www.nordwest-sonntagsblatt.de | Tel. 0441 / 9988-84 30
04.07.2026 | 26. KW | 48. Jahrgang

Nordwest
SONNTAGSBLATT
Oldenburg

Sommerliche Events in der Region

ERLEBEN Auch in dieser Woche werden zahlreiche Veranstaltungen und Aktionen geboten

IM NORDWESTEN – Was mache ich dieses Wochenende nur wieder mit den Kindern? Damit Sie sich nicht den Kopf zerbrechen, hat das Team der NWZ-Familienwelt für Sie ein paar Veranstaltungstipps von Emden über Aurich, Friesoythe und Oldenburg bis Wildeshausen herausgesucht. Hier sind unsere Empfehlungen für diese Woche.



Rund um die Seefelder Mühle erwartet Besucherinnen und Besucher am Sonntag, 5. Juli, ein gemütlicher Landfrauenmarkt mit regionalen Köstlichkeiten, liebevollem Kunsthandwerk und besonderem Mühlenflair. BILD: ULRIKE KREBS

OLDENBURG

Sonntag, 5. Juli, 10 Uhr: Yoga am Sonntag, Sampoorna Yoga Zentrum Oldenburg, Zeughausstr. 70; Eintritt 22 Euro.

Sonntag, 5. Juli, 12 Uhr: Frauenspaziergang Walking und Talking, Treffpunkt am Eversten Holz, Haupteingang an der Hauptstraße. Alle Frauen sind herzlich eingeladen; Eintritt frei.

Sonntag, 5. Juli, 14 Uhr: Klamottentauschparty, Gleispark Oldenburg, Bundesbahnweg; der Eintritt zu der Veranstaltung kostet 4 Euro.

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

Montag, 6. Juli, 20 Uhr: Benefizkonzert der Big Band der Bundeswehr, Rathausmarkt; Eintritt frei.

Donnerstag, 9. Juli, 19 Uhr: Krimi-Tour „Galgen, Gräber und Ganoven“, Gertrudenkapelle; Eintritt 19,90 Euro.

AMMERLAND

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/.

Samstag, 4. Juli, 12 Uhr, Rastede: Rasteder Sommergarten, Kögel-Willms-Platz, Kögel-Willms-Straße; Eintritt frei.

Samstag, 4., und Sonntag, 5. Juli, 18 Uhr, Westerstede: Hopfen- und Rebenfest, Thalenweide, Kuhlenstrasse; Eintritt frei.

Samstag, 4. Juli, 19.30 Uhr, Bad Zwischenahn: Hafen Revue Theater 2 - Sehnsucht nach dem Hafen, Tourist-Information Bad Zwischenahn, Auf dem Hohen Ufer 24; Eintritt 26 Euro.

Donnerstag, 9. Juli, 15.30 Uhr, Wiefelstede: Mitmachsingen im Mehrgenerationenhaus CASA in Metjendorf, Am Marktplatz 1; Eintritt frei.

Freitag, 10. Juli, 19 Uhr, Bad Zwischenahn: Open Air am Meer – Drei+, Freilichtbühne im Kurpark, Auf dem Hohen Ufer 24; Eintritt frei.

LANDKREIS OLDENBURG

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

Samstag, 4. Juli, 21 Uhr, Brettorf: 50 Jahre Jubiläums-Freiluftfete, Haus der Vereine Brettorf.

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

Sonntag, 5. Juli, Ganderkesee: Schützenfest in Bookholzberg, Lindenplatz, Übern Berg 2.

Mittwoch, 8. Juli, Dötlingen: Scheunenkino, Scheune Fam. Schachtschneider, Iserloyer Straße 2, Aschenstedt.

WESERMARSCH

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

Samstag, 4. Juli, 17 Uhr, Jade: Vernissage in der Galerie Schönhof mit Lithographien von Klaus Fußmann, Bundesstraße 97.

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

Sonntag, 5. Juli, 11 Uhr, Butjadingen: Konzerte im Hafen – Die Nordseekrabben, Hafen Fedderwardersiel, Am Hafen 1.

Donnerstag, 9. Juli, 16 Uhr, Tossens: Kinotag in der Konzertmuschel, Nordseeallee 33; Eintritt frei.

FRIESLAND/ WILHELMSHAVEN

Samstag, 4. Juli, 17 Uhr, Varel: School's out Party im DangastQuellbad, Edo-Wiemken-Straße 6.

Samstag, 4. Juli, 11 Uhr, Dangast: Dangaster Bücherbörse, Weltnaturerbeportal Dangast, Edo-Wiemken-Str. 61; Eintritt frei.

Samstag, 4. Juli, 11 Uhr, Zetel: Ausstellung der Historischen Werkstatt Müller, Müllerische Werkstätten Neuenburg, Zum Bahnhof 3; Eintritt 3 Euro, Kinder bis 14 J. 2,- Euro / Kinder bis 6 J. frei.

Sonntag, 5. Juli, 14 Uhr, Schortens: Mühleneröffnung mit Kaffee- und Kuchentafel, Accumer Mühle, An der Mühle 17; Eintritt frei.

