buss

SALE

buss–wohnen.de

AUSSERDEM:

10%

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

Nur solange **DER VORRAT** reicht!

+ GRATIS *Tasche!*

UVP 17.99

Ab einen Einkaufswert von **50.–**

in versch. **FARBEN** erhältlich

rotho
SWISS DESIGN

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

Gültig bis zum 06.07.2026

KÜCHENANGEBOT
SOFORT VERFÜGBAR



ABHOLPREIS
EINBAUKÜCHE
1499.–

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

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



Online-Code:
50010067



150€ sparen!

tw

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

ECKKOMBI
~~949.~~
799.–

Online-Code:
4670002101



600€ sparen!

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

BOXSPRINGBETT
~~1899.~~
1299.–

Online-Code:
61960002

34% sparen!

1| ARMLEHNSTUHL
~~259.~~
169.–

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



34% sparen!

2| DINING TISCH
~~689.~~
559.–

Online-Code:
6196009700

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

buss-wohnen.de/sale

buss

Nordwest
SONNTAGSBLATT
Emden

www.nordwest-sonntagsblatt.de | Druckauflage: 32.000
Sonnabend, 27. Juni 2026 | 25. KW | 48. Jahrgang



Kultur, Spiel und Spaß in der Region

VERANSTALTUNGSTIPPS Auch in dieser Woche gibt es viele interessante Angebote für Kinder und Erwachsene

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


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

WESERMARSCH

Sonntag, 28. Juni, 11 Uhr, Lemwerder: Sommerfest der ev.-luth. Kirchengemeinde, Schulstr. 5

Samstag, 4. Juli, 15 Uhr, Stadland: Kinderfest in Kleinensiel im Dorfgemeinschaftshaus, Birkenweg 20

Sonntag, 5. Juli, 10 Uhr, Stadland: Landfrauenmarkt rund um das Kulturzentrum Seefelder Mühle, Hauptstraße 1

FRIESLAND/ WILHELMSHAVEN

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

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

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

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

Donnerstag, 2. Juli, bis Sonntag, 5. Juli, Wilhelmshaven: Wochenende an der Jade – Stadt- und Hafenfest rund um den Großen Hafen

Samstag, 4. Juli, 17 Uhr, Varel: School's out Party im DangastQuellbad, Edo-Wiemken-Straße 61

OLDENBURG

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

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

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

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

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

AMMERLAND

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

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

OSTFRIESLAND

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

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

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

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

LANDKREIS OLDENBURG

Sonntag, 28. Juni, 9.30 Uhr, Wardenburg: 20 Jahre Mokiberg – Kinder- und Familienfest auf dem Kinderspielplatz Mokiberg, Korkorsstraße 6

Sonntag, 28. Juni, 11 Uhr, Ganderkesee: Dorf-Flohmarkt Bürstel

Samstag, 4. Juli, 13 Uhr, Bassum: Sommerflohmarkt Bassum in der NWDSB Eventhalle, Lange Str. 68-70

Sonntag, 5. Juli, 8 Uhr, Hatten: Sandkruger Flohmarkt auf dem Marktplatz

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

Steuern im internationalen Vergleich

DEUTSCHES STEUERSYSTEM Warum Deutschland im Vergleich hohe Abgaben erhebt

VON ANDREAS UNTERBERG

IM NORDWESTEN – Das deutsche Steuersystem zählt zu den umfangreichsten in Europa. Für viele Bürger ist es schwer verständlich, weil unterschiedliche Ebenen des Staates beteiligt sind. Bund, Länder und Kommunen finanzieren sich über verschiedene Steuerarten. Hinzu kommen die Sozialabgaben, die zwar rechtlich nicht als Steuer gelten, für Beschäftigte aber wie feste Pflichtabgaben wirken. Zu den wichtigsten Einnahmequellen zählen die Einkommensteuer, die Umsatzsteuer, die Körperschaftsteuer, die Gewerbesteuer und zahlreiche Verbrauchsteuern.

Im internationalen Vergleich wird Deutschland regelmäßig als Hochsteuerland bezeichnet. Dabei geht es allerdings nicht nur um klassische Steuern, sondern auch um Sozialversicherungsbeiträge.

Nach Angaben der OECD lag die deutsche Steuer- und Abgabenquote 2024 bei 38,0 Prozent des Bruttoinlandsprodukts. Der Durchschnitt aller OECD-Staaten lag bei 34,1 Prozent.

Besonders auffällig ist dabei die hohe Belastung von Arbeitseinkommen. Arbeitnehmer zahlen neben der Einkommensteuer auch Beiträge zur Renten-, Kranken-, Pflege- und Arbeitslosenversicherung.

Einkommensteuer folgt dem Leistungsprinzip

Das deutsche System basiert auf dem sogenannten Leistungsfähigkeitsprinzip. Wer mehr verdient, soll auch mehr zahlen. Deshalb steigt der Einkommensteuersatz mit zunehmendem Einkommen an. Niedrige Einkommen werden durch den Grundfreibetrag entlastet. Erst oberhalb dieser Grenze greift die Besteuerung. Danach steigt der Satz schrittweise an. Für besonders hohe Einkommen gilt zusätzlich die sogenannte Reichensteuer.

