buss

Herbst
PRÄMIENTAGE

ab **7.999€** Warenwert
1.000€
PRÄMIE*
mit der **PLUS**karte

ab **4.999€** Warenwert	**500€** PRÄMIE
ab **3.499€** Warenwert	**350€** PRÄMIE
ab **1.999€** Warenwert	**200€** PRÄMIE
ab **999€** Warenwert	**100€** PRÄMIE
ab **499€** Warenwert	**50€** PRÄMIE
ab **99€** Warenwert	**10€** PRÄMIE



buss-wohnen.de

*Gilt für Pluskarten-Kunden und die, die es werden wollen. Ausgenommen SALE, Top- und Werbepreise. Nicht mit anderen Aktionen kombinierbar. **Gültig bis zum 05.10.2026**

SPARBEISPIELE +++ SPARBEISPIELE +++ SPARBEI

INKLUSIVE
Schlaffunktion



WOHNLANDSCHAFT
Stoff 1261 Amanti taupe,
Stellmaß ca. 153x305x200 cm,
Sitzhöhe ca. 48 cm, inkl.
Premium-Kopfstützen,
Recamiere mit Staukasten,
Schlaffunktion
ca. 250x116 cm.

Online-Code:
18900012

~~1999.-~~
1799.–

200€ Prämie

tw



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

INKLUSIVE
Topper

~~1999.-~~
1799.–

200€ Prämie

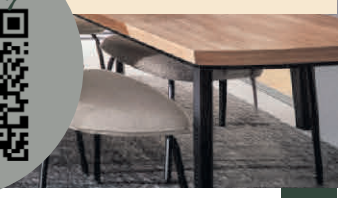
Online-Code:
4670002101



Jetzt **Beratungs-termin** buchen

Egal, ob Sie einen Termin
in unserem Oldenburger oder
Wiesmoorer Küchenstudio
vereinbaren möchten.

Sie erreichen uns auch
telefonisch unter:
04944 / 9600



KÜCHE aus dem Programm Senso, grifflose Front Lack Macchiato Premium matt mit Anti-Fingerprint-Beschichtung, Korpus Macchiato, Arbeitsplatte Eiche Bergamo Nachbildung, Nischenverkleidung/ Wandpaneel Macchiato Nachbildung, best. aus L-Küche mit Hängern und Hochschrankelementen. Mit hochwertigen Elektrogeräten und Einbauspüle. Maße ca. 185x369 cm. Ohne Deko.

ELITE Flachschirmhaube
1460D (EEK D) Spektrum von A+++ bis D
LAURUS Glaskeramik-Kochfeld LCA600
LAURUS Backofen
LEB10PBK (EEK A) Spektrum von A+++ bis D
LAURUS Kühlschrank
LKG122E (EEK E) Spektrum von A bis G

KÜCHE
7999.–
-1000€ Prämie
6999.–
Jetzt SPAREN

ANGEBOTE +++ UNSERE BOUTIQUE-ANGEBOTE +++ UNSERE B



GLAS JE
1.95

GLAS [54521373]
330 ml, klar, spül-
maschinenfest.

LEONARDO

GESCHIRRSERIE
Steinzeug, mikrowellen-
geeignet, spülmaschinenfest.
1| FRÜHSTÜCKS-SET [56710571]
12-tlg., best. aus: je 4x Henkelbecher,
ca. 400 ml, 4x Teller, Ø ca. 20,5 cm
und 4x Schalen, Ø ca. 14,5 cm.
2| TAFELSERVICE [56710572]
8-tlg., best. aus: Je 4x Speiseteller,
Ø ca. 27,5 cm und
4x Suppenteller,
Ø ca. 23 cm.



2 UVP 125.–
89.99

1| FRÜHSTÜCKS-SET
UVP 139.–
89.99

Ritzenhoff & Breker

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

buss-wohnen.de

buss

Nordwest
SONNTAGSBLATT
Emden

www.nordwest-sonntagsblatt.de | Druckauflage: 32.000
Sonnabend, 26. September 2026 | 38. KW | 48. Jahrgang



Lkw-Plane und Milchtüte gegen Zigaretten-Müll

UMWELT Karl-Heinz Willems aus Borssum holt Bremer Kippenfänger-Idee nach Emden und hofft auf Nachahmer

VON GABY WOLF

EMDEN – Einst brachte Karl-Heinz Willems die Emder durch sein eigenes Beispiel dazu, Sitzbänke für die Deich- und Hafenkante zu stiften. Jetzt startet der mittlerweile 83 Jahre alte „Herr der Bänke“ aus Borssum eine neue Kampagne. Diesmal geht es um Zigarettenkippen und darum, zu verhindern, dass die hässlichen und hochgiftigen Stummel nicht achtlos in der Natur landen.



Karl-Heinz Willems wäre nicht er selbst, wenn er den Kippenfänger der Bremer Initiative „Goodis“ nicht noch optimiert hätte. Hier mit einem unten angeschraubten Winkel zum Ausdrücken der Zigarette. BILD: GABY WOLF



Hier kommt die Kippe rein: Eine ausrangierte Milchtüte dient als Sammelbehälter, die Halterung ist aus Lkw-Plane. BILD: GABY WOLF

Ein Stummel, viele Giftstoffe

Das nämlich hat den mittlerweile 83-Jährigen schon während seiner Zeit als Bänke-Kümmerer gestört: „Ich habe schon auf den Knien gelegen, um all die Kippen drum herum aufzusammeln – das macht man nicht gerne.“ Nun aber ist er auf eine bequemere Sammellösung gestoßen. Und die möchte er auch anderen in der Stadt ans Herz legen. Gerade auch mit Blick auf die Umwelt, denn Zigarettenstummel enthalten Mikroplastik und einen wahren Giftcocktail an chemikalischen Stoffen. „Eine Kippe verunreinigt 1000 Liter, das ist erwiesen“, betont er. Doch dagegen könne jeder etwas tun.

„Das Prinzip ist ganz einfach“, erklärt Willems und zeigt auf einen Halter aus Lkw-Plane im Tetrapak-Format, befestigt mit „Spaghettis“ (so nennt er die Kabelbinder) an einem Vierkantpfahl vor seinem Haus. In der bunten Hülle mit der Aufschrift „Jede Kippe zählt“ steckt eine leere Milchtüte mit abgeschraubtem Deckel. „Damit nichts ankokelt, habe ich noch ein bisschen Wasser hineingegeben“, ergänzt er. So können Spaziergänger, die an seinem Haus in Deichnähe vorbeikommen, gesammelte oder frisch aufgerauchte Stummel gleich im Vorbeigehen loswerden. Ist der Milch- oder Saftkarton voll, kommt der Deckel wieder drauf und das Ganze in den Restmüll zur späteren Verbrennung.

Erfunden hat Willems das Prinzip nicht selbst. Die Idee stammt von der Bremer Initiative „Goodis“, die sich für eine nachhaltigere Zukunft einsetzt – und damit zunehmend auch in anderen Städten Schule macht. Etwa in Wittmund, wo eine Geschäftsfrau das Ganze in die örtliche Werbe- und Interessengemeinschaft weitertrug. Inzwischen hängen diverse Halter an Laternenpfählen in der Innenstadt.

Willems las davon in der Zeitung, nahm Kontakt mit der „Entdeckerin“ auf, bekam über sie den Draht zur „Goodis“-Initiative und bestellte gleich zwei Kippenfänger zur eigenen Verwendung. Aber Willems wäre nicht Willems, wenn er als gelernter Maschinenschlosser mit Tüfteltrieb nicht gleich Optimierungspotenzial gesehen hätte – zumindest bei der von ihm gewählten Vierkantholz-Methode. „Ich habe oben eine Metallplatte und unter den Halter einen Metallwinkel gesetzt, damit Raucher ihre Zigarette dort ausdrücken können.“

Initiative „Goodis“ ist beeindruckt

Diesen Tipp hat er auch an „Goodis“ zurückgemeldet. Und der könnte nun wiederum über „Goodis“ weiter Verbreitung finden. Gründerin Alexa Rasch aus Bremen zeigte sich auf Nachfrage jedenfalls sehr angetan. „Es ist toll, wenn Menschen weiterdenken.“ Willems Umtriebigkeit nach dem Motto „nicht immer nur meckern, sondern auch was machen“ – noch dazu in seinem Alter – hat sie so beeindruckt, dass sie demnächst zu Besuch kommen und auch mehr über sein Sitzbank-Projekt erfahren möchte.

Mit diesem hat Willems zwar aus Altersgründen abgeschlossen. Doch für die Kippenfänger reicht die Kraft noch. Ähnlich wie zuvor bei den Sitzbänken bietet sich der 83-Jährige daher wieder als Beschaffungs- und Aufbauhelfer an. Die Kosten für die Anschaffung liegen derzeit mit Porto bei rund zehn Euro. Er selbst hat bereits einen weiteren Schwung bestellt und sie dem Emder Ökowerk geschenkt. Wer sich der Sache anschließen will, kann sich unter Telefon 04921/32229 bei Willems melden. Weitere Informationen über die Kippenfänger: unter www.goodisbremen.de.

Neue Moschee in Emden öffnet Türen für alle

RELIGION Muslimischer Treffpunkt in der Neutorstraße offiziell eingeweiht – Gemeinde will Brücken bauen

VON STEFAN IDEL

EMDEN – Sie soll ein Ort des Glaubens, vor allem aber der Begegnung und der Bildung sein: die neue Moschee in der Neutorstraße in Emden. Im Beisein zahlreicher Ehrengäste aus Politik, Wirtschaft und Verwaltung der Seehafenstadt wurde das Gebetshaus am Mittwochabend feierlich eröffnet. „Unsere Türen stehen allen offen“, versprach Usama Almousa vom Vorstand der Islamischen Gemeinschaft in Emden (IGiE). Der muslimische Verein trage auch Verantwortung für die Gesellschaft. Neben der 2009 eröffneten Eyüp-Sultan-Moschee am Bahnhofsplatz hat Emden damit eine zweite Moschee.


Einweihung der neuen Moschee in der Neutorstraße: Farid Amroun (3.v.l.) überreicht Oberbürgermeister Tim Kruithoff (daneben) einen Koran. Kruithoff würdigte die Vielfalt in der Seehafenstadt. BILD: STEFAN IDEL


Trafen sich bei der Eröffnung der Moschee in Emden: Muaffak Alshamaly (l.) und der evangelische Pastor Wolfgang Ritter BILD: STEFAN IDEL

Finanziert aus Spenden und Mitgliedsbeiträgen

Für die IGiE-Vorstand finden damit monatelange Planungen und viel ehrenamtliches Engagement ein vorläufiges Ende. Die neuen Räume befinden sich in einer ehemaligen Spielothek im Stadtzentrum und sind von den Mitgliedern der Gemeinde in den vergangenen Monaten (wie berichtet) eigenständig saniert und zur Moschee umgebaut worden. Eine zweite Moschee sei in Emden nötig geworden, weil der Platz in der Moschee am Bahnhof nicht mehr ausreichte, erklärt Usama Almousa. Insbesondere zu den Gebetszeiten am Freitag oder an Ramadan sei es dort sehr eng geworden. Außerdem gebe es dort zu wenig Platz für die Frauen. Der Bedarf sei groß: Schon 64 Familien, insgesamt etwa 210 Personen mehrerer Nationalitäten, seien Mitglied der neuen Gemeinde, erklärt Almousa.

Umbau und Betrieb der neuen Moschee werde ausschließlich durch Mitgliedsbeiträge und Spenden finanziert, versichern Farid Amroun, Usama Almousa und Hazem Alhouri aus dem IGiE-Vorstand. Die neue Gemeinde gehöre, anders als die Moschee am Bahnhof, nicht zur Türkisch-Islamischen Union der Anstalt für Religion (Ditib), sondern sei komplett unabhängig. Die Türen stünden allen offen – unabhängig von Glauben und Herkunft.

