

*1786

Wissenswerte
Seiten unserer
HEIMAT



*1786 jetzt auch
als Podcast!

*1786



Das Oldenburger Land bei Nacht

Wach, wenn andere schlafen

*1786 wird 5!

Das muss gefeiert werden – mit einem besonderen
Rückblick und einer Jubiläumstorte.

Doppelte Anziehungskraft

... übt die GraftTherme auf Emma Kämpfe aus. Die
Wettkampfschwimmerin über ihren Lieblingssort.

Energie für drei Leben

Ob als Mitglied der Freiwilligen Feuerwehr oder
Kundenberaterin: Lzo-Mitarbeiterin Louisa
Albertzard zeigt vollen Einsatz für andere.







Liebe Leserinnen, liebe Leser,

für mich fühlt es sich so an, als käme die Nummer 1 von *1786 gerade erst aus dem Druck, jetzt halten Sie schon die zehnte Ausgabe in der Hand! Fünf Jahre gibt es das Magazin inzwischen. Und damit unzählige Geschichten aus dem Oldenburger Land, die bewegen, staunen lassen, inspirieren. Immer im Mittelpunkt: die Menschen. Und unser Anspruch, die Region von allen Seiten zu beleuchten.

Das bedeutet auch: zu allen Tages- und Nachtzeiten – wie in dieser Ausgabe. Wir haben mit einem Krabbenfischer in Fedderwardsiel über die nächtliche „Fangreise“ gesprochen, eine DJ-Größe beim Auflegen im Club begleitet und uns angesehen, was um 5 Uhr morgens im Briefzentrum Tweelbäke passiert.

Wer etwas mit Leidenschaft tut, bringt viel Energie dafür auf. Emma Kämpfe ist ein gutes Beispiel. Die Wettkampfschwimmerin trainiert unter der Woche täglich in der GraftTherme Delmenhorst. Oder Heike Herks, die für den Erhalt vom Rauchhaus Wille sorgt, das letzte seiner Art im Weser-Ems-Gebiet und „ein Stück Familie“.

Außerdem im Magazin: Wie der digitale Alltagsbegleiter „PLiX“ zur Hilfe für Helfende werden soll, warum LzO-Mitarbeiterin Louisa Albertzard eigentlich drei Leben haben müsste und Yared Dibaba nicht eine, sondern viele Heimaten hat.

Wir sind schon gespannt auf die Geschichten der nächsten zehn Ausgaben und wünschen Ihnen für jede einzelne:

viel Freude und neue Impulse beim Lesen!

Herzliche Grüße aus der Nähe

Ihre Jutta Schinzing

*aus dem LzO-Redaktionsteam *1786*



Inhalt

FOKUSSIERT

06 *Das Oldenburger Land bei Nacht* Wach, wenn andere schlafen

UNTERWEGS

18 **Lieblingsort: GraftTherme**
Im Wasser war Emma Kämpfe immer schon in ihrem Element. Sie schwimmt, seitdem sie drei Jahre alt ist. Und besonders gern in der GraftTherme Delmenhorst.

20 **Lieblingsort: Rauchhaus Wille**
Das denkmalgeschützte Gebäude ist Teil der Familie von Heike Herks. Sie erzählt, wie sie es hütet und anderen zugänglich macht.

22 **Faktastische Hochzeitskultur**
Heiraten kann man auf ganz unterschiedliche Weise und in jedem Fall ganz wunderbar in der Region, zeigen die Fakten.



5 Jahre *1786!

Das sind 10 Ausgaben voller Geschichten, die tief in die Region eintauchen lassen und sie uns noch näher bringen.

Vielen Dank, dass Sie *1786 dabei begleiten, liebe Leserinnen und Leser!

CLEVER

24

Vornewegdenker

Eltern, die ihr Kind pflegen, besser informieren – dieses Ziel verfolgt Isa Nowak mit einer digitalen Anwendung.

26

Money Talks

Energieeffizienz: bei einem kniffligen Thema durchblicken.



34



18



28

MENSCHLICH

28

LzO-Mitarbeiterin im Porträt

Wenn sich Louisa Albertzard bei einer Sache – privat oder beruflich – einbringt, dann immer mit vollem Einsatz für andere.

