eigeninitiative der Auszubildenden oder Schwerpunkten wie Vielfalt, Nachhaltigkeit oder sozialem Engagement. Über die Einreichungen wird im ePaper, in der gedruckten Zeitung und online berichtet.

➔@ Mehr Infos unter **www.newscomer.de**

Azubi-Express bringt Betriebe ins Rollen

BILDUNG Mobiles Messeformat eröffnet Jugendlichen neue Wege in die Ausbildung

VON ANDREAS UNTERBERG

OLDENBURG/EMDEN/AURICH/WILHELMSHAVEN/WESERMARSCH – Nach einem erfolgreichen Auftakt in Oldenburg, im Jahr 2025, mit über 300 Schülerinnen und Schülern, rollt der Azubi Express weiter durch die Region und weitet in diesem Jahr sein Angebot aus.

Neben Oldenburg, sind in 2026 auch Emden, Wilhelmshaven, Aurich und die Wesermarsch mit dabei. Wie findet man den passenden Ausbildungsplatz? Diese Frage stellen sich viele Schülerinnen und Schüler – und der Azubi-Express liefert eine kreative Antwort: Mit dem Bus direkt zu den Betrieben. Die mobile Ausbildungsmesse bringt Jugendliche auf verschiedenen Routen durch den Nordwesten zu Unternehmen, die ihre Ausbildungsangebote vorstellen.



Der Azubi-Express startete am Mediencampus der Nordwest-Mediengruppe in Etzhorn und brachte Jugendliche direkt zu Ausbildungsbetrieben in Oldenburg. BILD: NWZ

Organisiert ist der Azubi-Express wie ein „Hop-on-Hop-off"-System. An mehreren Stationen entlang einer festgelegten Route haben die Teilnehmerinnen und Teilnehmer die Möglichkeit, auszusteigen und jeweils ein Unternehmen näher kennenzulernen.

Der besondere Vorteil: Statt sich durch digitale Informationsfluten zu klicken, erleben die Jugendlichen die Unternehmen vor Ort – persönlich, praxisnah und im direkten Austausch mit Auszubildenden und Fachkräften.

Einsteigen, entdecken, durchstarten

An jeder Haltestelle des Azubi-Expresses öffnen Betriebe ihre Türen. Geboten werden Führungen durch Werkstätten und Büros, Vorträge über Berufsbilder sowie Präsentationen rund um die Ausbildungsmöglichkeiten. Einige Unternehmen bieten zudem interaktive Elemente an – so können die Schülerinnen und Schüler kleinere Aufgaben lösen oder direkt mit Auszubildenden ins Gespräch kommen.

Ziel des Formats ist es, jungen Menschen die Berufswelt auf eine unkomplizierte und direkte Weise näherzubringen. Dabei steht nicht nur die Information im Vordergrund, sondern auch das persönliche Erleben. Wer sich unsicher ist, in welche Richtung es nach der Schule gehen soll, kann sich so einen ersten Überblick verschaffen – und vielleicht sogar den zukünftigen Ausbildungsplatz finden.

Kostenlos und auch für Klassen geeignet

Die Teilnahme am Azubi-Express ist kostenfrei. Eine Anmeldung ist sowohl individuell als auch im Klassenverband möglich. Lehrkräfte haben die Möglichkeit, mit ihren Schülerinnen und Schülern eine Route auszuwählen und so den Berufswahlprozess aktiv zu begleiten.

➛@ Mehr Infos unter **www.azubi-express.de**





Der erste Eindruck zählt, der zweite aber auch

BEWERBUNGSGESPRÄCH So bereitest du dich optimal vor und überzeugst im Gespräch

VON ANDREAS UNTERBERG



Der Handschlag zeigt: Alles richtig gemacht und ein paar der Tipps beherzigt. BILD: PEXELS/SORA SHIMAZAKI

IM NORDWESTEN – Bewerbungsgespräche sind stressige Termine. Wir werden begutachtet, werden mit anderen verglichen und müssen uns selbst gut präsentieren. Bewerbungsgespräche sind aber auch eines: Ein normaler Bestandteil des Lebens und Berufsalltags und fast jeder Arbeitnehmer oder jede Arbeitnehmerin musste im Laufe des Berufslebens hier mindestens einmal durch. Um diesem Termin etwas gelassener entgegenzutreten, sollte man ein paar Vorbereitungen treffen und auch während des Gesprächs gibt es ein paar Dinge zu beachten.