Montag, 6. Juli, 16 Uhr, Varel: Reparatur-Café Varel, Weberei, Oldenburger Straße 2.

Dienstag, 7. Juli, 19 Uhr, Horumersiel: Live hinterm Deich – „Shantychor Likedeeler“, Kurgarten Horumersiel, Zum Hafen 3.

OSTFRIESLAND

Samstag, 4. Juli, 10 Uhr, Südbrookmerland Münkeboe: Arbeitstag der „alten“ Handwerker, Museumsdorf Dörpmuseum Münkeboe, Mühlenstraße 3a; Eintritt 5 Euro.

Samstag, 4., und Sonntag, 5. Juli, 10 Uhr, Leer: 35. Ostfriesischer Töpfermarkt, Fußgängerzone Stadt Leer.

Samstag, 4. Juli, 21 Uhr, Großefehn: Fehnhaus-Revival-Party im Glashaus; Oldendorfer Str. 34

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.

Sonntag, 5. Juli, 11 Uhr, Ditzum: Hafenfest Ditzum mit Traditionskutter-Fahrten, Ditzumer Hafen, Jemgum; Eintritt frei.

Donnerstag, 9. Juli, 21.30 Uhr, Dornum: Fledermaus- und Mythenwanderung, Nationalpark-Haus Dornumersiel, Oll Deep 7.

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

Im Urlaub siegt oft die Bequemlichkeit

REISE Viele vergessen ihr Umweltbewusstsein unterwegs – Kleine Schritte helfen dennoch

IM NORDWESTEN/CMF – Im Urlaub nehmen wir vieles oft nicht ganz so genau: Die Kugel Eis darf gerne mal ein bisschen mehr kosten, Kalorien spielen plötzlich keine Rolle und strenge To-do-Listen machen Pause. Schließlich wollen wir uns entspannen, das Leben genießen und den Alltag für eine Weile hinter uns lassen. Doch was dabei häufig ebenfalls baden geht, ist unser Nachhaltigkeitsverhalten.

Laut einer repräsentativen Studie im Auftrag von HolidayCheck wirft jeder dritte Deutsche, der zu Hause auf Umweltbewusstsein achtet, seine nachhaltigen Prinzipien auf Reisen zumindest teilweise über Bord.

Bequemlichkeitsfaktor

Mario Hattwig zeigt auf, wie sich das äußert, woran es liegt und welche Stellschrauben wir drehen können. Typische Beispiele: Frische Handtücher jeden Tag, ausgiebige Duschen und am Buffet landen die Reste oft gedankenlos in der Tonne – im Urlaub gelten selbst für umweltbewusste Menschen häufig andere Regeln.

Die Gründe dafür sind vielfältig, wie Reiseexpertin Nina Hammer betont. Häufig fehlt am Urlaubsort die Infrastruktur für Recycling, so wird beispielsweise der nächste Container nicht genutzt, wenn er nicht in der Nähe steht. Auch unklare Vorgaben zur Mülltrennung und persönliche Bedürfnisse spielen eine Rolle: Viele wollen sich im Urlaub einfach mal etwas gönnen und entspannen. Zudem gibt es einen Bequemlichkeitsfaktor – drei von zehn Befragten geben an, im Urlaub keine Lust zu haben, sich mit Nachhaltigkeit zu beschäftigen.



Den Schutz der Natur sollte man auch auf Reisen im Blick behalten. BILD: BILETSKIY/SHUTTERSTOCK.COM

Doch das belastet auch das Urlaubsgefühl: Bei jedem zweiten sonst nachhaltig lebenden Befragten reist das schlechte Gewissen mit. Dabei könnten kleine Anreize schon viel bewirken. Die Hälfte der Teilnehmer würde zum Beispiel auf häufigen Handtuchwechsel oder Zimmerreinigung verzichten, wenn sie dafür einen kleinen Rabatt bekäme. Tipps für nachhaltiges Verhalten vor Ort wären ebenfalls willkommen. Insgesamt sehen die Befragten auch Reiseveranstalter und -portale in der Pflicht, nachhaltige Reisen günstiger, das Angebot breiter und die Buchung transparenter zu machen.

Effekt in der Masse

Nina Hammer empfiehlt allen Reisenden, sich nicht unter Druck zu setzen: Es geht nicht um Perfektion, sondern um die Summe vieler kleiner Entscheidungen. Ob der Kaffee an der Bar getrunken wird statt im To-go-Becher, oder das Steak zugunsten eines vegetarischen Gerichts weicht – schon kleine Schritte zeigen Wirkung. Wer im Hotel nachfragt, warum es noch Einweggeschirr gibt, setzt Impulse. Es muss niemand das Gefühl haben, auf Urlaubsglück zu verzichten – je bewusster Einzelne handeln, desto größer der Effekt in der Masse der Reisenden.

Fazit: Im Alltag leben wir oft nachhaltiger als im Urlaub. Aber auch unterwegs gibt es zahlreiche Möglichkeiten, unser Verhalten mit kleinen Stellschrauben zu verbessern, ohne das entspannte Feriengefühl zu verlieren.