Das Bundesfinanzministerium passte 2025 erneut verschiedene Freibeträge und Tarifgrenzen an. Ziel war es, die sogenannte kalte Progression abzuschwächen. Damit ist gemeint, dass Bürger trotz nur geringer Lohnerhöhungen durch steigende Steuersätze real weniger Kaufkraft behalten können. Besonders Beschäftigte mit mittleren Einkommen spüren diesen Effekt oft deutlich.

Sozialabgaben prägen das deutsche Modell

Im Unterschied zu einigen anderen Staaten finanziert Deutschland viele soziale Leistungen direkt über Pflichtbeiträge. Arbeitnehmer und Arbeitgeber teilen sich dabei einen großen Teil der Kosten. Dazu gehören Krankenversicherung, Rentenversicherung und Pflegeversicherung. Dieses Modell sorgt für eine vergleichsweise stabile Finanzierung des Sozialstaates, erhöht aber gleichzeitig die Lohnnebenkosten.

Andere Länder gehen dabei andere Wege. Australien und Neuseeland erheben beispielsweise deutlich geringere Sozialbeiträge. Teile der sozialen Absicherung werden dort stärker aus allgemeinen Steuereinnahmen bezahlt. Die Vereinigten Staaten wiederum setzen traditionell stärker auf private Vorsorge, etwa im Gesundheitsbereich. Dadurch fallen staatliche Abgaben oft niedriger aus, gleichzeitig entstehen für viele Bürger höhere private Kosten. Auch innerhalb Europas unterscheiden sich die Modelle erheblich. Skandinavische Länder wie Schweden oder Dänemark kombinieren hohe Steuerquoten mit umfangreichen staatlichen Leistungen. Dort werden viele soziale Angebote direkt über Steuern finanziert. Deutschland liegt dagegen eher im kontinentaleuropäischen Modell mit hohen Sozialabgaben und umfangreichen Pflichtversicherungen.

Die Umsatzsteuer trifft nahezu jeden

Eine der wichtigsten Einnahmequellen des Staates ist die Umsatzsteuer. Sie wird auf nahezu alle Waren und Dienstleistungen erhoben. Der reguläre Satz liegt in Deutschland bei 19 Prozent, für bestimmte Produkte wie Lebensmittel oder Bücher gilt der ermäßigte Satz von 7 Prozent. Im europäischen Vergleich bewegt sich Deutschland damit im Mittelfeld. Mehrere EU-Staaten erheben deutlich höhere Standardsätze.

Die Umsatzsteuer gilt als besonders stabile Einnahmequelle, weil sie unabhängig vom Einkommen fast alle Verbraucher betrifft. Kritiker weisen allerdings darauf hin, dass sie Menschen mit niedrigen Einkommen prozentual stärker belastet, da diese einen größeren Teil ihres Geldes direkt für Konsum ausgeben müssen.

Föderalismus macht das System kompliziert

Ein weiterer Unterschied zu vielen anderen Staaten ist die föderale Struktur Deutschlands. Die Einnahmen werden zwischen Bund, Ländern und Kommunen aufgeteilt. Einige Steuern stehen ausschließlich dem Bund zu, andere den Ländern oder Gemeinden. Große Gemeinschaftssteuern wie die Einkommensteuer werden zwischen mehreren Ebenen verteilt. Besonders wichtig für Städte und Gemeinden ist die Gewerbesteuer. Sie hängt stark von der wirtschaftlichen Lage vor Ort ab. Finanzstarke Kommunen profitieren dadurch erheblich von großen Unternehmen, während strukturschwächere Regionen geringere Einnahmen erzielen. Für Bürger führt dieses föderale System oft zu zusätzlicher Unübersichtlichkeit. Gleichzeitig gilt es als wichtiger Bestandteil des politischen Ausgleichs zwischen wirtschaftlich starken und schwächeren Regionen.

Steuervergleiche sind nur bedingt aussagekräftig

Internationale Vergleiche konzentrieren sich häufig auf Steuersätze allein. Fachleute weisen jedoch darauf hin, dass dadurch nur ein Teil des Systems sichtbar wird. Entscheidend ist auch, welche Leistungen Bürger im Gegenzug erhalten. In Deutschland gehören dazu unter anderem gesetzliche Krankenversicherung, Rentensystem, Pflegeversicherung, Arbeitslosenversicherung sowie zahlreiche staatliche Leistungen in Bildung, Infrastruktur und Verwaltung. Länder mit niedrigeren Steuern verlangen dagegen oft höhere private Ausgaben. Das betrifft beispielsweise Gesundheitsversorgung, Altersvorsorge oder Studiengebühren. Deshalb lassen sich unterschiedliche Steuersysteme nur eingeschränkt direkt miteinander vergleichen.



Nordmazedonien in der Gruppe entdecken

REISE Das Binnenland zwischen Albanien und Bulgarien hat viel zu bieten

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



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



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

Unterschätztes Reiseziel im Herzen des Balkans

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

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

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

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

Neue Perspektiven für erfahrene Reisende

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

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

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

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

ANZEIGE

Thema: Cholesterinsenker

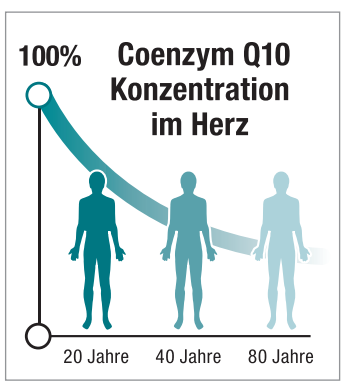
Der unsichtbare Grund für Ihre Müdigkeit?