34

Das ehrliche Dutzend

Yared Dibaba ist vieles: Moderator, Entertainer, Autor, Sänger. Und auch ein Mann mit vielen Heimaten. Über „Patchwork-Nationalität“ und Platt, Ittoo Lukku und Grünkohl.

GESCHMACKVOLL

30

Mit Torten und Trompeten

Konditormeisterin Josephine Rötzer schafft mit ihren Torten und Törtchen kleine Wunderwerke für besondere Anlässe.

+ drei Rezeptideen zum Ausprobieren

Das Oldenburger Land bei Nacht

Wach, wenn andere schlafen

Es scheint so schlüssig: Wird es dunkel, neigt sich der aktive Teil des Tages dem Ende zu. Aber ist die Betriebsamkeit anderer während der Dunkelheit nicht einfach nur weniger sichtbar? Konkreter gefragt: Was passiert in der Region, wenn – vermeintlich – nichts passiert? Ein erhellender Streifzug durch nächtliche Stunden.



Jetzt gewinnen:

5 Jubiläumspakete mit
*1786-Rucksack, -Leuchte & Snacks
für nächtliche Abenteuer





21 UHR

Wenn das Tageslicht schwindet in der Oldenburger Innenstadt, streift „Willibald“ schon durch die Straßen. In den Händen hält er Laterne und Hellebarde; seine Gestalt umweht ein Umhang, auf seinem Kopf thront ein Dreispitz. Wer sich bei seinem Anblick ins 18. Jahrhundert zurückversetzt fühlt, liegt richtig: In diesem Zeitraum bis 1915 waren in Oldenburg echte Nachtwächter aktiv. Als moderne Variante führt Willibald – mit bürgerlichem Namen Etienne Légat – gerade die 25 Teilnehmerinnen und Teilnehmer seiner „Nachtwächter-Tour“ durch die inzwischen dunkle Stadt, darunter Bewohner, Gäste und Touristinnen. Allesamt sind sie begeistert.

„Sobald die Sonne unter- und das Licht in den Straßenlaternen und Häusern angeht, enthüllt Oldenburg einen ganz eigenen Charme“, beschreibt Légat die Faszination. „Dann werden seine nächtlichen Fassaden zur Bühne für Geschichten aus längst vergangenen Zeiten, wie der große Stadtbrand 1676.“ Das Format wurde vor 25 Jahren in Osnabrück entwickelt, Elisabeth Doerk und Regina Küper-Südhoff haben es mit ihrem Unternehmen „Die Nachtwächter“ 2022 in Oldenburg eingeführt.

2023 nahmen gleich 2.000 Menschen das Angebot wahr. Sie verhalten sich tagsüber auf dem Marktplatz spürbar anders als abends mit einer Laterne im fahlen Mondlicht hinter der Lambertikirche, wie Légat feststellt: „In der Dunkelheit rücken die Menschen oft näher zusammen; die Sinne sind geschärft und der alleinige Fokus liegt auf der Führung.“



22 UHR

Während die Tour von „Willibald“ langsam zu Ende geht, befinden sich viele Lkw-Fahrerinnen und -Fahrer noch mittendrin. Insbesondere bei Fahrten in der Dämmerung und nachts müssen sie hochkonzentriert sein. Das strengt an – und erfordert regelmäßige Pausen. Eine besondere lässt sich an der Brückenraststätte Dammer Berge machen. Als eine von lediglich zwei dieser Art in Deutschland spannt sie sich mit ihren über 100 Meter Länge über die A 1 zwischen Osnabrück und Bremen. In der Brückenraststätte und den beiden Tankstellen sind rund 70 Mitarbeitende tätig und sorgen dafür, dass die Gäste jederzeit bei Essen und Trinken pausieren können. Dabei lohnt sich ein Blick aus den raumhohen Fenstern der „Brücke“ auf die an- und abschwellige Fahrzeugflut. Auch manche „Trucker“ lassen sich bei einem Kaffee für einen kurzen Moment auf diesen Perspektivwechsel ein – bevor es auf die nächste Etappe geht.