Sechs Dinge, die du vor einem Bewerbungsgespräch beachten solltest

Bevor du zu deinem nächsten Bewerbungsgespräch gehst, solltest du dich gut vorbereiten, um selbstsicher und professionell aufzutreten. Hier sind sechs wichtige Punkte, die du beachten solltest:

1. Anreise planen

Finde die genaue Adresse des Unternehmens heraus und plane genügend Zeit für die Anreise ein. Berücksichtige eventuelle Zugverspätungen oder zusätzliche Zeit für die Parkplatzsuche, um pünktlich zu erscheinen und Stress zu vermeiden.

2. Den richtigen Dresscode wählen

Informiere dich über den Dresscode der Branche oder des Unternehmens. Ein zu legerer Auftritt könnte ein falsches Signal senden, während ein etwas formelleres Outfit immer sicherer ist. Overdressed zu erscheinen ist besser als das Gegenteil.

3. Das Unternehmen recherchieren

Schau dir vor dem Gespräch die Website und Social-Media-Kanäle des Unternehmens an. So kannst du zeigen, dass du dich intensiv mit der Firma beschäftigt hast – ein klarer Pluspunkt, der dir im Gespräch zugutekommen kann.

4. Wichtige Unterlagen mitbringen

Kläre im Vorfeld, ob spezielle Dokumente erforderlich sind. Auch bei digitalen Bewerbungen ist es ratsam, die Unterlagen in gedruckter Form dabei zu haben. Ein Notizblock und ein Stift sind ebenfalls sinnvoll – so kannst du dir Details notieren und vermeidest nervöses Gestikulieren.

5. Vorbereitung auf typische Fragen

Überlege dir Antworten auf klassische Fragen wie „Wo sehen Sie sich in zehn Jahren?“ oder „Warum interessieren Sie sich für diesen Job?“ Aber auch modernere Fragestellungen oder Gedankenspiele können vorkommen. Notiere dir grobe Antworten, ohne sie auswendig zu lernen – das wirkt natürlicher. Denke auch über deine Gehaltsvorstellungen nach.

6. Eigene Fragen an das Unternehmen stellen

Überlege dir Fragen, die du dem Unternehmen stellen kannst, um dein Interesse und deine Aufmerksamkeit zu signalisieren. Mögliche Themen sind der typische Arbeitsalltag, die Dauer der Einarbeitungs-

FORTSETZUNG AUF SEITE 7 ▶

DEINE AUSBILDUNG. DEINE ZUKUNFT. DEIN WEG.



Jetzt Ausbildung entdecken:

Du willst nicht nur zuschauen, sondern **etwas bewegen?**
Dann starte deine Ausbildung bei der Kreisbahn Aurich und werde Teil eines starken Teams im öffentlichen Nahverkehr.

Zum 01.08.2027 suchen wir dich als

→ **Berufskraftfahrer** (m/w/d)
→ **KFZ-Mechatroniker** (m/w/d)
→ **Kaufmann für Büromanagement** (m/w/d)

Das erwartet dich:
- Ausbildungsvergütung nach Tarif – bis zu **1.378,59 € im 3. Ausbildungsjahr**
- **bis zu 35 Tage Urlaub**
- betriebliche Altersvorsorge & vermögenswirksame Leistungen
- Urlaubs- und Weihnachtsgeld
- Hansefit & Bike-Leasing
- modernes Arbeitsumfeld und hochmoderner Fuhrpark
- **bezahlter Führerschein Klasse D für Berufskraftfahrer (m/w/d)**
- ein tolles Betriebsklima