„Das ist ein Ort des Friedens“, sagte Almousa vor den zahlreichen Gästen. Neben den täglichen Gebetsstunden finde in der Moschee künftig auch Unterricht statt. So solle es Sprachkurse für Arabisch und Deutsch, aber auch Integrationskurse geben. In der neuen Moschee treffen sich Jugendliche. Es soll aber auch Beratungsangebote und soziale Aktivitäten geben. Gern würde man mit der Stadt gemeinsam Projekte entwickeln, so Almousa. „Wir wollen Brücken bauen.“

Von einem „besonderen Tag“ sprach Oberbürgermeister Tim Kruithoff (parteilos); er würdigte das ehrenamtliche Engagement. Die islamische Gemeinde sei Teil der Stadtgesellschaft und zugleich ein Beleg für die Vielfalt in der Seehafenstadt. Es gebe kein „Die“ oder „Wir“ bei der Frage, wer zu Emden gehöre. Zugleich würdigte der OB das ausdrückliche Bekenntnis der IGiE zu den Werten des Grundgesetzes. Der Ort des Glaubens könne auch ein Ort des Lernens sein.

Jugendliche pflegen Freundschaften

Rama Alzhouri, die 2022 mit dem ersten Emder Integrationspreis für ihr außergewöhnliches Engagement ausgezeichnet wurde, und Hala Alsham (14) betonten in ihren Grußworten, dass die Moschee auch ein Zuhause für junge Menschen sein solle. Hier könnten sie Freundschaften pflegen und sich gegenseitig unterstützen. „Vielfalt ist etwas Schönes“, meinte Hala Asham. Imam Özakca Sadik trug die 19. Sure im Koran über Maria („Sure Maryam“) vor. Maria, die Mutter von Jesus, ist die einzige Frau, deren Name im Koran erwähnt wird.

Anschließend besichtigten die Gäste die neuen Räume, darunter den Unterrichtsraum. Für die Ehrengäste gab es einen Koran. Und es gab viele Begegnungen: So traf Wolfgang Ritter, Pastor der ev.-luth. Erlösergemeinde in Borssum, Muaffak al-Shamaly wieder. Der war nach seiner Flucht aus Syrien oft Gast in der Borssumer Gemeinde.

Emden – bedingt abwehrbereit

KATASTROPHENSCHUTZ Stadt referiert über aktuellen Sachstand – Emder werden zur Vorsorge aufgerufen

VON PETER SAATHOFF

EMDEN – Die Bestandsaufnahme ist besorgniserregend: Aktuell ist Emden nur unzureichend auf einen möglichen Angriff vorbereitet. Stand jetzt würde Emden „riesige Probleme kriegen“, sagte Stadtrat Horst Jahnke im städtischen Sicherheitsausschuss. Die Stadt zieht daraus eine klare Konsequenz: „Man muss sich selbst helfen können“, sagte Andree Heinks, der für die Stadt einen Vortrag zur „Resilienz der Stadt Emden im Verteidigungsfall“ hielt. Staatliche Vorbereitungen liefen, aber dauerten. Und auch nach Abschluss aller staatlichen Vorbereitungen sei individuelle Vorsorge weiterhin gefragt. Das gelte aber nicht nur für Emden, so die Stadt.



Konverterstationen wie die im Bau befindliche von Amprion sind kritische Infrastruktur: Auch sie lenken den Blick auf die Emder Verteidigungssituation. BILD: ARCHIV JENS VOITEL

Stadt ist weit – aber nicht weit genug

„Wir sind schon weiter als viele andere Kommunen“, sagte Jahnke. Heinks verwies auf Warnapps, Sirenen, gefüllte Lager im ganzen Stadtgebiet und interne Notfallpläne im Rathaus. Das Ziel: Jeder Mitarbeiter soll im Ernstfall seinen Leitfaden aus dem Schreibtisch ziehen und genau wissen, was zu tun ist. Und das gelte nicht nur für den Kriegsfall. Auch andere Katastrophenszenarien seien so abgedeckt, etwa großflächige Stromausfälle, Schneekatastrophen oder Überschwemmungen. Aber eben auch der Verteidigungsfall. Und der sei nicht hypothetisch, warnte Jahnke. „Wir haben – wenn Amprion fertig ist – drei Konverterstationen in Emden.“ Zusätzlich landen Milliarden Kubikmeter Erdgas am Rysumer Nacken an. Zuletzt gab es bundesweit mehrere mutmaßliche Anschläge auf kritische Infrastrukturgebäude. „Gut ist aber“, sagte Jahnke: „Wir haben uns auf den Weg gemacht.“

Stromversorgung ein besonders großes Problem

Sich auf den Ernstfall vorzubereiten, sollten aber auch die Emder machen, mahnten die Vertreter der Stadt. Sie raten unter anderem dazu, Lebensmittelvorräte anzulegen, Erste-Hilfe-Kenntnisse aufzufrischen und über eigene kleine Stromgeneratoren nachzudenken. Gerade die Stromversorgung könnte im Ernstfall zum Problem werden. Zwar verfüge die Stadt auch über einige Generatoren. Doch es werde nie genug geben, um alle Emder zu versorgen. „Wir werden dann priorisieren müssen“, sagte der zuständige Fachbereichsleiter Martin Wegbünder. Umso wichtiger sei es, eigenverantwortlich Maßnahmen zu ergreifen und Notfalltage überbrücken zu können. Auch Keller in Wohnhäusern seien wichtig: Sie könnten als Schutzräume fungieren. „Wir haben nun einmal keine U-Bahn, in die die Menschen flüchten können“, sagte Heinks.

CDU-Politiker schreibt Bunker nicht ab

Die Politik reagierte konsterniert auf die deutlichen Aussagen der Stadt. „Ich mag mir den Ernstfall gar nicht vorstellen: Das wird eine Katastrophe“, sagte Walter Davids (SPD). „Wir sind überhaupt nicht abwehrbereit“, resümierte Wolfram Heidrich. „Und Keller haben in Emden die wenigsten.“ Er empfahl den Emdern, im Beschussfall doch die ausgemusterten Bunker zu nutzen, die allerdings – wiederholte die Stadt – vom Bund nicht wieder instandgesetzt werden. „Die überstehen zwar keinen direkten Raketentreffer, aber gegen Sekundärbeschuss helfen sie wohl besser als ein normales Haus.“ Er schränkte allerdings ein: „Eine abgefeuerte russische Iskander-Rakete, die in Kaliningrad steht, ist schnell hier. Ich weiß nicht, wie viele Menschen in dieser Zeit einen Bunker erreichen.“

Busreisen

Fehmarn Weihnachtsmärkte Lübeck & Hamburg *inkl. Busfahrt
IFA Fehmarn
29.11. - 01.12.2026
Halbpension im DZ p. P. **259.-**
EZ **+49.-**
wie zuvor jedoch mit Kopenhagen
06.12. - 09.12.2026
HP EZ **+69.-** im DZ p. P. **399.-**

Shoppingtour nach Groningen *inkl. Busfahrt
03.10.2026
Feiertag in Deutschland, verkaufsoffen in Holland p. P. **35.-**

Shoppingtour nach Amsterdam *inkl. Busfahrt
03.10.2026
Feiertag in Deutschland, verkaufsoffen in Holland p. P. **49.-**

Cavalluna *inkl. Busfahrt
27.12.2026
Bremen ÖVB Arena PK III p. P. **89.-**
PK I p. P. **109.-**
Kind 5-12 J. PK I **99.-** • PK III **79.**

Die Eisshow: Holiday on ice
21.02.2027
Bremen ÖVB Arena PK III p. P. **79.-**
PK I p. P. **99.-**
Kind 4-13 J. PK I **69.-** • PK III **59.** *inkl. Busfahrt

Zauberhafte Weihnachtsmärkte *inkl. Busfahrt
28.11.2026 **Bremen** p. P. **35.-**
28.11.2026 **Groningen**
05.12.2026, 19.12.2026 p. P. **35.-**
05.12.2026 **Münster** p. P. **49.-**
12.12.2026 **Centro Oberhausen** p. P. **49.-**
12.12..2026 **Hamburg** p. P. **49.-**
12.12.2026 **Leeuwarden** p. P. **49.-**
19.12.2026 **Lüneburg** p. P. **49.-**

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.-**

Inkl. Transfer ab/bis Haustür in ganz Ostfriesland

3 Wochen Ägypten inkl. Transfer ab/bis Haustür
Flug ab/bis Hannover HolidaCheck 95%
****The Grand Resort
04.01. - 25.01.2027
All inkl. im DZ p. P. **1369.-**
*****Steigenberger Aqua Magic
07.01 - 29.01.2027
All inkl. im DZ p. P. **1469.-**

Fuerteventura Costa Calma
****Allsun Barlovento inkl. Transfer ab/bis Haustür
15.02. - 24.02.2027 HolidaCheck 88%
Flug ab/bis Hannover
AI im Appartment p. P. **1399.-**

Ägypten Hurghada inkl. Transfer ab/bis Haustür
*****Dana Beach Resort HolidaCheck 96%
18.02. - 27.02.2027
Flug ab/bis Hannover
AI im DZ Deluxe p. P. **1229.-**
EZ Deluxe **+470.-**

Türkei Side inkl. Transfer ab/bis Haustür
*****Can Garden Beach HolidaCheck 98%
Flug ab/bis Bremen
04.04. - 13.04.2027
AI im DZ p. P. **899.-**

Kreta Kato Gouves inkl. Transfer ab/bis Haustür
*****Aphrodite Beach Club HolidaCheck 94%
Flug ab/bis Münster
19.04. - 28.04.2027
AI im DZ Gartenblick p. P. **999.-**
EZ **+140.** **24.04. - 07.05.2027** p. P. **1349.-**

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

***inkl. Busfahrt ab Norden, Emden, Moordorf, Aurich, Großefehn, Wiesmoor, Hesel und Leer**

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.



*Rabatt und Gutschein erst ab einem Einkaufswert von 1.499€ in der Polster-/Boxspringbettenabteilung. Abbildungen Modellbeispiele. Nicht mit anderen Aktionen kombinierbar. Alle Preise sind Abholpreise ohne Kissen und Deko. Lieferung und Montage gegen geringen Mehrpreis! Zwischenverkauf, Druckfehler und Irrtümer vorbehalten. Gültig bis 02.10.2026

Ludwig Rudnick GmbH & Co. KG
Jadestraße 2-4 in Aurich | Tel. 04941 9569-0
wohnen@rudnick-aurich.de | /rudnick.aurich
/rudnick_mode_wohnen | /babyhaus_rudnicki
WWW.RUDNICK-AURICH.DE
Mode • Baby • Möbel • Küchen
RUDNICK
Für mich und mein schönes Zuhause!

Medaille für „Mr. Feuerschiff“



Für außergewöhnliche Verdienste um das Ehrenamt und das maritime Erbe Emdens ist am Montag Heinz-Günther Buß (l.) mit der Verdienstmedaille des Verdienstordens der Bundesrepublik Deutschland ausgezeichnet worden. Oberbürgermeister Tim Kruithoff nahm die Ehrung im Namen des Bundespräsidenten im Rummel vor. Der Ex-Vorsitzende des Museums-Feuerschiffs habe nicht nur die „Amrumbank“ durch schwierige Zeiten gesteuert, sondern mit seinem Engagement auch andere mitgerissen und das Schiff zum Ort des Miteinanders werden lassen. Kruithoff: „Er hat aus dem Ich ein Wir gemacht.“ Auch woanders habe Buß angepackt, so bei der „Sauberen Stadt“ und im Van-Ameren-Bad. BILD: WOLF

Zufrieden trotz roter Zahlen

GESUNDHEIT Anevita in Emden und Aurich erwartet 9,9 Millionen Euro Minus

VON PETER SAATHOFF

EMDEN/AURICH – Die Kliniken in Emden und Aurich bleiben weiter in den tiefroten Zahlen. Trotzdem ist die Trägergesellschaft Anevita guter Laune. Denn deren ursprüngliche Kalkulationen waren noch von einem deutlich höheren Minus ausgegangen. Stand jetzt prognostiziert die Trägergesellschaft für die Krankenhäuser in Emden und Aurich sowie für das RGZ in Norden und für das MVZ in Emden einen Verlust von rund 9,9 Millionen Euro. Damit wird das Minus seit Jahren erstmals wieder unter zehn Millionen Euro liegen. Ursprüngliche Planungen für dieses Jahr lagen noch bei einem Verlust von 15,9 Millionen Euro.

Verlust lag 2023 bei 28,8 Millionen Euro

Gegenüber dem besonders hohen Defizit der Kliniken im Jahr 2023 sieht die aktuelle Kalkulation besonders gut aus. 2023 verzeichnete die Trägergesellschaft noch einen Verlust in Höhe von 28,8 Millionen Euro. Gegenüber diesem Ergebnis hat sich das Defizit innerhalb von drei Jahren also um 18,9 Millionen Euro reduziert. Entsprechend geringer fällt der Zuschussbedarf für Landkreis und Stadt aus. Bisher teilen sich Landkreis und Stadt die Verluste im Verhältnis 70 zu 30. Ab dem nächsten Jahr verändert sich die Verteilung auf 55 zu 45. Die neue Verteilung resultiert aus der Fusion der Krankenhäuser in der ersten Jahreshälfte 2026.