23 UHR

Alles andere als pausieren wollen die Feierfreudigen, die sich in die größer werdende Schlange vor dem Club „5 Elements“ in Wildeshausen einreihen. Das Sicherheitspersonal wird davon nicht nervös: Ruhig kontrolliert es die Altersnachweise der jungen Gäste, die ihre Vorfreude kaum verbergen können. Verständlich: Drinnen lockt das Versprechen, die Nacht zu einem pulsierenden Party-Rausch zu verdichten. 2016 hat Betreiber Lars Ossenbeck die frühere „Fun Factory“ übernommen und den Club nach einem Makeover zu einer festen Größe im regionalen

Nachtleben gemacht. Bis weit in den frühen Morgen wabern bebende Beats durch die verschiedenen Areas.



24 UHR

Wie die Gäste des „5 Elements“ ohne Sound und Lichteffekte einen eher unbefriedigenden Club-Abend erleben dürften, stünde die Region ohne Erdgas vor einem Problem. „Es wird rund um die Uhr verbraucht: beim Heizen, beim Kochen und in der Stromerzeugung“, bestätigt Michael Kirmes. Er muss es wissen: Als Schichtleiter ist er mitverantwortlich für den jederzeit reibungslosen Betrieb der Erdgasaufbereitungsanlage in Großenkneten. „Sie läuft auch nachts, damit die Haushalte mit Gas versorgt werden“, erzählt er. Dafür sind 150 Mitarbeitende im vollkontinuierlichen Schichtbetrieb und in der Instandhaltung nötig.

In Großenkneten befindet sich auch die Schalt- und Überwachungszentrale für alle 180 Erdgas- und 360 Erdölbohrungen von ExxonMobil in Niedersachsen, die sogenannte „Feldesleitzentrale“. Auch sie kennt keinen Nachtmodus, sondern wird durchgehend von einem Team aus insgesamt 20 Fachleuten betreut. Nachts zu arbeiten, sei gewöhnungsbedürftig, gibt Michael Kirmes zu. Es habe aber auch Vorteile: „Ich werde zum Beispiel immer pünktlich nach acht Stunden von der Folgeschicht abgelöst.“



1 UHR

Die Geschäftsidee von Christian Wisley-Schulz und Benny Schneider wiederum kommt ohne die Überwachung durch Menschen aus – sie wird von Kameras übernommen. Denn ihr 24-Stunden-Kiosk besteht



ausschließlich aus Automaten. Aus ihnen können sich an den beiden Standorten in Oldenburg und Bad Zwischenahn die Kundinnen und Kunden selbstständig bedienen. Im Angebot: Snacks, Getränke und Kuriositäten wie Tortillachips aus Mexiko in der Geschmacksrichtung Gurke.

„Wir wollten immer auch dann aufhaben, wenn alles andere schon geschlossen hat“, erklären die Inhaber von „ZwillisTante“. Die Zwillingbrüder – daher die Namensgebung – öffneten im

Juli 2023 erstmals die Kioske. „Sie sind gleich gut angelaufen“, freut sich Christian Wisley-Schulz. Zum Start habe das Stadtfest geholfen. Aber auch unabhängig von größeren Anlässen bilanziert der Betreiber: „Wir machen nachts die meisten Umsätze – selbst unter der Woche.“ Ebenso gut sieht sein Fazit aus, was

möglichen Vandalismus angeht. „Es passiert weit weniger als befürchtet.“ Die Leute seien in der Regel höflich und respektvoll, gerade Jugendliche. Sie treffen sich am „Späti“, weil zu ihren Gesprächen im Hintergrund Musik läuft, es hier Spielautomaten und ein – eben – spätes Bierchen gibt.