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

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

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



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

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

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

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

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

Ergänzung zu Statinen



Nahrungsergänzungsmittel

Dr. Böhm® Coenzym Q10

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

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

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

Jedes Jahr eine neue Toilette

INNENSTADT Emden: Sogar aus der Tourismus-Info wird ab 2027 eine Sanitäranlage

VON JENS VOITEL



Wird umgebaut: Die Tourismus-Zentrale am Stadtgarten wird im nächsten Jahr eine große, moderne, öffentliche Toilettenanlage. BILD: JENS VOITEL

EMDEN – Die Stadt Emden will den Menschen mehr als bisher Erleichterung verschaffen: Nach der bereits abgeschlossenen Modernisierung der öffentlichen Toilettenanlage auf dem Bahnhofsvorplatz, soll in den nächsten Monaten auch die Toilettenanlage im „Parkhaus am Wasserturm“ auf den neuesten Stand gebracht und reaktiviert werden. Darüber hinaus soll es im Laufe des kommenden Jahres auch im Stadtgarten wieder eine vorzeigbare Sanitäranlage geben. Dafür wird sogar die jetzige Tourismus-Information in der sogenannten „Welle“ geopfert. Das alles sieht das neue City-Toiletten-Konzept vor, das am Dienstagabend im Betriebsausschuss des städtischen Gebäudemanagements (GME) vorgelegt worden ist.

Familienfreundlich und selbstreinigend

„Unser Plan ist es, jedes Jahr eine neue Toilettenanlage in der Innenstadt zu schaffen“, sagte GME-Chefin Freia Visser. Entsprechende Mittel seien bereits in den Haushalt eingestellt. Das Gebäudemanagement hat inzwischen die Verantwortung für die öffentlichen Toiletten übernommen. Ganz konkret sind die Pläne für den Stadtgarten allerdings noch nicht. An den Details und an der Ausschreibung wird noch gefeilt, die Vorgaben stehen aber fest: Neben einem barrierefreien Zugang sollen dort ein Damen-WC, ein Herren-WC sowie eine Unisex-Toilette entstehen. Zusätzlich wird es neben Wickeltischen auch einen Stillraum für Mutter und Kind gegeben. Platz soll auch für Kinderwagen sein. Die Sanitäranlagen sollen sich selbst reinigen, das Bezahlsystem kontaktlos sein. Die regelmäßige Reinigung übernimmt nach Bedarf der Reinigungsdienst der Stadt. Nach Angaben des GME soll mit dem Umbau im Frühjahr 2027 begonnen werden.

Tourismus-Information zieht aus

Die dann neuen Toiletten ergänzen die Planungen für die Umgestaltung des Stadtgartens. Das Gebäude, in dem derzeit die Touristen-Information zu finden ist, soll künftig nicht nur ein Toilettenhaus sein, sondern auch Technik für Großveranstaltungen vorhalten, unter anderem entsprechende Stromanschlüsse. Optisch aber soll sich am durchaus markanten Aussehen der Welle nicht viel ändern. Und wo können sich die Touristen künftig über die Schönheiten der Stadt informieren? Dazu wurde im Betriebsausschuss am Dienstagabend nichts gesagt. Aus gut informierten Kreisen aber war zu erfahren, dass die Touri-Info gleich gegenüber in die Außenfiliale der Volksbank ziehen wird. Die Bank will ihre bisherige „Plattform“ aufgeben und hat das Gebäude bereits an die städtische Gewoba verkauft.



Wird umgebaut: Die Tourismus-Zentrale am Stadtgarten wird im nächsten Jahr eine große, moderne, öffentliche Toilettenanlage. BILD: JENS VOITEL



Neue Nutzung geplant: In die „Plattform“ der Ostfriesischen Volksbank wird 2027 die Tourismus-Zentrale der Stadt umziehen. BILD: JENS VOITEL

Mehr Toiletten für die Innenstadt

Das Projektziel City-Toiletten ist also klar: mehr öffentliche Toiletten in der Innenstadt, eine damit verbundene höhere Aufenthaltsqualität, Unterstützung von Passanten, des Einzelhandels, der Gastronomie und des Fremdenverkehrs.

Zum großen Ziel gehören aber auch der generell barrierefreie Zugang zu den Toiletten sowie sichere und vor allem saubere Sanitäranlagen für alle, die es nötig haben. Und über die drei genannten Projekte hinaus soll es in Abstimmung mit den Stadtplanungen auch noch weitere öffentliche Toiletten geben. Eine davon steht unter anderem am Hafentor und steht nun ebenfalls im Fokus der Stadtplaner.

Leidenschaft für Sonnenschutz
handwerkliche Perfektion – innovative Technik
Glasdächer · Sonnenschutz · Insektenschutz · Gartenmöbel · Raum und Design
SONNENSCHUTZ UND RAUMDESIGN
Everwien
26506 Norden - Molkereilohne 35 • Tel. 04931-9394-0
info@everwien.de

Zuhause sein und bleiben – auch in den schwersten Tagen

Durch die koordinierte Versorgung und die enge Zusammenarbeit mit Pflegediensten, Ärzten und Apotheken ist es möglich, in kürzester Zeit die notwendigen Strukturen für eine umfangreiche Begleitung in der eigenen Häuslichkeit zu schaffen.