DEIN NÄCHSTER HALT: KREISBAHN AURICH!
Bewirb dich jetzt unter
bewerbung@jan-klein.de

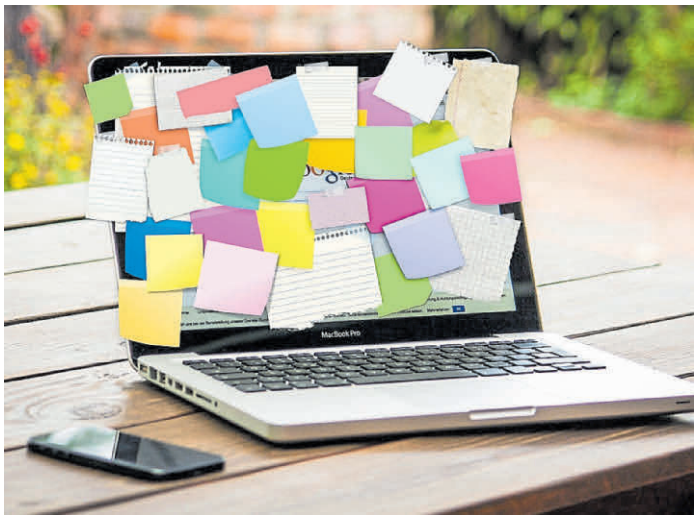
„Jan-Klein“

▶ FORTSETZUNG VON SEITE 6

phase, Unternehmenskultur, Arbeitszeiten oder die direkten Vorgesetzten.

Sei authentisch und aufgeschlossen

In erster Linie ist es wichtig zu sagen: Wir sind alle nur Menschen. Sich vor und während des Bewerbungsgespräches sind dennoch ein paar Dinge ins Gedächtnis zu rufen, könnte nicht schaden. Authentizität und Ehrlichkeit sind sehr wichtig. Bemerkt der Personaler, dass man sich verstellt oder bezüglich seines Lebenslaufes und Referenzen flunkert, kann das schnell das vorzeitige Aus bedeuten. Deine Wirkung ist besonders wichtig. Dazu zählt auch die Körpersprache, die nicht zu verschlossen und nicht zu lässig rüberkommen sollte. Achte darauf, dass du eine Balance zwischen Reden und Zuhören findest und grüße auf deinem Weg in das Unternehmen alle Mitarbeitenden. Stelle beim Reden Augenkontakt her und antworte in mehreren ganzen Sätzen, damit du nicht so einsilbig rüberkommst. Frage am Ende höflich nach, wann du mit einer Rückmeldung rechnen kannst. Zeige auch sonst Interesse am Unternehmen und deinen potenziellen zukünftigen Arbeitskollegen sowie deinem Tätigkeitsfeld.



Versuche Ruhe zu bewahren und dich nicht zu überfrachten, auch nicht bei digitalen Bewerbungsgesprächen. BILD: PIXABAY

Dinge, die es zu vermeiden gilt

Komme nicht zu spät zum Termin und spreche auf keinen Fall die Gehaltsvorstellungen von alleine und direkt zu Beginn des Gesprächs an. Vermeide es außerdem, schlecht über ehemalige Arbeitgeber zu sprechen und auch das Thema Urlaub hat im ersten Gespräch nichts zu suchen. Auch ein mangelndes Interesse an dem Job und den Tätigkeitsfeldern kommt nicht gut an.

Digitale Bewerbungsgespräche längst in der Praxis angekommen

Bei einem Bewerbungsgespräch, das per Videokonferenz abgehalten wird, gelten die gleichen Regeln und Grundsätze, wie für persönliche Treffen. Viele Bewerberinnen und Bewerber berichten, dass Sie bei dieser Form des Gesprächs nicht ganz so angespannt sind. Auch lange Anreisen zum neuen potenziellen Arbeitgeber fallen weg. Sorge für eine funktionierende Technik, ein ruhiges Gesprächs-Setting und wähle auch dein Outfit so, als wärest du persönlich vor Ort.