NACHTS AUF SEE

FISCHEN KENNT KEINEN FAHRPLAN

Die Netze liegen am Meeresboden, die Besatzung schläft. Alles auf dem Krabbenkutter „Christine“ ist vorbereitet für den nächtlichen Fang. Dann wird es ganz ruhig um Söhnke Thaden. Ein besonderer Moment, den der Krabbenfischer genießt: „Ich lasse mich zurückfallen und staune!“ Die Nacht kann überwältigend sein. Und sie hat ihre Vorteile: Die Fischerei läuft nachts besser als tagsüber, denn Fische sehen bei Dunkelheit das Netz nicht oder schlechter. „Manche Arten lassen sich nur dann fangen“, weiß Thaden aus über 35 Jahren Erfahrung. Läuft er zum Löschen im Hafen von Fedderwardersiel ein, hat er bis zu sechs Tonnen Fang an Bord. Die übernimmt ein Lkw, anschließend wird das Schiff sauber gemacht. Ob nachts um 4 oder morgens um 10 Uhr, Söhnke Thaden macht da keinen Unterschied. Für ihn zählt seine Begeisterung für den Beruf. „Mit Herz ran gehen“, nennt er das. Seines schlägt für die Fischerei – bei Tag und bei Nacht.



Warum Söhnke Thaden seinen Beruf im Blut hat und Krabben nicht warten, erfahren Sie hier:





Auch in der Bäckerei Glup in Friesoythe brennt Licht. Nicht „immer noch“, sondern „wieder“. Die Schicht von Rolf Hartmann hat begonnen. „Mit mir geht der Arbeitstag los“, sagt der Backstabenleiter. „Ich bereite alles vor und stelle um drei Uhr die Knetmaschinen an.“ Eine Stunde später finden schon die ersten Backwaren ihren Weg in den Ofen. An einem Tag produziert sein 15-köpfiges Team unter anderem etwa 18.000 normale und gemischte Brötchen sowie 750 Brote,

damit die 13 Glup-Filialen sowie Kioske und Schulen beliefert werden können.

Dass die Qualität der Waren stimmt, liegt in der Verantwortung von Rolf Hartmann, ebenso Bestellungen, Produktentwicklung und Personalmanagement. Der gebürtige Bremer hat bei Glup seinen Bäckermeister gemacht und arbeitet seit 29 Jahren im Betrieb. An das frühe Aufstehen ist er also gewöhnt. „Außerdem habe ich nie Stau und den ganzen Nachmittag frei“, stellt Hartmann fest. Was auch hilft: die Sinnhaftigkeit des Bäckerberufs. „Wenn wir

nicht aufstehen, haben die Menschen weder frisches Brot noch Brötchen.“



Die einen fahren hin zur Arbeit, die anderen von der Party nach Hause. Wie die Club-Gäste des „5 Elements“: Haben sie genug gefeiert, können sie dank der Nachtfahrerinnen und -fahrer, die im Auftrag des Zweckverbands Verkehrsverbund Bremen/Niedersachsen (ZVBN) und des

weiterlesen auf S. 12



SCHWESTER IM KRANKENHAUS

IMMER ANSPRECHBAR

Die Nächte von Olga Weigant sind gleißend hell. In der Zentralen Notaufnahme des St. Josefs-Hospitals in Cloppenburg sind alle Räume optimal ausgeleuchtet. Aus gutem Grund: Bei den Tätigkeiten der 42-jährigen Krankenschwester kommt es auf kleinste Details an. „Wir müssen über viele Stunden aufmerksam und konzentriert sein, um auch bei Notfällen einen kühlen Kopf zu bewahren“, erzählt sie. Die Nachtschicht ist besonders lang, sie dauert von 20 Uhr bis 6 Uhr. Wenn sich zu Stoßzeiten die Gänge füllen, wird es stressig für die dreifache Mutter. Kaum einen Schritt kann sie tun, ohne angesprochen zu werden. Geduldig beantwortet sie alle Fragen, auch ihre gute Laune verliert sie nicht. Dabei wartet im Schockraum schon der Patient. Ruhe? Gibt es für die gebürtige Kasachin erst spät in der Nacht – dann, wenn draußen schon der neue Tag anbricht.



*Wie sich die Nachtschicht von Olga Weigant genau gestaltet, erzählt *1786 Online.*



Schlafmediziner Dr. Klaus-Dieter Wolgast

Lebensnotwendige Ruhephasen

Erstaunlich: Der Mensch verbringt ein Drittel seiner Lebenszeit schlafend, während er nur etwa ein Zehntel davon arbeitet. Im Alltag machen sich viele Menschen trotzdem nur wenig Gedanken darüber, wie die ideale Nachtruhe aussieht. Im Gegensatz zum Experten Dr. Klaus-Dieter Wolgast vom Schlafmedizinischen Zentrum des St. Franziskus-Hospitals in Lohne.