Für die aktuell verbesserten Zahlen spielt die Fusion nur eine untergeordnete Rolle. Anders sieht es mit den Honorarärzten aus, die spielen eine gewichtige Rolle. Ihre Zahl befindet sich seit Jahren im Sinkflug, dadurch spart die Trägergesellschaft insgesamt 7,5 Millionen Euro. Parallel zur gesunkenen Zahl der Honorarärzte sei die Zahl des ärztlichen Personals zwischen 2022 und 2026 um fast 28 Prozent gestiegen. 314 im Jahr 2026 stehen 245 Vollzeitkräfte in 2022 gegenüber. Neben gesparten Steuergeldern hätte die Erhöhung der Ärztezahl auch medizinische Verbesserungen für die Patienten gebracht, etwa in der Notfallversorgung sowie einem deutlich breiteren und anspruchsvolleren Spektrum in den Fachbereichen, unter anderem der Viszeralchirurgie, Neurotraumatologie und Wirbelsäulenchirurgie, Thoraxchirurgie, Gefäßchirurgie, Gynäkologie sowie in allen Fachbereichen der Inneren Medizin, listet die Trägergesellschaft auf. Die Verantwortlichen der Klinik haben in den vergangenen Jahren mehrfach darauf hingewiesen, dass die Aussicht auf ein modernes Klinikgebäude das Anwerben neuer Ärzte erheblich vereinfache. Führende Ärzte hatten die Aussage gegenüber dieser Redaktion bestätigt. Weitere Punkte, die zur Verbesserung des Klinikergebnisses beigetragen haben, seien das „medizinische Leistungsspektrum sowie eindeutige spezifische Standortstrategien“.

Lob vom Aufsichtsrat

Lob gab es vom Aufsichtsratsvorsitzenden. „Unsere Kliniken haben geliefert“, teilte Aurichs Landrat Olaf Meinen (parteilos) mit. 2022 habe noch keiner damit gerechnet, dass „solche Zahlen und Versorgungserfolge bereits drei Jahre vor dem Umzug in den Neubau erreicht“ werden würde. Ob nach der Eröffnung der Zentralklinik „Ostfriesische Meere“ 2029 das langjährige Klinikdefizit eines Tages vollständig verschwunden sein wird, bleibt derweil Spekulation. Noch in der ersten Jahreshälfte 2026 hatten die ostfriesischen Kliniken gegenüber dieser Redaktion mitgeteilt, dass das sogenannte „GKV-Beitragsstabilisierungsgesetz“ des Bundes für die Krankenhäuser eine enorme Herausforderung darstelle.

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

park der gärten
Die Gartenschau in Bad Zwischenahn



3. Oktober
Herbstmarkt im Park
Elmendorfer Straße 40 · 26160 Bad Zwischenahn
Tel. 04403-81960 · www.park-der-gaerten.de

Achtung Hausbesitzer
JETZT HERBSTANGEBOT SICHERN!
Dach Neueindeckung mit hochwertigen Tonpfannen nach freier Wahl inkl. Abriss und 180 mm Wärmedämmung im Wohnbereich
100 m² ab 18.500 €
Baubeginn kurzfristig möglich!
Rolfs Bedachungs GmbH
☎ 0421 - 59 700 757

Wohnmobilgarage





Hallenplätze
auf 2.500 m²
im Stadtgebiet Emden
Tel: 0171 30 35 073

Gesundheitsforum
Mit dem Roboter durchs Schlüsselloch
• Moderne Technik für höchste Präzision in der Tumorbehandlung
Referent:
Prof. Dr. med. Lutz Mirow
Leitender Arzt
Allgemein- und Viszeralchirurgie
30. September 2026
Beginn 17:00 Uhr
Anmeldung erforderlich: 04941 94-1026
oder www.zk-om.de



Klinikum Emden
ForumKlinikum
Bolardusstraße 20 · 26721 Emden
ZENTRALKLINIK OSTFRIESISCHE MEERE
AURICH EMDEN NORDEN

www.mideva.net
Mideva
INNENTÜREN KLICK-VINYL
LAMINAT MONTAGE
Klick-Vinyl Fußboden
5,5 mm, Klicksystem
wasserfest, mit integrierter
Trittschalldämmung



ab 15.95 m²
Innentür CPL
Tür und Zarge
mit Rundkante



239.-
Innentür 20/04
Tür und Zarge
mit Rundkante



285.-
Ihr Vorteil
Über 20.000 m² am Lager
50 Dekore direkt zum Mitnehmen!
Ihr Vorteil
Ausbau und Einbau
an nur einem Tag
Friesenstraße 145 • 26632 Riepe • Tel.: 0 49 28 / 91 46 25

Warhammer-Duelle an besonderem Ort

FREIZEIT Tabletop-Verein zieht aus Keller der Bronshalle in ehemaligen Bunker – Freiwillige renovieren Raum

VON STEFAN IDEL

EMDEN – Roboter und insektenartige Monster von „Warhammer 40,000“, Superhelden wie Iron Man, Doctor Strange und Thor aus dem Marvel-Universum oder Schurken wie Darth Vader, Imperator Palpatine und General Grievous aus den Stars-Wars-Welten: Sie alle tummeln sich im Keller der Emder Bronshalle. Hier ist seit acht Jahren der Tabletop-Verein Ostfriesland zu Hause. Mindestens einmal pro Woche treten Spieler des Clubs hier gegeneinander an, bauen kleine Armeen auf und hoffen, neben der richtigen Taktik auch etwas Würfelglück auf ihrer Seite zu haben.

Damit ist es bald vorbei. Die ersten Kisten sind gepackt. Ein großer Umzug steht bevor – zum ersten Mal in der Vereinsgeschichte.



So soll der große Raum im Bunker nach den Vorstellungen des Vereins später einmal aussehen. BILD: PRIVAT



Fast wie ein „Mauerspecht“ in den 1990er-Jahren: Ein Freiwilliger des Vereins arbeitet an einer Wand im Bunker. BILD: STEFAN IDEL

Bisher Abstellraum für Fahrräder

„Wir sind froh, neue Räumlichkeiten gefunden zu haben“, sagt Kassenwart Marco Kleen. Die Wände der drei Räume in der Bronshalle sind mit Schränken zugestellt. Die Spielplatte muss regelmäßig abgeräumt werden, um einen neuen Wettkampf beginnen zu können. Die kleine Sitzecke bietet nur wenig Platz für Fachsimpeleien abseits des Spiels. Ganz abgesehen davon, dass die Kellerdecke recht niedrig und so manches Mitglied sich schon den Kopf gestoßen hat.

Nun hat der Verein neue Räume angemietet – und zwar im alten Bunker in der Emsmauerstraße. „Dabei half Kommissar Zufall“, verrät Vorsitzender Lutz Nordhaus (40). Vereinsmitglied Renke Dannemann hatte beim Amt für Liegenschaften angerufen und nachgehakt, ob die Stadtverwaltung vielleicht einen Raum parat hätte. Ja, lautete die Antwort. Die Stadt machte den Raum, in dem sonst aufgefundene Fahrräder bis zur Fundsachenversteigerung abgestellt wurden, frei. Und der Eigentümer sei froh, einen Nachmieter gefunden zu haben, berichtet Nordhaus.

Allerdings sei in dem gut 90 Quadratmeter großen Raum noch viel zu tun, bevor der Tabletop-Verein hier seine Tische aufstellen könne.

Hobby bringt Entschleunigung

„Der Putz an den Wänden hat Feuchtigkeit gezogen“, erkannte Nordhaus auf den ersten Blick. Elektrotechnik, Belüftung und Heizung entsprechen ebenfalls nicht mehr dem neuesten Stand. Nun packt ein Team aus Ehrenamtlichen kräftig an. Auf einer Wandfläche von 160 Quadratmetern wird der Putz entfernt, bevor die Trockenbauer loslegen können. Auch die Fensternische will man erneuern; ebenso den Estrich. Das Material besorgt sich der Verein beim Bauzentrum Emden – „zu guten Konditionen“, wie es heißt. Für die Reparatur der Decke wollen die Ehrenamtlichen noch den Rat eines erfahrenen Maurers einholen. Ein Vereinsmitglied ist Elektrotechniker; er will neue Stromleitungen verlegen und für optimale Lichtverhältnisse sorgen.

„Wir investieren hier wohl einige tausend Euro“, verrät Nordhaus, ohne schon Details nennen zu können. Das Geld bringen die Vereinsmitglieder nach seinen Angaben selbst auf. Und die Vorfreude auf den bevorstehenden Umzug ist groß. Nordhaus hat per KI schon einmal ein Bild der neuen Spielstätte erstellt. Hell und freundlich soll der große Raum wirken – mit Platz für bis zu acht Spieltische. Hinzu komme eine kleine Küche und ein weiterer Nebenraum fürs Materiallager.

Ein lockerer Verein aus Spielern

Rund 40 Mitglieder zählt der Tabletop-Verein Ostfriesland. Er wurde am 1. Oktober 2017 aus einer Spielergemeinschaft gegründet, die von Leer bis Norderney reicht. Auf straffe Organisation hat jedoch niemand Lust; stattdessen stimmen sich die Teilnehmer in verschiedenen Sparten untereinander ab, wann sie ihre Lieblingstitel mit- oder gegeneinander zocken wollen.

Der Umzug in den einstigen Bunker sei für Ende des Jahres geplant, zeigt sich Nordhaus optisch. In den neuen Räumlichkeiten hat der Verein Großes vor. „Die Brettspiele gewinnen immer stärker an Bedeutung“, weiß Kassenwart Kleen. Die Community wachse stark. Darum möchte der Tabletop-Verein in diesem Segment mehr Angebote machen. Regelmäßige Spieleabende, Tage der offenen Tür und Turniere mit überregionalem Charakter seien dann kein Problem mehr. Vom „Lost Place“ werde der einstige Bunker dann ein beliebter Treffpunkt für die Spieleszene in Ostfriesland.



Packt schon mal die Spielfiguren in die Kiste: Marco Kleen, Kassenwart im Tabletop-Verein, im Keller der Emder Bronshalle. BILD: STEFAN IDEL

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







Warum Mauritius die perfekte Offline-Insel ist

REISE Natur, Entschleunigung und Erholung rücken dort in den Fokus

PORT LOUIS/PR – Mauritius hat sich in den vergangenen Jahren zu einer Destination entwickelt, die weit über klassische Strand- und Badeferien hinausgeht. Die Insel im Indischen Ozean verbindet beeindruckende Naturlandschaften mit einer hochwertigen touristischen Infrastruktur und spricht damit zunehmend Reisende an, die bewusst Abstand vom digitalen Alltag suchen. Im Zuge der wachsenden Trends rund um Digital Detox und Slow Travel gewinnt Mauritius als Ort der Entschleunigung und Regeneration an Bedeutung.



Mauritius pur: kilometerlange Strände und üppige Vegetation sorgen für ein entspanntes Urlaubserlebnis. BILD: EVASITKOPHOTO

Natur als Raum für Erholung

Die vielfältige Landschaft Mauritius' schafft ideale Voraussetzungen für eine Auszeit vom hektischen Alltag. Kilometerlange Strände, geschützte Lagunen, üppige Vegetation und markante Berglandschaften prägen das Bild der Insel. In vielen Regionen bestimmen Ruhe und Naturverbundenheit das Reiseerlebnis. Abseits permanenter Erreichbarkeit und digitaler Reizüberflutung finden Besucher hier einen Rahmen, der bewusste Erholung und Entschleunigung fördert.

Entschleunigung als Teil des touristischen Angebots

Auch die Hotellerie reagiert auf den Wunsch vieler Gäste nach mehr Ruhe und Ausgleich. Zahlreiche Hotels und Resorts setzen auf Konzepte, die Erholung und Wohlbefinden in den Mittelpunkt stellen. Dazu zählen großzügige Spa- und Wellnessbereiche, Yoga- und Achtsamkeitsangebote, Adults-only-Zonen sowie naturnahe Rückzugsorte. Moderne Infrastruktur ist dabei selbstverständlich vorhanden, wird jedoch zunehmend als Unterstützung für einen bewussteren Aufenthalt verstanden.