➛@ Mehr Bewerbungstipps unter http://**gezeitenwechsel.nwzonline.de**




NWZ
Jobs
Sparkasse
Aurich-Norden
Ostfriesische Sparkasse
ENERCON
Leinerstift
Finanzamt
Aurich-Wittmund
Raiffeisen-Volksbank eG
regional·digital·persönlich
MKW
Materialkreislauf- und Kompostwirtschaft
LANDKREIS AURICH
NLBV
janssen
AUTOMOBILE
BUSSTATIONEN
AURICH
10.09.2026
Den vollständigen Routenplan mit
allen Haltestellen und Abfahrtszeiten
findest du auf azubi-express.de

Bewerbungsvideos kreativ gestalten

BEWERBUNG Nicht immer muss es eine gedruckte Bewerbung sein

VON ANDREAS UNTERBERG



Szenenwechsel macht ein Video lockerer. BILD: PEXELS/RODRIGO SOUZA

IM NORDWESTEN – Ein Bewerbungsvideo ist eine optimale ergänzende Methode, um dich interessanter zu machen und deine Kreativität unter Beweis zu stellen. Eine Studie hat ergeben, dass gerade einmal sieben Prozent Bewerbungsvideos nutzen, über 90 Prozent der Personaler solche Initiativen aber interessant finden. Natürlich ersetzen Bewerbungsvideos keine vollständige schriftliche Bewerbung, denn Zeugnisse und Zertifikate sind für die fachliche Qualifikation ebenso so wichtig. Aber Papier ist oft „geduldig". Ob man wirklich für den Job brennt, lässt sich mit bewegten Bildern viel besser rüberbringen. Bewerbungsvideos können dabei helfen, sich von der Masse abzuheben und seine Motivation sowie Persönlichkeit besser zu zeigen. Der Aufwand der Erstellung eines Videos zeigt dein Engagement. Auch die wichtigen Soft Skills, wie dein Auftreten oder die Artikulation, lassen sich damit besser zeigen. Mit diesen Tipps und Tricks gelingt dir das perfekte Bewerbungsvideo, mit dem du garantiert in Erinnerung bleibst.

Wo lohnt sich ein Bewerbungsvideo?

- Bei Jobs im Marketing, mit viel Kundenkontakt oder mit einem Schwerpunkt auf Kommunikationsstärke.
- In der Kreativ- und Medienbranche.
- Für Berufseinsteiger, um seine besondere Motivation zu zeigen.
- Bei Initiativbewerbungen, denn diese finden so mehr Gehör.
- Falls der Lebenslauf oder Jobwechsel erklärungsbedürftig sind.

Tipps für ein gelungenes Bewerbungsvideo

Sei dir vorher bewusst: Du drehst keinen neuen Spielfilm und musst mit dem Video auch kein Millionenpublikum überzeugen. Dennoch gibt es ein paar stilistische und inhaltliche Punkte, die man beachten sollte.

Gute Recherche

YouTube-Tutorials können einem bei der Vorbereitung auf ein Bewerbungsvideo helfen. Hier können sich, je nach gewünschter Branche, auch Beispielvideos angeschaut werden. Dabei aber unbedingt sich selber treu bleiben, also eher inspirieren lassen als kopieren.

Kopf hoch, Brust raus

Haltung bewahren. Auch, wenn man in privaten Räumen vielleicht dazu tendiert, das Ganze zu locker zu nehmen. Gestik, Mimik und Körpersprache sollen deine Aussagen unterstützen. Das Video im Stehen zu drehen könnte dem Vorhaben zusätzlich mehr Souveränität verleihen. Wichtig ist auch, direkt in die Kamera zu schauen. Halte Blickkontakt mit deinem „Gegenüber". Und natürlich, bei all' der Anspannung, Lächeln nicht vergessen.