Was genau passiert eigentlich im Schlaf? Was machen Kopf und Körper in dieser Phase?

Wir unterscheiden zwei Arten von Schlaf. Im „Non-REM-Schlaf“ sieht man mit zunehmender Schlaftiefe eine Abnahme der Muskel- und Hirnaktivität. Dagegen weist der „REM-Schlaf“ eine sehr hohe Hirnaktivität auf, während alle motorischen Muskeln nahezu vollständig inaktiv sind. Derzeit geht man davon aus, dass im Non-REM-Schlaf eine körperliche Regeneration erfolgt, während im REM-Schlaf Lernprozesse stattfinden, Erfahrungen und Erinnerungen abgespeichert oder verworfen werden.

Wenn man zu wenig oder sehr schlecht schläft: Welche Folgen hat das?

Die Auswirkungen hängen von der Dauer ab. Sollten die Störungen nur kurzzeitig bestehen, ist abgesehen von einer Tagessymptomatik wie Müdigkeit kein relevantes Gesundheitsrisiko zu erwarten. Bei längerfristigem Auftreten sind jedoch Einschränkungen sowohl der physischen als auch psychischen Leistungsfähigkeit zu erwarten. Die Betroffenen weisen sehr häufig eine Monotonie-Intoleranz auf: Das bedeutet, sie nicken in monotonen Situationen ungewollt ein, etwa am Lenkrad. Zudem beklagen sie häufig Konzentrationsprobleme und Reizbarkeit.

Sind Menschen, die nachts arbeiten, häufiger betroffen?

Unsere innere Uhr ist an den Tages-Nacht-Rhythmus der Region gekoppelt, in der wir leben. Durch Schichtarbeit kommt es zu einer deutlichen Abweichung. Insbesondere bei Nachtschicht soll Arbeit zu einer Zeit geleistet werden, in der die innere Uhr Regeneration vorsieht. Und wiederum geschlafen werden, wenn die



innere Uhr auf Aktivität steht. Die Qualität des Schlafes am Tag beschreiben Nachtarbeitende zusätzlich als deutlich schlechter: Helligkeit, Geräusche und familiäre Verpflichtungen stören den Schlaf. Das führt nicht selten zu einer nachhaltigen Schlafstörung. Um die Belastung für den Organismus möglichst gering zu halten, sollte der Schicht-Rhythmus möglichst kurz sein. Dazu sollten die Schichten im Uhrzeigersinn wechseln – von Früh- über Spät- zu Nachtschicht.

Nun hat jeder mal schlechte Nächte. Wann sollte man zum Arzt gehen?

Solange „schlechte Nächte“ eine Ausnahme darstellen, besteht in der Regel kein Handlungsbedarf. Bei andauernden Schlafstörungen sollten die Betroffenen zunächst versuchen, negative Faktoren selbst zu erkennen. Hilft dies nicht, sollte bei einer hausärztlichen Untersuchung geklärt werden, ob gesundheitliche Faktoren den Schlaf negativ beeinflussen. Falls sie ebenfalls nicht als Auslöser der Schlafstörung in Betracht kommen, wäre eine Vorstellung in einer schlafmedizinischen Praxis sinnvoll.

*Die besten Tipps für guten Schlaf gibt Ihnen der Experte auf *1786 Online:*



» Landkreises Oldenburg im Einsatz sind, dafür auch den öffentlichen Nahverkehr nutzen. So verbindet der „HunteSprinter“ die Gemeinden Wildeshausen, Dötlingen, Kirchhatten und die Stadt Oldenburg und fährt unter der Woche fast durchgängig alle 30 Minuten in beide Richtungen. Auch samstags liegt die Taktung immer noch bei 60 Minuten – bis tief in die Nacht. „Ein Anlass, Nachtverkehre an den Wochenenden einzurichten, waren die traurigen Meldungen von tödlichen Unfällen auf dem Rückweg von der Diskothek“, weiß Stefan Bendrien, zuständig für den Bereich Planung und Qualität beim ZVBN. „Die Nachtverkehre im ländlichen Raum leisten einen starken Beitrag zur sicheren Mobilität in der Nacht.“