Wellness und mentale Regeneration

Mauritius hat sich zugleich als attraktive Wellness-Destination etabliert. Das tropische Klima, die entspannte Atmosphäre und hochwertige Spa-Angebote schaffen optimale Bedingungen für körperliche und mentale Erholung. Anwendungen zur Förderung von Entspannung, Schlafqualität und innerer Balance sind vielerorts fester Bestandteil des Angebots und ergänzen das ganzheitliche Erholungskonzept der Insel.

Naturerlebnisse statt digitaler Ablenkung

Ein wesentlicher Bestandteil des Mauritius-Erlebnisses sind Aktivitäten, die den Fokus auf unmittelbare Eindrücke und persönliche Erfahrungen legen. Wanderungen durch die Nationalparks, Bootsausflüge entlang ruhiger Küstenabschnitte, Schnorcheln in den Lagunen oder Spaziergänge an abgelegenen Stränden ermöglichen intensive Naturerlebnisse und laden dazu ein, den Moment bewusst wahrzunehmen.

Neue Balance zwischen Alltag und Auszeit

Mauritius steht heute für weit mehr als Sonne, Strand und Meer. Die Kombination aus Natur, Ruhe, hochwertigen Erholungsangeboten und authentischen Erlebnissen macht die Insel zu einer attraktiven Destination für Reisende, die neue Wege der Entschleunigung suchen. Damit trifft Mauritius den Zeitgeist einer wachsenden Zielgruppe, die bewusste Auszeiten und eine ausgewogene Balance zwischen digitalem Alltag und persönlichem Wohlbefinden in den Mittelpunkt ihrer Reisen stellt.

Über Mauritius

Mauritius liegt im Indischen Ozean, etwa 800 Kilometer östlich von Madagaskar. Die Vulkaninsel ist berühmt für die Herzlichkeit seiner multikulturellen Bevölkerung, für weiße Sandstrände sowie für erstklassige Hotels. Dank des subtropischen und beständig warmen Klimas ist Mauritius ein ganzjähriges Urlaubsziel. Die Insel ist ideal für Wassersportler, Golfer, Wanderer, Kulturliebhaber, Wellness-Gäste, Hochzeitspaare und für Familien. Direktflüge von Deutschland dauern ungefähr elf Stunden. Während der europäischen Sommerzeit beträgt die Zeitverschiebung zwischen Deutschland und Mauritius lediglich zwei Stunden. Besondere Impfungen sind nicht notwendig. Hauptstadt der repräsentativen Demokratie ist Port Louis. In Mauritius und auf der dazugehörenden Insel Rodrigues wohnen 1,2 Millionen Menschen. Hindus, Muslime und Christen leben in dem Inselstaat friedlich miteinander. Englisch ist die offizielle Amtssprache. Im Alltag wird neben Englisch auch Französisch und Kreolisch gesprochen.

Mehr Infos unter www.mauritiusnow.com/de/

Vom Goldenen Dachl ins Hochgebirge

REISE In der Region Innsbruck trennen Altstadt und Alpen nur 30 Minuten

INNSBRUCK/PR – Am Vormittag durch den historischen Ortskern flanieren, wenig später auf mehr als 2.000 Metern über den Dächern der Stadt stehen: In der Region Innsbruck gelingt der Wechsel von urbanem Leben zu hochalpiner Bergwelt in unter einer halben Stunde. Bummeln und Cityvibes liegen weniger als 30 Minuten von Wandern und Bergfeeling entfernt.

In drei Etappen aus dem Zentrum auf den Berg fahren

Die Nordkettenbahnen bringen Besucherinnen und Besucher direkt aus dem Herzen der Stadt hinauf zum Hafelekar. Der Ausgangspunkt liegt zentral nahe dem Goldenen Dachl. Nach acht Minuten Bahnfahrt auf die Hungerburg führen wenige Schritte zur Weiterreise mit der Seilbahn auf die 1.905 Meter hoch gelegene Seegrube. Die abschließende Fahrt mit der Hafelekarbahn dauert ebenfalls nur wenige Minuten. Insgesamt benötigen Gäste also eine knappe halbe Stunde, um vom Stadtzentrum zum „Top of Innsbruck“ zu gelangen. Kaum eine andere europäische Stadt ermöglicht den Sprung aus dem Zentrum in hochalpines Gelände so schnell und komfortabel.



Um vom Stadtzentrum, hier der Marktplatz, zum „Top of Innsbruck“ zu gelangen, benötigt man nur eine knappe halbe Stunde.

BILD: INNSBRUCK TOURISMUS/ MAX SCHORCH

Der wohl spektakulärste Aussichtspunkt Innsbrucks

Die Bergstation Hafelekar – das Top of Innsbruck – bildet das Tor zum hochalpinen Naturpark Karwendel. Auf über 2.000 Metern reicht der Ausblick weit in alle Richtungen: das Inntal auf der einen und das Karwendel mit seinen majestätischen Gipfeln auf der anderen Seite. Es handelt sich dabei um den größten Naturpark Österreichs sowie die Heimat zahlreicher Wildtiere wie Steinadler, Steinböcke oder Murmeltiere. Gerade der unmittelbare Kontrast zwischen der Stadt und der ursprünglichen Bergwelt macht das Hafelekar zu einem der eindrucksvollsten Aussichtspunkte der Region.

Leichte Wanderung: Ein verschwundenes Meer in den Bergen

Direkt an der Bergstation beginnt ein geologischer Lehrpfad mit fünf Stationen. Der gut begehbare Geo Trail dauert rund eine halbe Stunde und erzählt eine überraschende Geschichte: Wo heute Gipfel aufragen, erstreckten sich einst Lagunen und Korallenriffe. Durch tektonische Bewegungen falteten sich über Millionen Jahre mächtige Kalkschichten auf. So entstanden die vier Hauptketten des Karwendels, darunter die Nordkette. Abermillionen Muschelschalen und andere kalkhaltige Ablagerungen formten den heute charakteristischen Wettersteinkalk und Dolomit. Der Pfad macht diese Entwicklung anschaulich sichtbar und verwandelt eine kurze Wanderung in eine Reise durch die Erdgeschichte.

Wanderung für Geübte: Hoch über Innsbruck auf dem Goetheweg

Für geübte Wanderinnen und Wanderer startet am Hafelekar eine spektakuläre Höhenwanderung: Der Goetheweg verläuft zunächst relativ eben unterhalb der Hafelekarspitze, Gleirschspitze und Mandlspitze. Nach dem Anstieg zur Mandlscharte führt der Weg in Serpentinen hinunter zur Pfeishütte. Die von Mitte Juni bis Mitte Oktober geöffnete Hütte bietet Einkehr- und Übernachtungsmöglichkeiten. Für Hin- und Rückweg sollten Wandernde insgesamt etwa fünf Stunden Gehzeit einplanen und gute Kondition, Trittsicherheit sowie eine der Höhenlage entsprechende Ausrüstung mitbringen.

Tiroler Küche mit Weitblick

Wer das Panorama lieber bei einer Einkehr genießt, findet direkt in der Bergstation das ganzjährig geöffnete Restaurant „Top of Innsbruck“. Die denkmalgeschützte Gaststube wurde Anfang 2023 behutsam renoviert und restauriert. Auf 2.256 Metern kommen Tiroler Schmankerln, verschiedene Strudel und andere herzhafte Gerichte auf den Tisch. Dazu gibt es einen Ausblick, der den besonderen Reiz Innsbrucks auf den Punkt bringt: unten die Stadt, darüber die Gipfel – und dazwischen weniger als eine halbe Stunde Fahrzeit.

Über die Region Innsbruck

Die Region Innsbruck ist eine einzigartige Symbiose von pulsierendem urbanem Raum und faszinierender alpiner Bergwelt. Sie erstreckt sich von der Tiroler Landeshauptstadt über 40 Orte in ihrer Umgebung und umfasst insgesamt sechs Erlebnisregionen: Innsbruck, Inntal-Telfs, Kühtai-Sellraintal, Mieminger Plateau, Region Patscherkofel und Westliches Mittelgebirge. Vielfältiges Stadtflair und Sightseeing sind hier stets nur einen Atemzug von sportlichen Abenteuern und dem nächsten Gipfelsieg entfernt. Den Schlüssel zu dieser Vielfalt stellt die kostenlose Gästekarte Welcome Card dar, die zahlreiche Erlebnisse und die freie Nutzung der öffentlichen Verkehrsmittel beinhaltet. Mehr Infos auf der Website: www.innsbruck.info

PR-ANZEIGE

Höffner Bremen eröffnet mit großem Festprogramm

Neues Möbelhaus am Weserpark bietet 33.000 Quadratmeter Verkaufsfläche, rund 200 Arbeitsplätze und einen neuen Fischbrötchen-Rekord

Nach fast 20 Jahren Planung ist es geschafft: Am 17. September hat Höffner sein neues Möbelhaus in Bremen-Osterholz eröffnet. In unmittelbarer Nähe zum Weserpark entstand innerhalb von nur rund einem Jahr Bauzeit das mittlerweile 29. Höffner-Einrichtungshaus. Rund 70 Millionen Euro wurden in den neuen Standort an der Hans-Bredow-Straße investiert.

Auf vier Ebenen und rund 33.000 Quadratmetern Verkaufsfläche erwartet die Kundinnen und Kunden ein umfangreiches Sortiment rund ums Wohnen, Einrichten und Leben. Zum neuen Haus gehören unter anderem eine Express-Abteilung mit sofort verfügbaren Produkten, eine ganzjährig geöffnete Gartenmöbelausstellung sowie mehr als 160 ausgestellte Küchen. Auch der Fachmarkt mit Haushaltswaren, Geschenkartikeln, Bettwaren, Gardinen, Leuchten und Elektroartikeln präsentiert sich in einem neuen Ausstellungskonzept.



ROTES TOR ALS NEUES WAHRZEICHEN

Schon von Weitem ist das markante rote Tor des Möbelhauses zu sehen. Das 60 Meter breite und 24 Meter hohe Portal prägt die Architektur des neuen Standorts. Für die Montage waren zwei Kräne mit jeweils 500 Tonnen Tragkraft notwendig. Insgesamt stehen den Besucherinnen und Besuchern 650 kostenlose Parkplätze zur Verfügung.

Geleitet wird das neue Haus von Dennis Brandt. Der 42-Jährige ist in Nienburg an der Weser aufgewachsen und mit der Region eng verbunden. Unterstützt wird er von knapp 200 Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern aus Verkauf, Restaurant, Kinderland, Logistik und weiteren Servicebereichen. Viele der neuen Mitarbeitenden stammen aus der Region und wurden über die Höffner-Akademie auf ihre Aufgaben vorbereitet.

KÜCHE, MASSANFERTIGUNG UND KINDERLAND

Neben dem klassischen Möbelangebot setzt Höffner auch auf Beratung und Service. Das Haus verfügt über ein Kompetenzcenter rund um Spülen, Elektrogeräte und Küchenfronten. Eine Besonderheit ist zudem die hauseigene Produktion: Möbel können millimetergenau nach Maß gefertigt und auch für schwierige Raumsituationen geplant werden. Für eine entspannte Pause während des Einkaufs sorgt das Restaurant „Kochmütze“ mit Live Cooking Station, regionalen Spezialitäten und Frühstücksbuffet. Familien können während längerer Beratungen das Kinderland nutzen, in dem geschultes Personal die kleinen Besucher betreut. Dabei sorgen unter anderem Motive der Bremer Stadtmusikanten für einen regionalen Bezug.



Bilder: Höffner

BREMEN KNACKT DEN FISCHBRÖTCHEN-REKORD

Ein besonderer Höhepunkt des Eröffnungswochenendes war ein Weltrekordversuch: Gemeinsam mit den Bremer Unternehmen Starke Bäcker und Fiedlers Fischmarkt stellte Höffner das längste Matjes-Fischbrötchen der Welt her. Mit einer Länge von 51,87 Metern wurde der bisherige offizielle Rekord von 42,37 Metern deutlich übertroffen.

Das rekordverdächtige Fischbrötchen wurde vor Ort aufgeschnitten und belegt. Anschließend konnten die Besucherinnen und Besucher das Matjesbrötchen gemeinsam genießen. Für alle Beteiligten gab es zudem eine Teilnahme-Urkunde – und damit eine ganz besondere Erinnerung an die Eröffnung des neuen Bremer Höffner-Hauses.