Drehe nach Plan

Lege dir vorher einen Plan zurecht. Welche Eckdaten willst du erzählen, was kannst du zusätzlich zu deinem tabellarischen Lebenslauf noch ergänzen. Wiederhole nicht einfach nur das, was ohnehin schon drinsteht, sondern fülle die Positionen mit Leben. Überlege dir auch ein paar schmeichelnde Statements, die dem Personaler gefallen könnten. Warum willst du unbedingt für das Unternehmen arbeiten? Was reizt dich an der Tätigkeit?

Auch der Hintergrund ist wichtig

Lieber ein neutraler Hintergrund, als zu überladen. Auch peinliche Urlaubsbilder oder Poster sollten dort nicht sein. Das könnte zu sehr von dir als Person ablenken. Das Video mit künstlichen Hintergründen (Greenscreen) zu drehen ist auch nicht ratsam, denn da könnte einiges an Authentizität verloren gehen.

Kleider machen Leute?

Bei einem Bewerbungsvideo auf jeden Fall schon. Schaue dir die Branche an, in die du dich bewirbst. Ein Banker im Hoodie ist eher unpassend. Ein Mediengestalter in einer hippen Kreativagentur im Anzug aber auch. Achte aber in jedem Fall darauf,

FORTSETZUNG AUF SEITE 10 ▶



▶ FORTSETZUNG VON SEITE 9

dass die Sachen falten- und fleckenfrei sind. Gegen eine fettige und glänzende Haut darfst du auch etwas Puder für das Gesicht benutzen.

Nichts ablesen

Freies Sprechen ist wohl das Wichtigste bei einem solchen Video. Wenn du dir einen Text vorbereitest, versuche eher kurze Sätze zu bilden. Dafür vorher unbedingt auch ein paar Probeaufnahmen machen. Kurz, prägnant und selbstbewusst. Verliere dich nicht in Details oder sei zu offen in bestimmten Dingen. Komm auf den Punkt und baue besonders in die erste Minute deine Hauptbotschaft ein.

Schnittiger Auftritt

Eine starre „One-Take“ Aufnahme ist nicht zu empfehlen. Vielmehr sollte man auch mal über einen Ortswechsel nachdenken und das Ganze mit mehreren Bildsprüngen, Ausschnitten und Szenenwechel spannender gestalten. Überladen das Video aber nicht mit unnötigen Blenden, Filtern oder Spezialeffekten.

Nutze moderne Technik

Das Auge ist nachsichtiger als das Ohr. Natürlich ist auch ein vernünftiges Bild wichtig, 1080p Auflösung sind völlig ausreichend. Neue Smartphones sind hier bestens geeignet. Allerdings sollte man noch einmal mehr auf einen vernünftigen Ton achten. Ein Ansteckmikrofon ist die Optimallösung. In jedem Fall solltest du aber wenig bis gar keine Umgebungsgeräusche mit aufnehmen, laut sprechen und nicht zu weit von der Kamera entfernt sein.

➛@ Mehr Bewerbungstipps unter **http://gezeitenwechsel.nwzonline.de**

Berufe – vielfältig und wichtig

ARBEITSWELT Von Handwerk bis IT: Die Berufswelt bietet zahlreiche Möglichkeiten

VON ANDREAS UNTERBERG

IM NORDWESTEN – Berufe spielen in unserem Leben eine wichtige Rolle. Fast jeder Mensch übt später einen Beruf aus. Dabei gibt es eine riesige Auswahl. Manche Menschen arbeiten im Büro, andere sind draußen unterwegs. Einige Berufe verlangen handwerkliches Geschick, andere vor allem Wissen und Kreativität.

Berufe für unseren Alltag

Ärztinnen und Ärzte kümmern sich um kranke Menschen. Pflegekräfte betreuen Patienten im Alltag. Lehrerinnen und Lehrer vermitteln Wissen und begleiten Kinder und Jugendliche beim Lernen. Auch Handwerksberufe sind unverzichtbar. Elektriker sorgen zum Beispiel dafür, dass elektrische Anlagen sicher funktionieren. Tischler stellen Möbel und andere Gegenstände her. Bäcker versorgen uns täglich mit Brot und Brötchen.