Das Palliative-Care-Team Ostfriesland versorgt Menschen mit einer unheilbaren Erkrankung und belastenden Symptomen mit dem Ziel, die Selbstbestimmung und Lebensqualität bis zuletzt im eigenen Zuhause zu ermöglichen. Das Zuhause kann auch das Pflegeheim sein.

An 365 Tagen im Jahr steht das Team Betroffenen rund um die Uhr zur Seite!
Auch und besonders in Krisensituationen. Dadurch können Krankenhausaufenthalte vermieden werden.

Die **spezialisierte ambulante Palliativversorgung (SAPV)** ist eine Leistung der Krankenkassen, die unabhängig von den Leistungen der Pflegeversicherung besteht.

Palliative-Care-Team Ostfriesland GmbH
SAPV: „Wir sind da“

Sie benötigen Unterstützung und Hilfe?
Wir sind da. SAPV Versorgung ist:

- kostenfrei für gesetzlich und die meisten privat Versicherten.
- unabhängig von Leistungen der Pflegeversicherung, Pflegegeld und Pflegesachleistungen bleiben erhalten.
- Unterstützung, wenn die Belastung am größten wird!
- Unterstützung für Betroffene, Angehörige und ärztliche Kollegen.
- Übernahme von organisatorischen Aufgaben im Bereich Medizin und Versorgung.
- 24 h Erreichbarkeit!

Informieren Sie sich:
Tel. (0491) 96099940
Hafenstraße 15 · 26789 Leer
Fax: 96099941 · E-mail: info@pct-ostfriesland.de

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

Sommergenuss: Jetzt ist Zeit für Süßkirschen

OBST Kirschen überzeugen mit Aroma, gesunder Vielfalt und spannender Herkunft



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

BILD: PIXABAY

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

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

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

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

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

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

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

Punktehandel wird zukünftig sanktioniert

MOBILITÄT Änderung des Straßenverkehrsgesetzes tritt am 1. Juli in Kraft



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

BILD: PIXABAY/BLICKPIXEL

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

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

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

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

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





Mit graviertem Boden:
„Sonderedition Nordwest-Zeitung“

Limitiert auf 80 Exemplare!

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

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

1.950,00 €

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

Nordwest SHOP

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

Unterschätzter Risikofaktor für Sodbrennen

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

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

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

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



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

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

Reaktion auf Stress

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

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

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

Schnelle Linderung gewünscht

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

Wann zum Arzt?

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

Gartenmöbel
ZUM VERLIEBEN
JETZT **NEUHEITEN** ENTDECKEN UND MIT UNS IN DIE NEUE SAISON STARTEN
1499€
1199€
Begrenzte Menge verfügbar
Schnell sein lohnt sich
Garten-Lounge
Polyrattangelfecht halbrund geflochten,
inkl. Sitz- und Rückenkissen, best. aus:
Ecklounge, Tisch und Lounge-Sessel
Sens-Line, Modell Emely
Entdecke unsere **große Gartenmöbel-Ausstellung** auf rund 1000 qm
Abbildungen Modellbeispiele. Nicht mit anderen Aktionen kombinierbar. Alle Preise sind Abholpreise ohne Kissen und Deko. Lieferung und Montage gegen geringen Mehrpreis! Zwischenverkauf, Druckfehler und Irrtümer vorbehalten. Gültig bis 04.07.2026
Ludwig Rudnick GmbH & Co. KG
Jadestraße 2-4 in Aurich | Tel. 04941 9569-0
wohnen@rudnick-aurich.de | /rudnick.aurich
/rudnick_mode_wohnen | /babyhaus_rudnicki
WWW.RUDNICK-AURICH.DE
Mode • Baby • Möbel • Küchen
RUDNICK
Für mich und mein schönes Zuhause!