GROSSE ERÖFFNUNG MIT VIELEN AKTIONEN

Zur Eröffnung vom 17. bis 19. September wurde das neue Möbelhaus mit einem umfangreichen Programm gefeiert. Zu den Attraktionen gehörten unter anderem ein Ballon, der Besucher per Kran bis auf 50 Meter Höhe brachte, eine traditionelle Cashbox, ein sechs Meter hohes Riesenglücksrad, Entenangeln, Dosenwerfen, DJ, Sektbar, Showkochen und ein großes Kinderprogramm. Auch kulinarisch wurde einiges geboten: Fischbrötchen und Rostbratwurst waren während der Eröffnungstage jeweils für einen Euro erhältlich. Auch von den Eröffnungsangeboten konnten Kundinnen und Kunden profitieren. Inhaber der Höffner-Kundenkarte erhielten 40 Prozent Rabatt auf viele Artikel, ausgenommen waren Werbe- und Elektroartikel. Aktionspreis-Küchen wurden zum halben Preis angeboten, zusätzlich gab es beim Kauf einer Einbauküche ein Elektrogerät im Wert von 599 Euro gratis dazu.

Mit dem neuen Standort am Weserpark erweitert Höffner sein bundesweites Netz auf 29 Einrichtungshäuser. Das Unternehmen verbindet stationären Möbelhandel mit umfassender Einrichtungsberatung und einem Sortiment von rund 100.000 Produkten.

Auch die Brennstoffqualität ist entscheidend

KAMINOFEN Richtige Geräteleistung verhindert Ruß und Überhitzung – Luftzufuhr anpassen

IM NORDWESTEN/CMF – Beim Heizen mit Holz entscheiden mehrere Faktoren darüber, wie die Verbrennung abläuft und wie die erzeugte Wärme an den Wohnraum abgegeben wird. Eine wichtige Rolle spielen die Konstruktion der Feuerstätte, die Verbrennungsluft, die Temperaturen im Feuerraum und die Führung der Abgase. Moderne Geräte sind darauf ausgelegt, diese Faktoren aufeinander abzustimmen. Darauf weist der HKI Industrieverband Haus-, Heiz- und Küchentechnik hin.



Mit der nahenden Heizsaison wird's gemütlich: Ein prasselndes Kaminfeuer ist für viele Menschen der Inbegriff von Romantik und Behaglichkeit. BILD: HILKE SEGBERS

Verbrennungsluft richtig steuern

Für eine möglichst vollständige Verbrennung muss die Luftzufuhr zur jeweiligen Verbrennungsphase passen. Beim Anzünden benötigt das Feuer zunächst viel Sauerstoff, damit die erforderlichen Temperaturen im Brennraum schnell erreicht werden. Im weiteren Verlauf wird die Luftzufuhr entsprechend dem Verbrennungsprozess angepasst.

Viele moderne Feuerstätten verfügen über eine elektronische Abbrandsteuerung. Sie übernimmt diese Anpassung automatisch und reguliert die Verbrennungsluft während des Betriebs. Der Nutzer muss dadurch weniger eingreifen.

Auch der Brennstoff muss passen

Neben der Luftzufuhr spielt die Qualität der Brennstoffe eine wichtige Rolle. Verwendet werden dürfen nur die für das jeweilige Gerät zugelassenen Brennstoffe. Scheitholz muss unbehandelt und sollte eine Restfeuchte von unter 20 Prozent haben. Ein zu hoher Wassergehalt erschwert die Verbrennung, vermindert die Wärmeausbeute und kann zu erhöhten Emissionen sowie Ablagerungen an der Sichtscheibe führen.

Eine Alternative zu Scheitholz sind Holzbriketts. Sie werden aus trockenen Holzresten wie Sägespänen oder Hobelspänen unter hohem Druck gepresst. Dadurch lassen sie sich gut lagern und dosieren. Entscheidend ist auch hier, dass sie für die jeweilige Feuerstätte zugelassen sind und die in der Bedienungsanleitung vorgegebene Brennstoffmenge eingehalten wird.

Auch Größe und Menge der aufgelegten Scheite beziehungsweise Holzbriketts müssen zum Gerät passen. Zu viel Brennstoff kann ebenso wie eine falsche Luftzufuhr den Verbrennungsprozess beeinträchtigen.

Die Heizleistung muss zum Raum passen

Ebenso entscheidend ist die richtige Dimensionierung. Ein Kaminofen muss zur Raumgröße, zum Dämmstandard des Gebäudes und zum tatsächlichen Wärmebedarf passen.

Ist die Heizleistung zu hoch, wird der Aufstellraum schnell überheizt. Wird daraufhin die Luftzufuhr stark gedrosselt, kann sich die Verbrennung verschlechtern. Rußablagerungen auf der Sichtscheibe können ein Hinweis darauf sein.

Fachgerechte Planung von Anfang an

Bei der Auswahl einer neuen Feuerstätte müssen deshalb neben dem Design insbesondere Nennwärmeleistung, Wirkungsgrad, Verbrennungstechnik, Aufstellraum und Brennstoff berücksichtigt werden. Fachbetriebe und Schornsteinfeger unterstützen die Kunden fachkundig bei der Auswahl und prüfen die technischen Voraussetzungen.

Auch das Studieren der Bedienungsanleitung ist wichtig, da Feuerstätten je nach Bauart unterschiedliche Anforderungen an Brennstoffmenge und Luftzufuhr stellen.



Nordwest KLEINANZEIGEN

Haus und Garten



Gartenfiguren Weißbeton in großer Auswahl, Antikpark Gräfe, Hesel ☎ 04950/937890 @A522313

Haushaltsauflösungen

Sa. 26.9.26 Haushaltsauflösung in der Torumer Str. 2, Transvaal ab 10-17 Uhr, So. von 11-16 Uhr u.a. viel Fahrrad-Zubehör. ☎04921/42188

Alles für den Garten

suche Aufsitzmäher Rasentraktor auch alt oder defekt ☎ 04952/8906927 @A521739

Nachhilfe

Nachhilfe bis KL.6 Lehrerin gibt NH in D/M/E etc. bis Kl.6 bei Ihnen zu Hause in NOR/AUR/ Großheide, 15 € / 45 Min. ☎ 01607913045 @A522319

Flohmärkte

Großer Flohmarkt, Emder Turnverein, So. 27.09.26 von 10-15 Uhr, Graf-Ulrich-Str. 2 auf 650 m² in der Halle!

Flohmarkt Wallinghausen
So.27.09. von 10-15 Uhr
Ostgaster Weg @A522369

Wohnmobile und -wagen

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

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

Verkauf Häuser

Älteres EFH in Pewsum, bei der Grundschule. ☎ 0170/2811392

Suche Immobilien zum Kauf

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

Haus in Wiesmoor Wir suchen ein Haus in Wiesmoor ab Bj. 2000, min. 120 m² Wfl. bis 430.000 € Tel: 0174-3256191 @A522300

Stellenangebote Privat

Suche eine liebe Haushaltsfee in Großheide. ☎ 0171/8070771

Suche Hilfe für Gartenarbeit, Raum Norden ☎0160/92226031

Seriöser Handwerker in Emden zur Renovierung vom Keller spachteln u. streichen gesucht. Freie Zeiteinteilung. ☎ 0162-1516326

Stellengesuche

Sie sucht Minijob in der Pflege, von Mo.-Fr. (bei Bedarf auch samstags) stundenweise, ☎ 0172/5172622

Er sucht...

Älterer Neu-Ostfriese sucht Freund oder Freundin für Dies und Das, Raum Norden. ☎ 0160/92226031

Bars und Kontakte

Blonde ERIKA ★★ Hammerkeweg 42 AURICH • 0151-24738273

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

JENNY dt. • bld. • Gr. OW • Aurich 0177-7195111

Massagen NORDEN ☎ 04931 97 555 86

Tiere und Zubehör

Australian Shepherd Welpen, Mitte Oktober, 9 Wochen, abzugeben. ☎ 0177/3620991

Dies und Das

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

Dies und Das

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

Adventsbasar mit Kaninchenausstellung am 31.10./01.11.26, Reithalle Moordorf. Suchen Anbieter für Advents- und Hobbybasar. Auch Flohmarktstände willkommen, keine Standgebühr. Dieses Jahr wieder großes Angebot an Grabgestecken, KZV I 45 Moordorf. Anmeldung: H. Wienekamp ☎04942-6567955

Der VDK OV Holtrop lädt zu einem Teenachmittag ein im Gemeindehaus der Kirchengemeinde Holtrop, Kapellenweg 8, am Do. 01.10.26, um 14:30 Uhr. Anmeldung bitte bis zum 29.09.26, bei Eckhard Speckmann unter ☎ 04941/18310 oder Etta Reuter 04943/9244517 Über eine rege Beteiligung würden wir uns sehr freuen.

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

Hat irgendjemand Kontakt mit Ärzten oder Personen in Deutschland oder im Ausland, die sich auskennen mit der Krankheit und den Behandlungsmöglichkeiten von "Alice im Wunderland"? ✉ Nr. 43571 - Minimarkt Nord-West, Pf. 1453, 26694 Emden

Kaufe Bücher aller Art, Schallplatten, Zinn, Porzellan, Näh- und Schreibmaschinen, Modeschmuck.☎ 0178/6779766

Nähmaschine und Radio zu verkaufen Emden☎ 04921-918555

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

Dienstleistungen

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

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

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

Allroundhandwerker übernimmt jegliche Renovierungsarbeiten. ☎ 0173/5241705

Maler frei. ☎ 0151/45171717

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

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



Bewegen Sie etwas!
Bitte unterstützen Sie das Kinderhospiz Bethel für unheilbar kranke Kinder und ihre Familien.
Online spenden unter www.kinderhospiz-bethel.de
Bethel

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

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

Dachdecker aus der Region hat Kapazitäten frei, kostenl. Beratung vor Ort, 30% Neukundenrabatt. ☎ 01521/6196439

Ihre Spende hilft
unheilbar kranken Kindern!
www.kinderhospiz-bethel.de

Vererben Sie etwas Außergewöhnliches. Zum Beispiel eine Zukunft.
Schaffen Sie mit Ihrem Nachlass neue Perspektiven.
brot-fuer-die-welt.de/erbschaften
Mitglied der actalliance
Brot für die Welt
Würde für den Menschen.

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.

Nordwest SHOP

Neu! Der Ottifant - Ottos Kultfigur als limitierte Skulptur!



Otto Waalkes: Skulptur „Ottifant" - Version in Kunstguss Metallic-Blau
980,00 €



Otto Waalkes: Skulptur „Ottifant" - Version in Kunstguss Metallic-Silber
980,00 €



Otto Waalkes: Skulptur „Ottifant" - Version in Kunstguss Metallic-Pink
980,00 €

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

Fettleber: Unterschätztes Risiko

ERNÄHRUNG Rund jeder Vierte ist betroffen – und viele merken es lange Zeit nicht

IM NORDWESTEN/DJD – Sie arbeitet rund um die Uhr, ohne dass wir ihr viel Beachtung schenken. Erst wenn die Gesundheit ins Wanken gerät, wird vielen bewusst, welche Schlüsselrolle die Leber für den gesamten Stoffwechsel spielt. Die metabolische Fettleber zählt zu den häufigsten chronischen Erkrankungen. In Deutschland ist etwa jeder vierte Erwachsene betroffen. Meist entwickelt sie sich infolge von Bewegungsmangel und einer dauerhaft zu hohen Energiezufuhr und steht im Zusammenhang mit Stoffwechselrisiken wie Übergewicht, Typ-2-Diabetes, erhöhten Blutfettwerten oder Bluthochdruck. Stark verarbeitete Lebensmittel und zuckerreiche Getränke können diese Entwicklung begünstigen.



Bewegungsmangel und ungünstige Ernährung wirken sich oft auch auf die Leber aus.

BILD: DJD/OPELLA/LIGHTFIELDSTUDIOS/123 RF

Verursacht zunächst keine Schmerzen

Es können aber nicht nur stark übergewichtige, sondern auch schlanke Menschen eine Fettleber entwickeln. Viele Betroffene merken lange nichts. „Die Wahrnehmung der Erkrankung ist in der Gesellschaft noch relativ gering. Das liegt auch daran, dass sie in frühen Stadien keine Schmerzen oder schweren Symptome verursacht und daher als harmlos verkannt wird“, erklärt Prof. Dr. Münevver Demir, Fachärztin für Innere Medizin und Gastroenterologie an der Charité Berlin. Ihr Appell: „Je früher eine Erkrankung erkannt wird, desto geringer das Risiko, dass sie fortschreitet.“ Denn unbehandelt kann eine Fettleber Entzündungen fördern, langfristig zu schweren Leberschäden führen und das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen erhöhen.