Arbeitswelt verändert sich

Viele Berufe haben sich in den letzten Jahren verändert. Computer und moderne Technik gehören heute in fast allen Bereichen zum Arbeitsalltag. Dadurch sind auch neue Berufe entstanden. Programmierer entwickeln Software und Apps. IT-Fachkräfte schützen Daten und Computersysteme. Auch soziale Medien haben neue Arbeitsplätze geschaffen.

Die richtige Berufswahl

Bei der Berufswahl spielen viele Dinge eine Rolle. Die eigenen Interessen sind besonders wichtig. Wer gerne mit Menschen arbeitet, kann einen sozialen Beruf wählen. Wer sich für Technik begeistert, findet vielleicht im Handwerk oder in der IT den passenden Arbeitsplatz. Auch die persönlichen Stärken sollte man beachten.

Praktika helfen bei der Entscheidung

Praktika können bei der Entscheidung helfen. Dabei lernen Jugendliche den Berufsalltag kennen. Sie können verschiedene Tätigkeiten ausprobieren und erste Erfahrungen sammeln. So lässt sich leichter herausfinden, welcher Beruf zu den eigenen Vorstellungen passt.



Berufe können sehr vielfältig sein. BILD: PEXELS/EDMOND DANTES

Berufe der Zukunft

Doch die Arbeitswelt verändert sich ständig. Manche Tätigkeiten werden durch Maschinen erleichtert. Andere Aufgaben übernehmen Computerprogramme. Trotzdem bleiben Menschen in vielen Berufen unverzichtbar. Kreativität, Verantwortung und Einfühlungsvermögen können Maschinen nur begrenzt ersetzen.

Mehr als Geld verdienen

Ein Beruf bedeutet außerdem mehr als Geld zu verdienen. Er kann Freude machen und Anerkennung bringen. Viele Menschen möchten mit ihrer Arbeit etwas bewirken. Deshalb lohnt es sich, verschiedene Berufe kennenzulernen. Denn wer seine Interessen und Fähigkeiten kennt, kann einen Beruf finden, der wirklich zu ihm passt.



So lief der Azubi Express 2025

RÜCKBLICK Rund 300 Schülerinnen und Schüler waren beim ersten Azubi Express, im Jahr 2025, in Oldenburg dabei und erhielten Einblicke in regionale Betriebe



BILDER: NWZ-ARCHIV









Wir haben den Job,
den du dir vorstellst.
Bewirb dich jetzt:
sparkasse.de/jobboerse

Weil's um mehr als Geld geht.

Gelungener Start in die Ausbildung

AUSBILDUNG Tipps für den ersten Tag im neuen Lebensabschnitt

VON ANDREAS UNTERBERG

IM NORDWESTEN – Erste Tage sind immer etwas ganz Besonderes, aber auch etwas Nervenaufreibendes. Der erste Tag an der Uni, der erste Tag im neuen Job, auf einer neuen Schule oder in seinem Ausbildungsbetrieb. Klar, dass man hier einen guten Eindruck hinterlassen möchte. Gerade aber dieses Bedürfnis birgt die Gefahr, sich in einige Fettnäpfchen zu setzen oder unvorbereitet in diesen Tag hineinzugehen. Mit diesen Tipps bist du in jedem Fall gut auf den ersten Tag im neuen Lebensabschnitt vorbereitet.

Passende Kleidung

Je nach Unternehmen und Branche kann es unterschiedliche Arbeitskleidung oder Dress-

FORTSETZUNG AUF SEITE 13 ▶



Achte auf passende Arbeitskleidung.

BILD: PEXELS/CHEVANON PHOTOGRAPHY





Suche den Kontakt zu deinen Kollegen und der Start wird dir leichter fallen. BILD: PEXELS/FOX

▶ FORTSETZUNG VON SEITE 12

codes geben. Halte dich unbedingt an solche Vorgaben und erscheine nicht in Sneakers und Jeans in einer Anwaltskanzlei oder Bank aber auch nicht im Anzug in einem Handwerksbetrieb. Auch ein allgemein gepflegtes Äußeres ist an deinem ersten Tag und darüber hinaus wichtig.