www.gartendiscounter.de
Gültig bis 4.7.2026
Alu-Terrassenüberdachungen zu absoluten
Tiefstpreisen
sichern!
GARTEN KÖNIG
20% Rabatt
auf alle Terrassendächer und Sommergärten!
(diese Modelle sind nicht mehr rabatttierfähig)
5x3m (BxT) inkl. Stegplatten 1849.-
5x3,5m (BxT) inkl. Stegplatten 1949.-
6x3,5m (BxT) inkl. Stegplatten 2149.-
6x4m (BxT) inkl. Stegplatten 2249.-
5x3m (BxT) inkl. 8mm VSG klar 2849.-
5x3,5m (BxT) inkl. 8mm VSG klar 3299.-
6x3,5m (BxT) inkl. 8mm VSG klar 3549.-
6x4m (BxT) inkl. 8mm VSG klar 3949.-
- alle gewünschten Größen bis zu einem Ausfall von 5 Metern lieferbar - Kostenloses Aufmaß bei Ihnen Zuhause! - preiswerte und fachgerechte Montage, innerhalb von 10 Werktagen möglich! - schnelle Lieferzeit, Terrassendächer mit Stegplatten 5 Tage, mit VSG Glas 10 Werktage! - Tiefpreisversprechen! Sehen Sie eine vergleichbare Alu-Terrassenüberdachung günstiger, erhalten Sie den gleichen Preis!
Wandstärke 28 mm
Garten-haus der Woche
1399.-
1400€ gespart
Blockhaus „Nizza“
B 390 cm x T 300 cm, 28 mm Wandst., anthrazit vorimprägniert
statt 2799.-* *UVP des Herstellers
Wandstärke 28 mm
1000€ gespart
1199.-
Blockhaus „Nizza“
Breite 390 cm x Tiefe 300 cm, 28 mm Wandstärke
statt 2199.-* *UVP des Herstellers
Wandstärke 28 mm
Gerätehaus „Rom“/“Denver“ statt 1499.-* 849.-
Breite 200 cm x Tiefe 200 cm, 28 mm Wandstärke
Gerätehaus „Paris“/“Montreal“ statt 1749.-* 899.-
Breite 250 cm x Tiefe 220 cm, 28 mm Wandstärke
Gerätehaus „London “/“Toronto “ statt 1849.-* 999.-
Breite 300 cm x Tiefe 250 cm, 28 mm Wandstärke
Gartenhaus „Athen“/“Vancouver “ statt 1849.-* 999.-
Breite 250 cm x Tiefe 300 cm, 28 mm Wandstärke
Gerätehaus „Madrid“/“Ontario “ statt 2419.-* 54% gespart 1111.-
Breite 300 cm x Tiefe 300 cm, 28 mm Wandstärke
*UVP des Herstellers
Wandstärke 28 mm
1999.-
Gartenhaus „Davos“ statt 3299.-*
Breite 500 cm x Tiefe 300 cm, 28 mm Wandst.
*UVP des Herstellers
Gartenzaun der Woche
40€ gespart
49.99
Megastabiler Bohlenzaun „Tytus“ statt 89,99
Breite 180 cm x Höhe 180 cm, kdi, gerade
Garten König GmbH - Sitz der Gesellschaft: 26215 Wiefelstede - HRB 205287
Am großen Stein 4, 26835 Hesel
Gewerbestr. 54, 26624 Georgsheil
Telefon: 04950 / 990104
Telefon: 04942 / 990588, 0176 / 35463217
hesel@der-gartenkoenig.de
georgsheil@der-gartenkoenig.de
Öffnungszeiten: Mo-FR: 9.00-18.00 Uhr, SA: 9.00-14.00 Uhr
*Unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers. Alles Abholpreise ohne Dekoration. Abb. können vom Original abweichen. Alle Maße sind Ca. Maße. Technische Änderungen und Irrtümer, sowie Farbabweichunngen vorbehalten. Alle Häuser sind unbehandelte Bausätze. Nur solange der Vorrat reicht!

Auch kleine Raten bergen finanzielle Risiken

VERBRAUCHERTIPP Was bei Finanzierungsangeboten zu beachten ist

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



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

Finanziellen Überblick behalten

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

Überschuldung vorbeugen

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

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

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

Medizin ANZEIGE

Wunderwaffe Kreatin?
Was ist dran am Trendstoff?



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

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



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

Thema Nervenschmerzen

Wenn der Ischias nervt!

So bekommen Sie die Nervenschmerzen in den Griff

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

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



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

Abbildung Betroffenen nachempfunden

Nervenschmerzen im Ischias gezielt behandeln

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

5-fach-Wirkkomplex, gut verträglich

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

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



www.restaxil.de

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

Minions entfesseln Monster-Chaos in Hollywood

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



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

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

Minions stürzen sich ins Filmchaos

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

Warum Minionesisch überall verstanden wird

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

Hollywood trifft Minion-Wahnsinn

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

Minions-Abenteuer startet mit 3D-Show

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

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



Mit digitalem Fahrzeugschein papierlos reisen

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

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



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

BILD: DJD/BMV/GETTY IMAGES/MYSTOCKIMAGES

Praktisch für Camping und Motorradfahren: Fahrzeugschein auf dem Handy

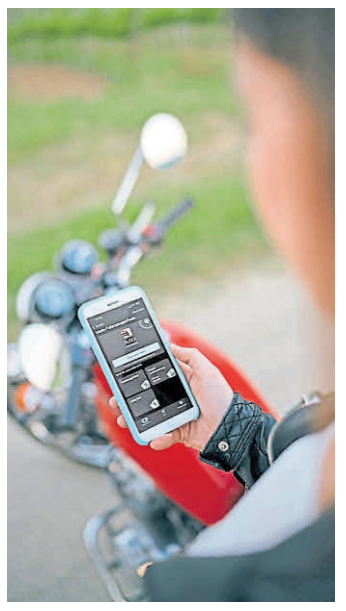
Gerade für Camperinnen und Camper ist das ein Gewinn. Wer an alles denkt, von den Fahrrädern bis zum Vorzelt, will sich nicht auch noch fragen, in welchem Fach der Papierschein steckt. Praktisch auch: Wer sein Wohnmobil verleiht, kann den Schein per QR-Code oder Link teilen – zeitlich begrenzt und jederzeit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

Dokument auf dem Smartphone – und eine Sorge weniger im Kopf

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

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

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



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

BILD: DJD/BMV/GETTY IMAGES/WESTEND61

Der stille Tod einer Sterbekasse

VERSICHERUNG Dirk Braaksma fragt, was aus den Mitgliedsbeiträgen geworden ist

VON STEFAN IDEL

EMDEN/PEWSUM – Stolz hält Dirk Braaksma sein Mitgliedsbuch mit der Nummer 1007 hoch. Seit dem 1. Juni 1962 zahlt der 84-jährige Emder fleißig in die „Sterbekasse der Hafenarbeiter Emdens“ ein; Dutzende Klebemarken belegen das. Zuletzt zog die Sparkasse Emden im März 2021 noch einmal den Mitgliedsbeitrag von 24 Euro für sich und seine Frau Gerda ein. Seitdem hat Braaksma nichts mehr von dem Verein gehört. Wurde die Emder Sterbekasse still und heimlich zu Grabe getragen?