Ebenfalls bei Dunkelheit unterwegs ist das Team von Feinkost und Marktbeschicker Bastwöste. Um 4.30 Uhr haben sie angefangen, den Anhänger in der Oldenburger Zentrale mit Spezialitäten aus eigener Produktion und von traditionellen Herstellern aus oft südländischen Regionen zu beladen. 40 Minuten – und an manchen Tagen einen überwältigenden Sonnenaufgang – später sind zwei von ihnen am Marktplatz in Jever angekommen. Hier wird der Anhänger zum Marktstand umgebaut und die Produktpalette ansprechend auf dem Tresen platziert.

„Das frühe Aufstehen fällt manchmal schwer“, gesteht Ferdinand Freitag, einer von vier geschäftsführenden Gesellschaftern bei Bastwöste. Aber dass sich das Team so gut verstehe und die Menschen nett seien, mache es deutlich leichter. „Gerade unsere Stammkund-

schaft nutzt die Ruhe frühmorgens gerne zum Einkaufen. Und bringt uns große Wertschätzung entgegen, weil wir schon da sind“, so Freitag. Die Stimmung sei dadurch fast familiär. Er verspüre auch eine gesellschaftliche Verantwortung: „Der traditionelle Wochenmarkt ist gerade in Norddeutschland eine feste Institution – ohne uns, die früh aufstehen, könnte sie nicht weitergeführt werden.“



Aus Sicht von Hans-Hermann Steinkamp würde dieser Satz wohl lauten: Ohne uns, die nachts arbeiten, würden Briefe nicht an ihr Ziel gelangen. Zumindest nicht zeitnah. Er ist seit 2019 Leiter des Briefzentrums Oldenburg und für bis zu 310 Mitarbeitende verantwortlich. „Logistisch bewegen wir einiges“,

bemerkt er – man könnte sagen – zurückhaltend. Denn in Zahlen gefasst bedeutet der hiesige Betrieb: etwa 800.000 Sendungen und über 300 Touren pro Tag. Wer die vielen Umschläge auf den Bändern der Großbriefsortieranlage mit 15 Kilometern pro Stunde an sich vorbeifliegen sieht, bekommt eine Vorstellung von den Dimensionen.

Warum auch nachts gearbeitet wird? Ganz einfach: Tagsüber werden die Briefkästen geleert, Sendungen aus den Postfilialen abgeholt und abends auf die Briefzentren im jeweiligen Zielgebiet verteilt. Würden sie nur tagsüber sortiert, dann würden Arbeitsplätze und Maschinen nicht ausreichen, um alle eintreffenden Sendungen abzuwickeln. „Bis zu zwei Drittel werden nachts verarbeitet“, veranschaulicht Steinkamp. Die Folge wären schlicht längere Zustellzeiträume oder gar Ver-



arbeitsstau. Und Unmut bei den Empfängerinnen und Empfängern. Das zu vermeiden setzt voraus, dass knapp vier Fünftel der Belegschaft abends oder nachts arbeiten.

Auch Steinkamp selbst ist regelmäßig zu unterschiedlichen Tages- und Nachtzeiten im Briefzentrum anzutreffen, etwa um ein Problem zu lösen. Das kann vorkommen,



immerhin sind Logistik und Technik in einem Briefzentrum komplex. Die große Verantwortung trägt Steinkamp gerne: „Mich motiviert, wenn positiv über die Post gesprochen wird und unsere Mitarbeitenden mit ihrer Arbeit zufrieden sind.“

TAGESANBRUCH

Mittlerweile sind die ersten morgenroten Streifen am Himmel zu erkennen. Frische Brötchen duften in den Auslagen der Bäckereien, die Waren von Marktständen wandern in die Hände früher Kundschaft,

die sich von einer außergewöhnlichen Nachtwächter-Führung erzählt. In den Häusern springen Heizungen und warme Duschen an, während einige Club-Gäste noch etwas Schlaf nachholen. Lkw-Fahrerinnen und -Fahrer besteigen nach einem Frühstück in der Raststätte ihr Führerhaus. Bald liefern Zustellerinnen und Zusteller die ersten Briefe aus. Dass nachts in der Region nichts passiert, kann man also nicht behaupten. Oder andersherum: Würden alle schlafen? Undenkbar! ■