Optimale Vorbereitung

Um nicht gleich negativ aufzufallen, solltest du dir die Namen deiner Arbeitskollegen und Vorgesetzten einprägen. Besonders von denjenigen, die du bereits beim Einstellungsgespräch oder Probearbeiten kennengelernt hast.

Achte hierbei auch auf die Umgangsformen. Diejenigen, die dir bisher das „Du“ noch nicht angeboten haben, solltest du auch weiterhin Siezen, besonders deine Vorgesetzten.

Die Uhr stets im Blick

Pünktlichkeit ist besonders am ersten Tag, aber auch an allen anderen Tagen deiner Ausbildung das oberste Gebot. Es macht aber auch einen schlechten Eindruck, deutlich zu früh am Arbeitsplatz zu sein. Sei entspannt, locker und erscheine einfach pünktlich. Ein paar Minuten zu früh machen aber gar nichts.

Fit in den Tag

Damit du ausreichend fit und pünktlich am Betrieb erscheinst, solltest du darauf achten, in der Nacht vorher genug zu schlafen und auch das Frühstück solltest du an diesem Tag nicht auslassen. So hast du genug Kraft für den Tag, bist belastbar und kannst dich gut konzentrieren. Klar, es ist schwer eine ruhige Nacht vor so einem aufregenden Tag zu haben. Trinke vor dem Schlafengehen vielleicht einen heißen Tee, eine heiße Milch, achte darauf, dass das Schlafzimmer nicht zu warm ist (optimal sind 16 – 18° Celsius) oder versuche Entspannungsübungen vor dem Einschlafen zu machen. Das könnte im Allgemeinen dabei helfen, schneller und besser in den Schlaf zu finden.

Zeig Interesse

Achte darauf, dass du Interesse an deinen Kollegen zeigst. Kapsele dich nicht ab, suche das Gespräch und integriere dich möglichst schnell in die Gruppe. Mit der richtigen Portion Sozialkontakte im Unternehmen macht die Arbeit gleich viel mehr Spaß und das Lernen fällt deutlich leichter. Schaue auch darauf, wann deine Kollegen Pause oder Feierabend machen und orientiere dich daran. Mache dir gegebenenfalls auch Notizen, um wichtige Informationen und Arbeitsabläufe schriftlich festzuhalten. Im Allgemeinen lässt sich sagen: Bleib entspannt. Vertraue auf dich selbst, sei freundlich und selbstbewusst. Viele haben ihre ersten Tage schon erfolgreich hinbekommen und der zweite Tag ist meist schon deutlich entspannter.

➛@ Mehr Bewerbungstipps unter **http://gezeitenwechsel.nwzonline.de**



Das perfekte Bewerbungsfoto

BEWERBUNG Ein Bewerbungsfoto sagt mehr als tausend Worte. Hier erfährst Du, wie Du Dein Bild optimal gestaltest, um Personalentscheider zu beeindrucken

VON ANDREAS UNTERBERG

IM NORDWESTEN – Ein Bewerbungsfoto sagt mehr als tausend Worte. Noch bevor ein Anschreiben gelesen wird, entsteht ein erster Eindruck. Für Personalentscheider, die täglich Dutzende Unterlagen sichten, kann ein gelungenes Foto den entscheidenden Unterschied machen. Es vermittelt Persönlichkeit, Professionalität und ein Gespür für die Anforderungen der angestrebten Position.

Warum das Bewerbungsfoto so wichtig ist

In vielen Branchen gehört das Bewerbungsfoto weiterhin zur gängigen Praxis. Es

FORTSETZUNG AUF SEITE 15 ▶



Kleidung, Haltung und ein natürlicher Gesichtsausdruck prägen den ersten Eindruck bei Personalentscheidern.