Immer fleißig Beiträge eingezahlt: Dirk Braaksma zeigt sein Mitgliedsbuch der „Sterbekasse der Hafenarbeiter Emdens“. Still wurde der Verein offenbar zu Grabe getragen.

BILD: STEFAN IDEL

Was ist eine Sterbekasse?

Die Sterbekassen haben in Ostfriesland eine lange Tradition. Es handelt sich um eine Vorsorge, geführt von Ehrenamtlichen, die ähnlich funktioniert wie eine Sterbegeldversicherung. Über ein Umlageverfahren gibt es im Todesfall Geld für die Hinterbliebenen, um die Bestattungskosten schultern zu können. Im Gegensatz zu einer Sterbegeldversicherung bei einem Versicherungsunternehmen sind die Summen allerdings geringer. Konkret: Bei der „Sterbekasse der Hafenarbeiter“ beträgt die Auszahlungssumme für verstorbene Erwachsene 500 Euro; für Minderjährige im Alter von elf bis 18 Jahren wären es 200 Euro.

„Als mein Vater, ein Hafenarbeiter, im Alter von 62 Jahren verstorben ist, habe ich Geld bekommen“, erzählt Braaksma. Aber würden seine Angehörigen später einmal eine Leistung erhalten?

Wo ist das Geld geblieben?

Nachbar Uwe Harms-Sandmann hat sich schon einmal umgehört, was aus der „Sterbekasse der Hafenarbeiter“ geworden ist. Der ehemalige Vorsitzende des Vereins ist verstorben, hat Harms-Sandmann erfahren. Auch die in den Statuten vom 25. März 2001 aufgeführten Kassenwarte Anneliese de Boer und Wilhelm Werr seien nicht auffindbar. Angeblich existiere aber noch ein Vereinskonto. Das kann ein Sprecher der Sparkasse Emden dieser Redaktion unter Hinweis auf den Datenschutz nicht bestätigen.

Beim Deutschen Sterbekassenverband, ein Interessenverband mit Sitz in Bochum, ist die „Sterbekasse der Hafenarbeiter Emdens“ nicht registriert.

Diese Redaktion hakte beim Amtsgericht Aurich nach. Dort wird das Vereinsregister für den Bezirk des Landgerichts Aurich geführt. Auch dort bleibt die Suche ergebnislos. „Ein Verein muss nicht unbedingt im Vereinsregister eingetragen werden, um einen Zweck zu verfolgen“, sagt Richterin Frieda König. Möglicherweise sei im Fall der Hafenarbeiter-Sterbekasse niemals eine Eintragung erfolgt.

Kasse in Pewsum ist noch vital

Recht vital dagegen ist die Sterbekasse im benachbarten Pewsum. Dort liegt die Mitgliederzahl aktuell bei 611, sagt Vorstandsmitglied Menno Müller. Pewsumer Bürgerinnen und Bürger könnten bis zum 50. Lebensjahr in „ihren“ Sterbekassen Mitglied werden. Aus Sicht Müller handelt es sich um ein wichtiges Anliegen. „Es geht schließlich um die finanzielle Unterstützung für die Hinterbliebenen.“ Und die habe auf dem Krummhörner Land ihre Tradition in der Sterbekasse.

Dem eigenen schleichenden Tod zuvorgekommen ist dagegen die Sterbekasse Warsingsfehn und Umgebung (Landkreis Leer): Der Verein hat 2013 die Auflösung beschlossen. Der einstige Kassenwart Bernhard Büscher, inzwischen 83 Jahre alt, kümmerte sich darum, dass die Mitglieder ihren Anteil aus dem Guthaben der Sterbekasse bekamen. „Die Finanzlage war zuletzt äußerst schwierig“, erzählt Büscher. Zwar habe es noch ein beträchtliches Guthaben gegeben. Doch die Zahl der Mitglieder sei zu gering gewesen, um die Kosten zu decken. Also wurde das restliche Vermögen des Warsingsfehntjer Vereins ausgezahlt. Zudem habe er die Sterbekasse aus dem Vereinsregister beim Amtsgericht löschen lassen, berichtet Büscher.

Das gleiche Schicksal wie den Warsingsfehntjer Verein hat offenbar auch die „Sterbekasse der Hafenarbeiter Emdens“ erreicht. In der „Emder Zeitung“ vom 25. Februar 2023 findet sich eine Anzeige mit der Einladung zur außerordentlichen Versammlung. Einziger Punkt auf der Tagesordnung am 4. März 2023: die Auflösung des Vereins.

■ Wer an der Versammlung teilgenommen hat und etwas über das Ende der Sterbekasse weiß, kann sich gern melden unter ez-desk@nwzmedien.de.

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.



Ironman: Bachmann triumphiert

Im Jahr 2023 hatte der Emder Ralf Bachmann gesundheitliche Rückschläge zu verkraften: Erst stand eine Hüftoperation an, im selben Jahr erlitt er einen Herzinfarkt. Sportlich ging erst einmal wenig, doch er kämpfte sich zurück. So nahm er im vergangenen Jahr bei einem Ironman 70.3 auf Mallorca teil und erreichte dort eine gute Zeit mit knapp über sechseinhalb Stunden. Doch sein großes Ziel, einmal eine Ironman-Langdistanz zu absolvieren, hat er in den vergangenen drei Jahren nie aus den Augen verloren. In Hamburg erfüllte er sich seinen Traum und finishte beim dortigen Ironman – die Zeit war eher zweitrangig.