Die Erkrankung ist oft noch umkehrbar

Bei rechtzeitigem Handeln jedoch ist die Fettleber oft sogar reversibel. Viele Betroffene wünschen sich hier gezielte Unterstützung für ihre Leber. Ein wissenschaftlich untersuchter Ansatz sind essentielle Phospholipide – Bausteine von Zellmembranen, die dazu beitragen können, geschädigte Leberzellen zu stabilisieren und ihre Erholung zu fördern. Das pflanzliche Arzneimittel Essentiale beispielsweise enthält essentielle Phospholipide aus Sojabohnen. In einer Studie bei Menschen mit metabolischer Fettleber wurden positive Effekte beobachtet. Außerdem kann das Präparat leberbedingte Beschwerden wie Druckgefühl im rechten Oberbauch verbessern.

Die wichtigste Grundlage bleibt aber ein leberfreundlicher Alltag. Mehr Bewegung, eine Gewichtsreduktion bei Übergewicht und eine Ernährung mit wenig verarbeiteten Lebensmitteln und vielen Ballaststoffen können das Organ entlasten. Empfehlenswert sind Vollkornprodukte, viel Gemüse und Obst sowie zuckerfreie Getränke oder Kaffee.

Wer anhaltend unter Erschöpfung, Verdauungsbeschwerden oder Druck im rechten Oberbauch leidet – insbesondere bei bekannten Stoffwechselrisiken –, sollte die Beschwerden ärztlich abklären lassen.



Tellerlinsen perfekt zubereiten

KÜCHENTIPP Für Suppe, Bolognese und Bratlinge

IM NORDWESTEN/BZFE – Wenn die Tage kühler werden, wärmt eine Linsensuppe von innen. Tellerlinsen eignen sich besonders für Suppen, deftige Eintöpfe, Linsenbolognese, vegetarische Brotaufstriche, Aufläufe oder Bratlinge.

Die relativ großen Linsen haben ein erdiges bis leicht nussiges Aroma und werden beim Kochen weich und sämig. In der schwäbischen Küche sind sie ein Klassiker, der traditionell mit Spätzle serviert wird. Auch als Beilage zu Fleisch, Fisch oder Gemüse bereichern sie jeden Teller: ob als Püree, im Salat oder in einer Bowl.

Vor der Verarbeitung getrocknete Tellerlinsen gründlich waschen. Anschließend können sie für acht bis zwölf Stunden in der dreifachen Menge Wasser eingeweicht werden. Das verkürzt nicht nur die Kochzeit, sondern kann auch die Bekömmlichkeit verbessern. Wer zu Blähungen nach dem Verzehr von Hülsenfrüchten neigt, kann das Einweichwasser wegschütten und die Linsen anschließend in frischem Wasser garen. So werden wasserlösliche Inhaltsstoffe entfernt, die Verdauungsbeschwerden auslösen können. Eine Gewöhnung an Hülsenfrüchte mit zunächst kleinen Portionen kann auch helfen, die Beschwerden langfristig zu mindern.

Eingeweichte Tellerlinsen sind nach etwa 20 bis 30 Minuten gar. Ohne Einweichen verlängert sich die Kochzeit, wobei die Angaben auf der Verpackung zu beachten sind. Salz oder Gemüsebrühe können bereits zu Beginn der Garzeit ins Kochwasser gegeben werden. Säure dagegen verzögert das Weichwerden. Mit Essig und Zitronensaft daher erst vor dem Servieren abschmecken.



Linsensuppe ist ein Klassiker, den es in vielerlei Variationen gibt.

BILD: PIXABAY



Linsen gehören zu den Hülsenfrüchten. Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung empfiehlt, mindestens einmal pro Woche Hülsenfrüchte zu essen.

BILD: PIXABAY

Linsen sind Hülsenfrüchte und gehören zur Pflanzenfamilie der Schmetterlingsblütler. Es gibt zahlreiche verschiedene Linsensorten, die sich unter anderem in Größe, Farbe, Geschmack und Kocheigenschaften unterscheiden. Tellerlinsen stammen von der Kulturform Lens culinaris und zählen zu den größeren Linsen. Ihre Farbe reicht von grün und gelbgrün bis zu braun. Bei längerer Lagerung können sie nachdunkeln, ohne dass es den Geschmack beeinträchtigt. Linsen werden vor allem in Indien angebaut. Sie wachsen aber auch in bestimmten Regionen Deutschlands wie der Schwäbischen Alb und in Franken.

Wie alle Hülsenfrüchte liefern auch Linsen pflanzliches Eiweiß, Ballaststoffe, B-Vitamine und Mineralstoffe wie Calcium und Eisen. Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung empfiehlt, mindestens einmal pro Woche Hülsenfrüchte zu essen.

Getrocknete Linsen sind jahrelang haltbar und meist preiswert. Kühl, trocken und lichtgeschützt gelagert eignen sie sich gut für den Vorrat – am besten in der Originalverpackung oder einem dicht schließenden Gefäß. Wer wenig Zeit hat, greift zu vorgegarten Tellerlinsen aus der Dose, dem Glas oder im Beutel. Sie können direkt gegessen oder weiterverarbeitet werden.



SIEBELS TRAUCO GRUPPE
Bauen · Wohnen · Garten

HELD TRAUCO GRUPPE
Bauen · Wohnen · Garten

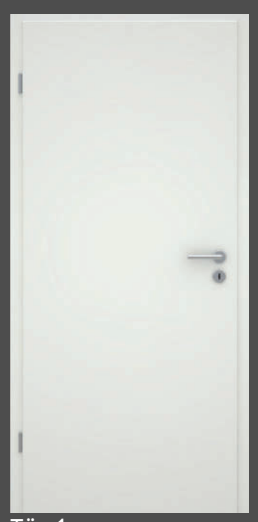
JOHANN SIEBELS TRAUCO GRUPPE
Bauen · Wohnen · Garten

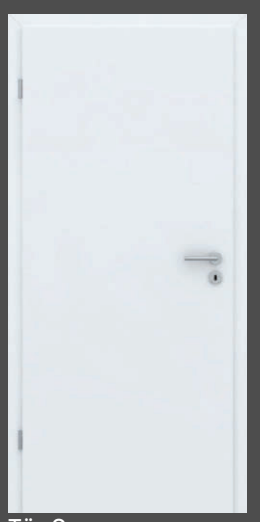
LONECKE TRAUCO GRUPPE
Bauen · Wohnen · Garten

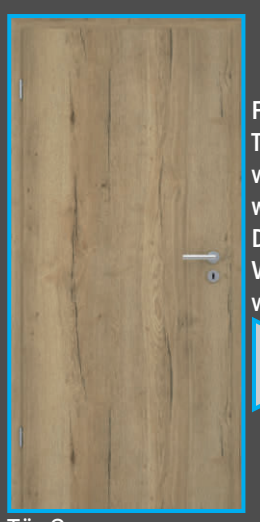
BAUSTOFF-UNION TRAUCO GRUPPE
Bauen · Wohnen · Garten

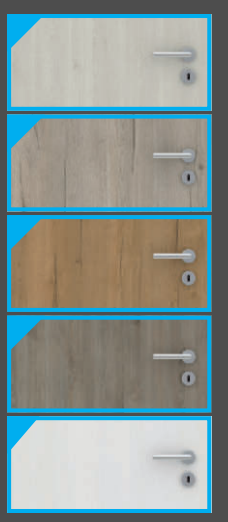
5 STARKE PARTNER – EIN STARKER PREIS | Verkaufsaktion 28.09 - 10.10.2026

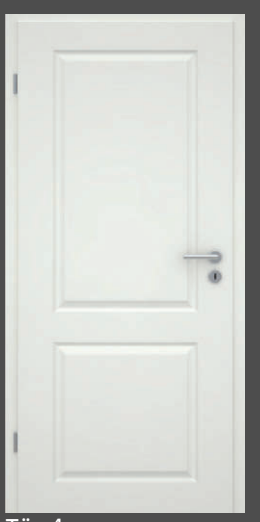
AKTION | INNENTÜREN

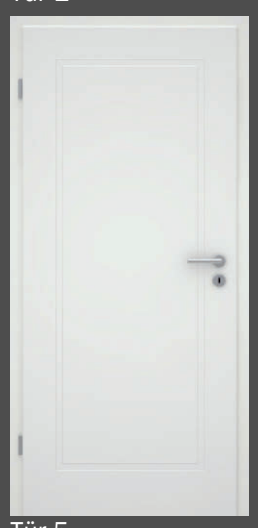

Tür 1

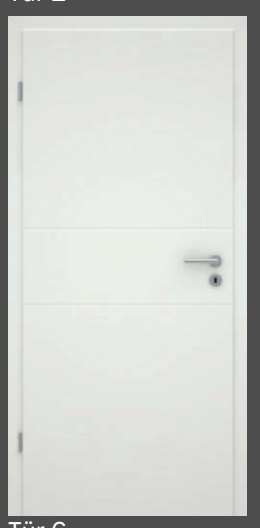

Tür 2

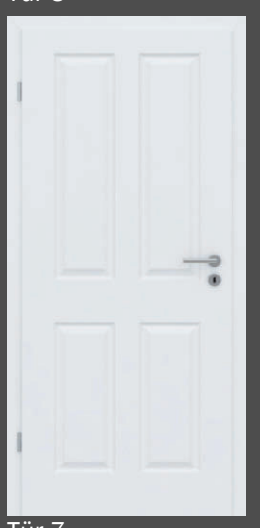

Tür 3

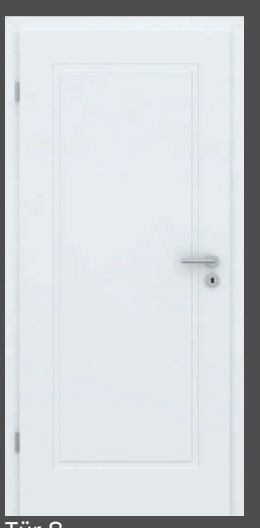

Für diese Tür sind viele weitere Dekor-Varianten verfügbar

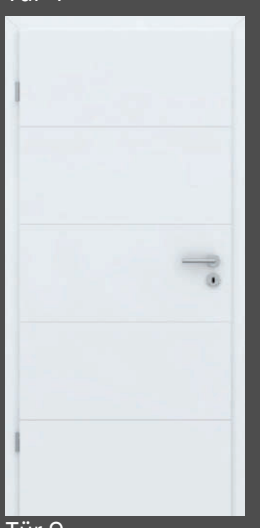

Tür 4


Tür 5


Tür 6


Tür 7


Tür 8


Tür 9

MODELLE 4-9 IN WEITEREN VARIANTEN ERHÄLTLICH, VIELE WEITERE **VOR ORT AUSGESTELLT**

TÜRMODEL 1 - 2
209,-

TÜRMODEL 3
229,-

TÜRMODEL 4 - 6
259,-

TÜRMODEL 7 - 9
269,-

Alle genannte Preis verstehen sich inkl. Türzarge bis 140 mm und Türhöhe 1985 mm.

SERVICE LEISTUNGEN

- **Beratung vor Ort**
- **Aufmaß vor Ort**
- **Montage***
- **Entsorgung der alten Türen***

*gegen Aufpreis möglich

AKTION | DESIGNBÖDEN Format 1200 x 228 mm


Designboden „**SMART**“

Für diesen Boden sind viele weitere Dekor-Varianten verfügbar



Für diesen Boden sind viele weitere Dekor-Varianten verfügbar


Designboden „**Comfort**“

VIELE WEITERE DEKORE **VOR ORT AUSGESTELLT**

Selbstverständlich erhalten Sie bei uns zu Ihrem neuen Designboden auch die passenden Sockelleisten sowie das richtige Werkzeug für die Verlegung!

DESIGNBODEN SERIE „SMART“
Nutzschicht 0,3 mm
19,99

DESIGNBODEN SERIE „COMFORT“
Nutzschicht 0,55 mm
24,99

Alle Böden zum Klicken inkl. integrierter Trittschalldämmung zu 100 Prozent frei von Phthalaten und schädlichen Weichmachern. Gleichzeitig sind sie recyclebar

Der genannte Preis versteht sich pro Quadratmeter ohne Sockelleiste.