DJ IM CLUB

DIE NACHT ZUM TAG MACHEN

Tiefe Bässe bringen den Raum zum Beben, Lichtblitze durchzucken die Dunkelheit, Trockennebel verhüllt die Tanzfläche. Über allem thront Nicky Jones, einer der bekanntesten DJs im Nordwesten. Seit über zwanzig Jahren legt der Vareler bei großen Events in ganz Europa auf, aber auch bei regionalen Formaten wie „Tante Mia tanzt“. Sein Metier ist die Nacht, seine Arbeit beginnt erst weit nach dem Tageswechsel – wenn die einen schlafen und die anderen feiern. Vinyl und Turntables wurden mittlerweile zwar von smarten DJ-Controllern abgelöst, doch Nick van den Berg – wie er bürgerlich heißt – muss aufmerksam bleiben: die Tanzfläche „lesen“, auf Stimmungen reagieren. Eine klassische Nachtschicht ist es für den gebürtigen Niederländer trotz allem nicht: „Ich arbeite, aber ich feiere mit“, erklärt er. Und macht mit seinem Set die Nacht zum Tag.

*Die Anfänge des DJ-Daseins von Nick van den Berg liegen in seiner Nachbarschaft. Mehr dazu auf*1786 Online:*



Jubiläum

*1786

wird 5!

Das Magazin *1786 feiert seinen fünften Geburtstag – höchste Zeit für einen Rückblick! Der zeigt, wie einander zugewandt, begeisterungsfähig, facetten- und ideenreich die Menschen im Oldenburger Land sind.

Doch, Heimat kann man schmecken! Etwa in den traditionell gebackenen Broten und Brötchen der Holzofenbäckerei Ripken in Augustfehn (AUSGABE 1). Aber auch im Superfood von Familie Cordes aus Langförden, die unter dem Namen „Evergreen-Food“ – heute „Lüttge Superfood“ – aus Mikroalgen Lebensmittel macht (2).

Einfallsreichtum zeigt sich insbesondere in Krisenzeiten. Das bewies das Oldenburgische Staatstheater während der Corona-Pandemie. Kurzerhand wurde die Bühne auf Boot verlagert oder sorgten Kleider für exakt „1,5 m“ Abstand (3). Den richtigen Riecher für bestimmte Situationen zu haben, lernt auch Labrador Pino von LzO-Mitarbeiterin Tanja Oswald. Die Filialeiterin aus Delmenhorst begleitet ihren Vierbeiner, wenn er beim „Mantrailing“ Menschen aufspürt (4).

Von Zivilisation und seiner Wahlheimat Wahnbek wiederum weit entfernt war Dr. Thomas Reiter, als der Raumfahrer aus dem All auf die Erde blickte (5). Apropos Anblick:

Das Ehepaar Petra und Bernd Marschner freut sich jeden Tag über seine Entscheidung für einen Doppelbungalow in Varel – und damit für weniger Wohnraum (6).

Freude ist uns auch ins Gesicht geschrieben, wenn wir einander nahe sind wie die Hebamme Tatjana Koch dem frisch geborenen Baby Pauline beim Besuch in Rastede (7), wenn wir an einem Alpaka-Spaziergang durch Wiesen und Wälder in Drantum (8) teilnehmen oder jeden Tag im Grünen sind wie im Waldkindergarten Schortens (8). Oder stolz auf etwas sein können wie Friederike Mönning auf ihren erfolgreichen Malerfachbetrieb in Vechta (9) und Juniorprofessorin Paula Maria Bögel auf ihre Karriere in der Wissenschaft (9).