BILD: PRIVAT

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

Großer Fahrrad- und E-Bike
ZELTVERKAUF



Über 400 E-Bikes
bis zu 2000€
REDUZIERT

Zubehör
20%
REDUZIERT

Über 600 Fahrräder
15–45%
REDUZIERT

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



2011€ GESPART
UVP 5499 €
JETZT 3488.–

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

Valkental **PACKTASCHE**
BIKE BAG URBAN



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

20% GESPART
€ 59.99* € 47.99

uvex **FAHRRADHELM**
I-VO 2



Inmould-Konstruktion, 25 Ventilationsöffnungen, leicht und stufenlos anpassbar

20% GESPART
€ 89.95* € 71.96

PEGASUS
TREKKING-BIKE 28"
SOLERO SL DISC 24



45% GESPART
UVP 799.95 €
JETZT 444.–

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

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



1280€ GESPART
UVP 3199 €
JETZT 1919.–

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

Alle Modelle von i:SY
20%
reduziert

BULLS
MOUNTAIN-BIKE 29"
ZARENA 2



30% GESPART
UVP 799.95 €
JETZT 559.–

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

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



1500€ GESPART
UVP 4499 €
JETZT 2999.–

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

GHOST WINORA
TREK LAPIERRE
BATAVUS

45–50%
reduziert

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



38% GESPART
UVP 799.95 €
JETZT 499.–

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

PEGASUS
E-CITY-BIKE 28"
PREMIO EVO 5



900€ GESPART
UVP 3899 €
JETZT 2999.–

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

BIKE ARENA OLTMANNS

www.bikearena-oltmanns.de
MONTAG RUHETAG

BULLS
GRAVEL-BIKE 28"
GRINDER 1



31% GESPART
UVP 1299 €
JETZT 899.–

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

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

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

Geerbte Immobilien als Herausforderung

RATGEBER Über Erbschaften, Erbengemeinschaften und den richtigen Umgang mit Immobilienvermögen

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

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



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

Komplexe Bewertung

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

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

Regionale Unterschiede

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

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

Rechtzeitig Klarheit schaffen

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

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



Schulausflug in die Zukunft.

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



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

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

GENAU HIER SETZT GROWMORROW YOUNG AN.

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

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

HOCHKARÄTIGE SPEAKER:INNEN AUF DER YOUNG-STAGE

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



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

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





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



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

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



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

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

WARUM ZUKUNFTSKOMPETENZEN HEUTE WICHTIGER SIND DENN JE

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

GROWMORROW YOUNG MÖCHTE GENAU DIESE FÄHIGKEITEN FÖRDERN.

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

EIN MEHRWERT FÜR SCHULEN UND LEHRKRÄFTE

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

ZUKUNFT ERLEBEN STATT NUR DARÜBER SPRECHEN

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

ODER WIE DAS TEAM VON GROWMORROW ES FORMULIERT:

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

JETZT MIT IHRER SCHULE ANMELDEN!

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

JETZT ANMELDEN:

Gruppenanmeldungen bitte an:
moin@growmorrow.de

GROWMORROW YOUNG celebrate the future.

ZUKUNFT ERLEBEN.
PERSPEKTIVEN ENTDECKEN.
CHANCEN GESTALTEN.

WEITERE INFORMATIONEN UNTER GROWMORROW.DE

Nordwest KLEINANZEIGEN

Haus und Garten



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



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

Haushaltsauflösungen

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

Alles für den Garten

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

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

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

Flohmärkte

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

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

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

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

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

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

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

VW

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

Anhänger

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

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

Tiere

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

Vermisst und Gefunden



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

Immobilienmarkt

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

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

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

Suche Immobilien zum Kauf

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

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

Suche Immobilien zur Miete

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

Stellenmarkt

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

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

Stellenangebote Privat

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

Stellengesuche

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

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

Dies und Das

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

Dies und Das

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

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

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

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

Kaufe alte ausrangierte Brillen/Fassungen. ☎ 0152/34265159

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

Kaufe Aufsitzmäher auch defekt ☎ 0176 765 351 05 @A519085

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

Kaufe Musikinstrumente jeglicher Art. ☎ 0157/57303410

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

Gesundheit, Wellness und Esoterik

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

Bekanntschaften und Kontakte

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

Sie sucht...

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

Er sucht...

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

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

Bars und Kontakte

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

Massagen NORDEN ☎ 04931 97 555 86

Mona ❤ 0162-6696601 auch HSB

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

Hadschi Halef Omar Ben Hadschi Abul Abbas Ibn Hadschi Dawuhd al Gossarah

Karl May hinterließ der Welt seine Abenteuergeschichten. Auch wenn Sie kein berühmter Schriftsteller sind: Sie können etwas Bleibendes für die Nachwelt schaffen. Mit einem Testament oder einer Stiftung zugunsten von UNICEF. Wir informieren Sie gern: UNICEF, Höninger Weg 104, 50969 Köln, Tel. 0221/93650-252 www.unicef.de

unicef
Gemeinsam für Kinder

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 – 15 Uhr, Sa.: 8 – 13 Uhr, Hansestraße 8, 26529 Upgant-Schott
Tel. 0 49 34 - 40 92 oder 01 52 - 37 74 01 57 u. 01 73 - 5 75 93 97
G.Geiken Schrott- u. Metallhandel M. Geiken Containerdienst

Dienstleistungen

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

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

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

WWF Jetzt helfen! wwf.de

Alles für die Landwirtschaft

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

Handwerkliche Arbeiten

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

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.