ACHTUNG! Bei den Böden handelt es sich um Bestellware.

SERVICE LEISTUNGEN

- **Beratung vor Ort**
- **Montage***
- **Weitere Sorten zur Auswahl**

*gegen Aufpreis möglich

HIER ERHÄLTLICH:	Anschrift:	Telefon:	Öffnungszeiten:
BAUSTOFFUNION GMBH	Raiffeisenstraße 14-16 · 26603 Aurich	Tel.: 04941 9331 0	Mo.-Fr. 7.00-17.00 Uhr | Sa. 8.00-12.00 Uhr
J. SIEBELS GMBH & CO. KG	An der Feuerwehr 2 · 26409 Wittmund	Tel.: 04462 8806 0	Mo.-Fr. 7.00-17.00 Uhr | Sa. 8.00-12.00 Uhr
SIEBELS GMBH & CO. KG	Stellmacherstraße 8 · 26506 Norden	Tel.: 04931 9390 0	Mo.-Fr. 7.00-17.00 Uhr | Sa. 8.00-12.00 Uhr
HELD GMBH	Hauptstraße 157 · 26639 Wiesmoor	Tel.: 04944 9115 0	Mo.-Fr. 8.00-18.00 Uhr | Sa. 8.00-16.00 Uhr
LONECKE GMBH & CO. KG	Neuenburger Straße 22 · 26340 Zetel	Tel.: 04453 9328 0	Mo.-Fr. 7.30-18.00 Uhr | Sa. 7.30-12.00 Uhr

Für Druckfehler u. Irrtümer übernehmen wir keine Haftung. Preisänderungen vorbehalten. Fotos sind unverbindlich. Preise sind Barzahlungs-Abholpreise in €. Alle Preise inkl. MwSt. Alle Artikel ohne Dekoration. Abgabe nur in haushaltsüblichen Mengen und nur solange der Vorrat reicht! Angebote der Beilage gültig vom 28.09. - 10.10.2026

Mediation statt Gerichtsstreit nach dem Unfall

VERKEHRSRECHT Was Wirtschaftsmediation für kleinere und mittlere Unternehmen leisten kann

IM NORDWESTEN/DJD – Ein Schreck, ein Bremsversuch, ein Krachen: So schnell ein Unfall im Verkehr passiert ist, so langwierig sind oft die Folgen. Denn wenn sich die Unfallbeteiligten über die Schuldfrage streiten, kann es zu einem monate- oder jahrelangen teuren Gerichtsverfahren kommen. Unterstützung und finanzielle Absicherung bietet dann eine Verkehrs-Rechtsschutzversicherung. Doch selbst wer eine hat und den Prozess am Ende gewinnt, bezahlt das oft mit einem hohen Einsatz an Zeit und Nerven.



Grundlos gebremst oder zu dicht aufgefahren? Die Schuldfrage bei Verkehrsunfällen ist zwischen den Beteiligten oft heftig umstritten. BILD: DJD/DEVK/ANDREY POPOV - STOCK.ADOBE.COM

Einvernehmliche Lösung spart Zeit und Geld

Um die Situation im Interesse aller Beteiligten schnell und ohne emotionale Eskalation zu klären, ist Mediation in vielen Fällen die bessere Alternative. Dabei handelt es sich um ein strukturiertes, außergerichtliches Gesprächsverfahren, in dem ein neutraler Mediator oder eine neutrale Mediatorin beide Parteien unterstützt, ihren Konflikt beizulegen. Einige Versicherer wie etwa die DEVK haben Mediation mittlerweile als festen Bestandteil in ihre Verkehrsrechtsschutz-Tarife integriert. Nach der Meldung des Konflikts prüft die Versicherung gemeinsam mit dem Versicherten, ob Mediation infrage kommt. Falls ja, wird innerhalb von zwei Stunden ein Mediator beziehungsweise eine Mediatorin vermittelt. Stimmt auch die Gegenseite zu, kann es losgehen. In einer fairen, lösungsorientierten und deeskalierenden Atmosphäre wird dann versucht, ein Ergebnis zu erzielen, dem alle Beteiligten zustimmen können. Dieses wird schließlich in einer einvernehmlichen Vereinbarung festgehalten – rechtssicher, aber ohne Gerichtsverfahren.

Wichtig: Den Unfall richtig dokumentieren

Um bei einer Mediation oder Gerichtsverhandlung die eigene Position gut vertreten zu können, ist oft das Verhalten am Unfallort entscheidend – Tipps dazu gibt es etwa unter www.devk.de. Oberste Priorität haben natürlich die Absicherung der Unfallstelle und Erste Hilfe für Verletzte. Für die Schadenregulierung und mögliche Rechtsstreitigkeiten ist aber auch eine gute Dokumentation des Unfalls wichtig. Dafür Ort, Fahrzeuge und Schäden aus verschiedenen Perspektiven fotografieren, eine Skizze des Unfallhergangs anfertigen sowie Datum, Uhrzeit, Straßenzustand und Wetterbedingungen notieren. Neben dem Austausch der Personalien und Versicherungsdaten der beteiligten Personen ist es auch sinnvoll, die Kontaktdaten möglicher Zeuginnen und Zeugen aufzuschreiben. Und nicht zuletzt sollte man den Unfall so schnell wie möglich der eigenen Versicherung melden.

Kürbiskerne nicht wegwerfen

REZEPT-TIPP Geröstet eine gesunde Knabberei

IM NORDWESTEN/BZFE – Im Herbst haben Kürbisgerichte wie Suppe, Püree, Brot oder Kuchen Hochsaison. Doch während das Fruchtfleisch verarbeitet wird, landen die Kerne oft im Kompost. Dabei lassen sie sich leicht rösten und zu einer aromatischen Knabberei verarbeiten.

Grundsätzlich eignen sich dazu die Kerne aller essbaren Kürbissorten. Besonders empfehlenswert sind jedoch Hokkaido oder Butternut, da sie größere Kerne mit relativ dünner Schale besitzen. Geröstet schmecken sie pur als Snack, bereichern mit ihrer nussigen Note aber auch Müsli, Joghurt oder selbstgebackenes Brot. In Suppen, Salaten und Currys sorgen Kürbiskerne für einen knackigen Biss. Karamellisiert sind sie eine raffinierte Zutat für Desserts wie Vanilleeis, Schokoladenmousse oder Panna cotta.

Für die Zubereitung Kürbiskerne mit einem Löffel aus dem Fruchtfleisch lösen und in einer Schüssel mit Wasser von anhaftenden Fasern befreien. Anschließend mit einem Küchentuch trockenreiben und einige Stunden oder über Nacht an der Luft trocknen lassen. Schälen ist nicht notwendig, da die Schale essbar ist.

Die Kerne mit etwas Oliven- oder Rapsöl vermengen und nach Geschmack würzen – etwa mit Salz, Cayennepfeffer, Paprika, Kreuzkümmel, Kurkuma oder Knoblauch. Wer gerne experimentiert, probiert es mit mediterranen Gewürzen wie Rosmarin oder Thymian oder Mischungen wie Curry oder Ras el-Hanout. Frische Kräuter am besten erst nach dem Rösten über die noch warmen Kürbiskerne streuen, damit sie ihr Aroma behalten und nicht verbrennen. Für eine süße Variante die Kerne mit etwas flüssigem Honig vermengen und mit Zimt und Kardamom bestreuen. Anschließend auf einem Blech verteilen, sodass sie möglichst nicht übereinanderliegen. Im Ofen bei 160 bis 180 Grad Celsius etwa 10 bis 20 Minuten unter mehrmaligem Wenden rösten, bis sie gleichmäßig goldbraun sind.

Nach dem Abkühlen in ein luftdicht verschließbares Glas füllen. Kühl und dunkel gelagert bleiben die gerösteten Kerne mehrere Wochen haltbar.

Auch die inneren Werte der Kürbiskerne überzeugen: Sie liefern Ballaststoffe, pflanzliches Eiweiß und mehrfach ungesättigte Fettsäuren. Außerdem enthalten sie Vitamin E und reichlich Magnesium, Eisen und Zink. Wegen der üblichen Portionsgrößen tragen sie zwar nur begrenzt zur Nährstoffversorgung bei, können aber eine ausgewogene Ernährung sinnvoll ergänzen. Da die Kerne relativ energiereich sind, reicht bereits eine kleine Handvoll als Topping oder Snack aus.



Kürbiskerne sind zu schade zum Wegwerfen, sie lassen sich leicht rösten und zu einer aromatischen Knabberei verarbeiten. BILD: PIXABAY

WESSELS IN MOORDORF
Wir brauchen Platz!
Jetzt zuschlagen!
Wegen Modellwechsel, Preise purzeln. Wenn weg - dann weg!
Los geht´s am Sa., 26.9.2026 um 9.00 Uhr

PALADIN HAMMER!
Kescher gummiert mit Gürtelclip!
11,99 €*

JEDE MENGE RUTEN UND ROLLEN
1/2 PREIS zum
(Ruten + Rollen sind EXTRA markiert!)

NOCH EINER ZUM SCHLUSS!
FOX-RAGE Winter-Suit, Thermo-Anzug, 2-teilig
jetzt 99,00 €*
Material: 100% Polyester

WESSELS Angler-Stuhl klappbar!
jetzt 29,99 €*
Material: 600D Polyester

WOW! 8-fach geflochtene Schnur
150-Meter-Spulen, verschiedene Farben
jetzt 6,99 €*
(1 Meter = 0,045 €)

Wessels Angelkoffer superstabil
jetzt 8,88 €*
19,99 €

✓ Bekleidung
✓ Thermobekleidung
✓ Jacken
✓ Stiefel
jetzt vieles zum 1/2 PREIS

AUS „OMAS STUBE“
Kochtopf-Set 7-teilig
jetzt 29,99 €*

WESSELS Bait-Cast Combo
(Rute, Rolle, geflochtene Schnur)
jetzt 39,99 €*

Hardcase Koffer
verschiedene Größen
jetzt 39,99 €*

NOCH SO EIN DING!
Rod Bag Easy „Hardcase“, 1,2 Meter
Haltet euch fest!
jetzt 9,99 €*
49,99 €

GÜDE Laubsauger
✓ Saug
✓ Blas
✓ Häckselfunktion
3000 Watt
jetzt 19,99 €*

WESSELS OSTFRIESENCHARME
Tele „Combo“ 3,6 Meter
(Rute, Rolle, Schnurr, Pose, Tasche etc.)
jetzt 33,33 €*
59,99 €

Rasenmäher – Lagerware – alle zum 1/2 PREIS

AUS DER TEICHWELT
Pumpen, Teichfilter, UV-Klärer, Futter, Schlauch und und und...
bis zu 50% reduziert

GÜDE Motor-Kettensäge
40er Schwertlänge
jetzt 57,57 €*

Johann WESSELS GmbH – Der Gigant auf dem Land
• ANGELSPEZI XXL
• VEDES SPIELWAREN
• TEICHZUBEHÖR
• POSTFILIALE
Johann Wessels GmbH
Ekelser Str. 22 · 26624 Südbrookmerland
OT Moordorf · wessels-shop24@gmx.de
wessels24.de

Bei mit *gekennzeichneten Artikeln besteht die Möglichkeit, dass diese trotz sorgfältiger Bevorratung kurzfristig ausverkauft sind! Angebot solange der Vorrat reicht. Abgabe nur in handelsüblichen Mengen. Preise für Lagerware.

Stellenmarkt

RECHTSANWÄLTE | NOTARE | FACHANWÄLTE
RÖDENBEEK DE BUHR & KOLLEGEN

RECHTSANWALTS- UND NOTARFACHANGESTELLTE/N (m/w/d)

Schwerpunkt Notarbereich
ab sofort | Voll- oder Teilzeit

Wir sind eine etablierte und dynamisch wachsende Anwalts- und Notarkanzlei im Herzen von Emden mit einem starken Team von sieben Rechtsanwälten (davon vier Notare). Bei uns erwartet Sie kein verstaubtes Büro, sondern ein starkes Team und eine moderne kollegiale Arbeitsatmosphäre.