BILD: PIXABAY



▶ FORTSETZUNG VON SEITE 14

bietet Arbeitgebern eine erste visuelle Orientierung und kann Sympathie schaffen. Gleichzeitig transportiert es unausgesprochene Botschaften: Wirkt die Person souverän? Passt der Auftritt zur Unternehmenskultur? Genau hier gilt es, Authentizität und Professionalität in Einklang zu bringen.

Die Basics: Worauf kommt es an?

Ein überzeugendes Bewerbungsfoto beginnt bei den Grundlagen. Das Bild sollte aktuell sein – idealerweise nicht älter als zwei Jahre. Veraltete Fotos wirken schnell nachlässig und können beim Vorstellungsgespräch für Irritation sorgen. Auch Format und Bildausschnitt spielen eine Rolle. Üblich ist ein Maß von 6 × 4,5 Zentimetern, gezeigt wird der Bereich vom Kopf bis etwa zur Brust. Entscheidend ist zudem die Qualität: Selfies oder private Schnappschüsse haben in einer Bewerbung nichts verloren. Ein professionelles Foto aus dem Studio sorgt für die nötige Schärfe, Ausleuchtung und Bildwirkung.

Dein Look: Kleidung, Haare, Make-up

Die Wahl des Outfits sollte sich an der Branche orientieren. In konservativen Bereichen wie Finanzen, Verwaltung oder Recht sind Anzug oder Blazer Standard. In kreativen Berufen darf der Look lockerer ausfallen, sollte aber stets gepflegt und durchdacht wirken. Auch Frisur und Styling beeinflussen den Gesamteindruck. Haare sollten ordentlich sitzen, ohne überstylt zu wirken. Längere Haare sollten nicht ins Gesicht fallen. Wer Make-up trägt, setzt besser auf Zurückhaltung: Dezente Akzente unterstreichen die natürliche Ausstrahlung und lenken nicht vom Gesicht ab.

Der richtige Hintergrund: Neutral, aber nicht langweilig

Der Hintergrund eines Bewerbungsfotos sollte Ruhe ausstrahlen und nicht vom Motiv ablenken. Bewährt haben sich neutrale Farben wie Grau oder ein dezentes Blau, die Tiefe erzeugen, ohne steril zu wirken. Rein weiße Hintergründe können schnell kühl erscheinen und lassen Konturen oft hart wirken. Unruhige Umgebungen sind dagegen problematisch. Bücherregale, Pflanzen oder private Wohnräume ziehen den Blick weg vom Gesicht und mindern die professionelle Wirkung.



Ein professionelles Bewerbungsfoto entsteht an einem Ort mit neutralem Hintergrund und gezielter Ausleuchtung. BILD: PEXELS/TYLER HENDY

Die Pose: Natürlichkeit ist das A und O

Eine entspannte, aber aufrechte Haltung wirkt selbstbewusst und zugänglich. Wichtig ist eine gleichmäßige Ausleuchtung des Gesichts ohne harte Schatten. Der Blick kann leicht in Richtung Kamera gehen, muss aber nicht streng frontal sein. Ein sanftes Lächeln vermittelt Offenheit und Freundlichkeit, ohne aufgesetzt zu wirken.

Häufige Fehler, die Du vermeiden solltest

Zu starke Bildbearbeitung ist einer der häufigsten Fehler. Glatte Hautfilter oder übertriebene Retuschen verfälschen das Erscheinungsbild und können beim persönlichen Kennenlernen negativ auffallen. Auch unpassende Kleidung – zu lässig oder zu auffällig – lenkt vom Wesentlichen ab. Ebenso entscheidend ist das Umfeld: Ein unprofessioneller Hintergrund kann selbst ein gutes Porträt entwerten. Weniger ist hier eindeutig mehr.

➛@ Mehr Bewerbungstipps unter **http://gezeitenwechsel.nwzonline.de**



Mache den *nächsten Schritt* in deiner Karriere – hier und jetzt!

jobs-ostfriesland.de

Emder Zeitung

NWZ Jobs