Würde sollte kein Konjunktiv sein.

Jeder Mensch hat das Recht auf ein Leben in Würde.
brot-fuer-die-welt.de/wuerde
Mitglied der actalliance

Brot für die Welt
Würde für den Menschen.

Emder Zeitung
Nordwest SONNTAGSBLATT

BERUF & KARRIERE

Meine Zukunft. Meine Stelle. Mein Stellenmarkt.

jobs-ostfriesland.de

STEFFENS INDUSTRIE LOGISTIK GmbH & Co. KG

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

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

Instandhalter/Anlagenbediener (m/w/d)

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

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

Lagerfacharbeiter (m/w/d)

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

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

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

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

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

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

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

Stadt Norden

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

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

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

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

norden.de/stellenangebote

Check-in →

CHECK IN: DEIN NEUER JOB IM SERVICE.

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

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

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

vhs Kreisvolkshochschule Aurich-Norden

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

Jobs finden Sie unter:

jobs-ostfriesland.de

Arbeitgeber Niedersachsen Sicher.

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

Das **Amt für regionale Landesentwicklung Weser-Ems** sucht für die **Außenarbeitsstelle Wiesmoor**
zum nächstmöglichen Zeitpunkt eine/n

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

Neugierig geworden? Dann bewirb dich jetzt!

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

Amt für regionale Landesentwicklung Weser-Ems

Willkommen
in der Stadt Aurich

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

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

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

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

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



IHRE SPENDE RETTET DIE LETZTEN ORANG-UTANS

Konto: DE69 1002 0500 0003 2101 00

BOS® BORNEO ORANGUTAN SURVIVAL

Telefon: 030 890 60 76 0 | info@orangutan.de | orangutan.de



Ihre Spende wirkt!
Gemeinsam mit Ihnen schützen wir die Lebensräume bedrohter Tierarten weltweit.
Mehr Infos: wwf.de
Spendenkonto: DE06 5502 0500 0222 2222 22



Kostenlos!
NEWSLETTER
NWZ Online Newstied
OSTFRIESLAND
NWZonline.de/newstied-nl

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

Familienanzeigen

Theo
*** 11.06.2026 4020g 52cm**



Wir freuen uns riesig!

Franzi & Kai

Kerstin Heye • Jens • Uroma Edith



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

Lieber Jens!

Herzlichen Glückwunsch zum Bestehen des Examens zur

Pflegefachkraft

Kerstin und Heye
Oma Edith
Kai und Franzi mit Theo

Am 27.06.2026, um 16.00 Uhr geben sich unsere Kinder



Alina Hofmann
geb. Klaassen
& Sebastian Hofmann

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

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

Alfred & Anita, Jeels & Frauke

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

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

Joachim (Jochen) Scholz

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

Unser Mitgefühl gilt Line und ihrer Familie.

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

Für immer in unseren Herzen.

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

Erika Beyendorf

geb. Hemken

* 19. Juli 1941 † 13. Juni 2026

In stiller Trauer

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

26529 Upgant-Schott, Osterupganter Str. 49a

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

Man möge diese Anzeige als Einladung ansehen.

Bestattungen Diekena

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

Kriene Buß

*** 05.07.1943 † 17.06.2026**

In liebevoller Erinnerung

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

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

Die Beisetzung fand im engsten Familienkreis statt.

Bestattungsinstitut Smid

HERR,
lehre uns
bedenken,
dass wir
sterben
müssen,
auf dass
wir klug
werden.

-Ps.90,12-

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

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

Annette Klaaßen

geb. Davids



* 05.12.1954 †17.06.2026

In Dankbarkeit und stiller Trauer

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

26529 Siegelsum, Karkpad 17



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

Nach langer, schwerer Krankheit nehmen wir Abschied von

Helga Meyer

geb. Wiemers

* 30.08.1937 † 19.06.2026

In stiller Trauer

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

Traueranschrift: Familie Betten, Kienholzstraße 43, 26529 Rechtsupweg

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

Bestattungsinstitut Smid

Johann Endelmann

* 03.10.1932
† 26.04.2026



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

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

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

Oldeborg, im Juni 2026

Im Namen aller Angehörigen
Die Kinder, Enkel und Urenkel

Gretus Emil Saathoff

* 25.11.1930
† 15.05.2026



Danksagung

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

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

Ost-Victorbur, im Juni 2026

Im Namen aller Angehörigen
Erna Saathoff

Ihr, die ihr mich so geliebt habt,
seht nicht auf das Leben, das ich beendet habe,
sondern auf das, welches ich beginne.

Aurelius Augustinus

Türkei: Auf den Spuren der Chimäre

REISE Mit Corendon Airlines zu einer heldenhaften Reise nach Lykien

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

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

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

Aufbruch zwischen Strand und Ruinen

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



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

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

Eine schier übermenschliche Aufgabe

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

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

Showdown im Flammenmeer

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

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

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



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

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

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

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

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