Das bieten wir Ihnen – Ihre Benefits bei uns:
- flexibles Arbeitszeitmodell
- monatliches Gehaltsextra in Form von Sachbezügen
- regelmäßige gemeinsame Events

Lust auf unser Team?
Bewerbungen mit den üblichen Unterlagen bitte an:

Rödenbeek De Buhr & Kollegen
Ringstraße 32a · 26721 Emden
Tel. 0 49 21 / 58 93 - 201
E-Mail: vhefft@anwalt-emden.de

Zeitungsleser wissen mehr!

Die Samtgemeinde Hage
sucht zum nächstmöglichen Zeitpunkt:

- ***einen Landmaschinenmechaniker (m/w/d)***
  Unbefr. Beschäftigungsverhältnis, EG 05 TVöD-VKA
- ***einen Bauhofsmitarbeiter - Grünpflege (m/w/d)***
  Befr. Beschäftigungsverhältnis, EG 05 TVöD-VKA

Die vollständigen Anforderungsprofile sowie weitere Informationen finden Sie unter:
www.sg-hage.de/stellenanzeigen

Samtgemeinde Hage, Hauptstraße 81, 26524 Hage
Tel. 04931/1899-34 – Personalamt@sg-hage.de

Kurverwaltung der Samtgemeinde Hage
Luftkurort Hage
Wald und Meer
Hauptstraße 81, 26524 Hage

Zum nächstmöglichen Zeitpunkt stellen wir eine/n
Fachangestellte/n für Bäderbetriebe (m/w/d)
in Teilzeit (19,5 Wochenstunden) ein.

Ihre vollständigen Bewerbungsunterlagen (Anschreiben, Lebenslauf, Zeugniskopien, Tätigkeitsnachweise etc.) richten Sie bitte per E-Mail an **gabi.meyer-buhr@sg-hage.de**.

Wir freuen uns, wenn Sie Teil unseres Teams werden!

Versammlungen

Versteigerung eines Kraftfahrzeugs aus Zwangsvollstreckung

Am 2.10.26 um 10:30 Uhr findet auf dem Gelände der Firma Taxi Groblica, Nesserlander Straße 21a, 26721 Emden, die öffentliche, meistbietende Versteigerung gegen Barzahlung folgenden Fahrzeuges statt:

VW T5 Multivan
EZ 10/03, Diesel (2,5 l)
128 kW, 6-Gang, grau, fahrbereit, 440 tkm mit generalüberholtem Motor, TÜV bis 2/2027
Besichtigung: Am Versteigerungstag ab 10 Uhr vor Ort.

Emden, den 26.09.26.

M. Timke
Obergerichtsvollzieher beim Amtsgericht Emden

Angebote gültig vom 28.09. bis 02.10.2026 | Ubierstraße 23 · Emden





Alle Preisangaben in Euro. Druckfehler und Irrtümer vorbehalten. Alle Preise = Abholpreise. Abgabe nur in haushaltsüblichen Mengen. *Solange der Vorrat reicht, Abbildung ähnlich, gegen Pfandausgleich. Ein Angebot der Zisch GmbH, Bargloyer Straße 62, 27793 Wildeshausen.

Montag - Freitag 9 - 19 Uhr · Samstag 9 - 18 Uhr geöffnet
Liefer-Hotline 0 49 21-91 67 17 · www.zisch.com

Post nach Krätze, Kuhbier oder Knoblauch?

Wir stellen zu. Deutschlandweit. Egal, wie der Ort heißt.

www.citipost-nordwest.de

CITIPOST
Bringt mehr als man denkt.

www.nordwest-sonntagsblatt.de

Veranstaltungen und Tickets

floh markt
04.10.26
Sonntag 11 - 17 Uhr
Nordseehalle Emden
www.emder-flohmarkt.de



MINIJOB / SAMSTAGS

Reinigungskräfte / Anlagenreinigung (m/w/d)

BEI LANDGUTH WIRST DU...
- die Räumlichkeiten unseres Produktionsbetriebs gründlich reinigen und pflegen
- verschiedene Oberflächen fachgerecht reinigen
- für Sauberkeit und Ordnung in den zugeteilten Bereichen sorgen
- unsere Reinigungs- und Hygienestandards zuverlässig einhalten

DU PASST ZU UNS, WENN DU...
- eine eigenverantwortliche Arbeitsweise mitbringst
- einen Blick für Sauberkeit und Ordnung hast
- Zuverlässigkeit, Motivation und Teamgeist zu deinen Stärken zählst
- flexibel einsetzbar bis

Wir freuen uns auf deine Bewerbung!

PER MAIL:
bewerbung@landguth.de

ONLINE:
www.landguth.de/karriere

PER WHATSAPP:
+49 170 12 62 107

LANDGUTH HEIMTIERNAHRUNG GMBH · BENZSTRASSE 1 · 26632 IHLOW



TRUE CRIME unlocked FESTIVAL

HINTER JEDEM FALL STECKT EINE GESCHICHTE.

... und bei TRUE CRIME UNLOCKED wird sie live erlebbar.
Deutschlands erstes True-Crime-Festival taucht zusammen mit Dir in die Geschichten hinter den Schlagzeilen. Stelle dich der Wahrheit und erlebe True Crime aus einer ganz neuen Perspektive.

27 | 02 | 2027

Energieleitzentrale Bremen

ERLEBE EINEN TAG MIT:

- LIVE-PODCASTS
- ECHTE FÄLLE
- DISKUSSIONEN MIT EXPERT:INNEN
- INTERAKTIVE GERICHTSFORMEN
- SPANNENDE REKONSTRUKTIONEN
- 12+ STUNDEN PROGRAMM
- 1 GROSSE BÜHNE
- HOCHKARÄTIGE SPEAKER:INNEN

DAS DARFST DU NICHT VERPASSEN!

SICHERE DIR JETZT DEIN TICKET!

www.truecrimeunlocked.de

Powered by NWZ



Die Nähe der Familie hilft

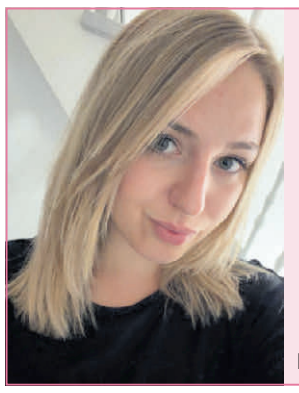
RONALD McDONALD HAUS OLDENBURG

www.mcdonalds-kinderhilfe.org

SPENDENKONTO

Landessparkasse zu Oldenburg
IBAN
DE66 2805 0100 0016 4780 00
BIC SLZODE22

Familienanzeigen



Alexandria

Für die Welt bist du irgendjemand,
aber für uns bist du die Welt.

Happy Birthday
am 28.09.2026 zum
30. Geburtstag

In Liebe deine Family ♡
Hendrik und Mareike, Manuela und Peter

In liebevoller Erinnerung

Christoph Habben

*** 08.05.1993 † 28.09.2024**

2 Jahre - und oft erscheint es, als wäre es gestern gewesen. Du bist viel zu früh von uns gegangen, ohne ein Wort still und leise.
Seit diesem Tag vergeht kein Tag, an dem wir nicht in Liebe an Dich denken.

Du fehlst hier unendlich und wir vermissen Dein Lachen und Deine Herzlichkeit.

Mama, Papa, deine Geschwister und dein Sohn Paul,
Schwager und Neffen

Ich habe Dich je und je geliebt
und Dich zu mir gezogen
aus lauter Güte.

Jer 31,3

Kostenlose Sonderausgabe zum Tag der Deutschen Einheit

Emder Zeitung FÜR ALLE!

JETZT VORMERKEN +++ 3. OKTOBER

**Eine Zeitung voller guter Nachrichten:
Feiern Sie mit uns den Tag der Deutschen Einheit und entdecken Sie in unserer Sonderausgabe die vielen guten Seiten unserer Region. Kostenlos am 3. Oktober im Nordwest ePaper und als gedruckte Ausgabe in vielen Haushalten der Region.**



NWZ Online **Mehr Infos unter: ol.de/ezfueralle**

Das Allroundtalent in der Herbstküche

VIELFALT Leckere Kürbisgerichte für jeden Geschmack zubereiten

VON JANINE SCHULZE

IM NORDWESTEN – Kürbisse sind wahre Multitalente und gehören zu den faszinierendsten Herbstfrüchten. Weltweit wachsen rund 800 verschiedene Sorten, von denen circa 200 essbar sind. Zu den beliebtesten zählen Hokkaido, Butternut, Muskatkürbis und Gelber Zentner. Die Wahl der richtigen Kürbissorte beginnt schon beim Einkauf: Kleinere Exemplare mit Stiel punkten durch festen Geschmack und weniger Fasern. Besonders wichtig ist es, Kürbisse mit verholztem Stiel und ohne Druckstellen zu kaufen, denn diese halten länger und schmecken intensiver. Ein reifer Kürbis klingt beim Klopfen hohl. Zierkürbisse jedoch sind giftig und sollten nur als Dekoration verwendet werden.

Tipps zum Schälen und Zerkleinern

Zur Vorbereitung des Kürbisses schneidet man die Enden ab, halbiert ihn und entfernt mit einem Löffel die Kerne sowie das faserige Innere. Je nach Sorte ist das Schälen nicht immer notwendig: Hokkaido und Spaghetti-Kürbis beispielsweise können mit Schale gegessen werden. Bei besonders hartschaligen Sorten empfiehlt es sich, den Kürbis zuerst für 30 Minuten bei 150 Grad im Ofen vorzubacken. Dann lässt er sich leichter zerteilen. Ein Elektromesser oder ein kleines Beil ist ebenfalls hilfreich. Für die Vorratshaltung kann das gewürfelte Fruchtfleisch in Dosen oder Gefrierbeuteln eingefroren werden.



In kleine Stücke geschnitten kann Kürbis entweder vorgekocht oder roh eingefroren und so noch länger haltbar gemacht werden. BILD: MAGNIFIC

Gekocht oder gedünstet

Für die Zubereitung im Kochtopf sind große, fleischige Sorten wie Hokkaido, Butternut, Muskatkürbis und Gelber Zentner prädestiniert. Schneidet man das Fruchtfleisch in Stücke und kocht es in Salzwasser, ist es nach 8 bis 15 Minuten gar – je nach Sorte. Die gekochten Stücke lassen sich zu Püree verarbeiten, gewürzt mit Salz, Pfeffer und Muskat. Das Püree eignet sich als Beilage, Füllung für Quiches oder als Basis für Pastasaucen. Dünsten gelingt ebenfalls einfach: Mit etwas Öl oder Butter angebraten und nach Wunsch mit Knoblauch, Lauch oder Tomaten ergänzt, wird der Kürbis zu einer feinen Gemüsebeilage. Wer möglichst viele Nährstoffe erhalten möchte, dämpft den Kürbis in einem Dampfgarer oder Dämpfeinsatz im Kochtopf.

Von herzhaft bis süß

Der Kürbis ist ein echtes Allroundtalent und findet Platz in vielen verschiedenen Gerichten von herzhaft bis süß. Im Ofen wird er als Spalten mit Öl beträufelt und nach Geschmack gewürzt – nach etwa 30 Minuten ist er goldbraun und lecker. Besonders beliebt sind Kürbissuppen in sämtlichen Ausführungen und aus verschiedenen Sorten. Gelber und Roter Zentner werden oft in Teilen angeboten und eignen sich für größere Suppenmengen. Kürbissorten wie Hokkaido, Butternut und Muskatkürbis schmecken auch gut roh, beispielsweise über einen Salat geraspelt, und punkten dabei mit ihren vielen wertvollen Vitaminen. Süßspeisen wie Kuchen, Pudding oder Marmelade gelingen besonders gut mit süßlich schmeckenden Sorten wie Muskatkürbis oder Hokkaido.

Würzen und Verfeinern

Die dezente Note vieler Kürbissorten lässt sich mit Gewürzen in verschiedene Richtungen lenken. Muskat, Pfeffer, Knoblauch, Chili, Ingwer und Currypulver geben pikanten Gerichten Tiefe. Zu Süßspeisen passen Honig, Zimt, Nelken, Orange und Vanille. Mediterrane Kräuter wie Thymian, Rosmarin oder Basilikum, aber auch Dill, Schnittlauch und Petersilie harmonieren ebenfalls gut mit Kürbis. Frischer Zitronensaft sorgt außerdem für Frische.



Kürbisspalten aus dem Ofen überraschen durch die Kombination mit unterschiedlichen Gewürzen immer wieder neu. BILD: MAGNIFIC