AUSGABE 1



AUSGABE 1



AUSGABE 2



AUSGABE 3



AUSGABE 4



AUSGABE 8



AUSGABE 8



AUSGABE 5



AUSGABE 9



AUSGABE 6



AUSGABE 9



AUSGABE 7

Alle digitalen Ausgaben und die Folgen des Podcasts „*1786 trifft“ finden Sie auf *1786 Online:



Immer nah dran

Mit der eigenen Heimat ist es so eine Sache. Wir sind bestens mit ihr vertraut. Wenn es aber darum geht, sie zu beschreiben und diejenigen Dinge konkret zu benennen, die wir am meisten schätzen, dann stellen wir häufig fest: Das ist gar nicht so einfach!

Umso mehr freue ich mich, dass unser Kundenmagazin *1786 seit mittlerweile fünf Jahren dazu viele wertvolle Impulse gibt. Mit ihm zeichnen wir ein stimmiges Porträt unserer sympathischen Heimat – mal inspirierend, mal berührend, immer authentisch, echt und nah dran. *1786 zeigt eine Region im steten Wandel, die ihre charmanten Traditionen gekonnt in die Zukunft fortschreibt. Es ist die feine Mischung im Magazin aus typischen Eigenarten und überraschenden Neuerungen, aus Leichtigkeit und Substanz, die mich immer wieder überzeugt.

Mein herzlicher Dank geht an all die Menschen, die in den bisher zehn Ausgaben von sich erzählt und uns Einblicke in ihr Leben gewährt haben. Sie alle tragen ganz wesentlich dazu bei, dass unsere Heimat so liebens- und dieses Heft so lesenswert ist. „Unsere Nähe bringt Sie weiter“, lautet das Versprechen der LzO. Was wir mit dieser Nähe meinen, können Sie auch auf diesen Seiten lesen. Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Nahdransein!

Ihr

Michael Thanheiser

Die perfekte Pause

Als Nordlicht weiß man, dass an der See durchaus mal ein Windchen weht. Jetzt im Frühjahr gibt es jedoch immer wieder Momente, in denen die Konstellation perfekt passt: die wärmende Sonne im Rücken, die frische Brise von vorn – und man selbst genau dazwischen. Ein Genuss sind solche Augenblicke auch für Boxer-Mischling Sissi, die es sich in den Dünen von Schillig bequem gemacht hat. Inmitten des Strandhafers lässt es sich aushalten. Zumindest, bis Frauchen das Stöckchen wirft – dann gibt es Wichtigeres zu tun.

Fotografin:
Sarah-Jane Grimm
aus dem Wangerland

[sarah-jane-
photography.de](http://sarah-jane-photography.de)

Nähe ist, ganz
im Moment zu sein





Die Glaskuppel sorgt für einen lichtdurchfluteten Erlebnisbereich



Ideal fürs Sportschwimmen: die Länge und Tiefe der Bahnen



Delmenhorst

Das Oldenburger Land bietet unzählige charmante Orte. Eben: Lieblingsorte. Die Bewohnerinnen und Bewohner der Region stellen sie vor. In dieser Ausgabe die GraftTherme Delmenhorst und das Rauchhaus Wille in Wardenburg.

Hinweis:
Schicken Sie uns gerne Ihren persönlichen „Lieblingsort“ mit Bild und Beschreibung an: 1786@lzo.com

Doppelte Anziehungskraft:

Schwimmen in der GraftTherme Delmenhorst

Zum Wasser habe ich mich schon immer hingezogen gefühlt – da bin ich in meinem Element. Und wiederum in der Graft-Therme wie zu Hause. Ich trainiere hier als Wettkampfschwimmerin nahezu täglich, vor allem meine „Hauptlage“ Bruststil, wie man sagt. Deswegen genieße ich Gestaltung, Ausstattung und Atmosphäre des Schwimmbads ganz besonders.

Das erste Mal beherzt ins Schwimmerbecken gesprungen bin ich mit drei Jahren. Damals konnte ich noch gar nicht schwimmen, meine Schwester musste mich herausziehen. Aber dieses Erlebnis hat eine entscheidende Weiche gestellt: Meine Eltern hatten mich zügig bei einem Schwimmkurs angemeldet. In Ganderkesee habe ich mein Seepferdchen gemacht, mit sechs Jahren bin ich dann in die Delmenhorster GraftTherme gewechselt und habe dort mein Bronze-Abzeichen geschafft.

Danach habe ich noch viele andere Hobbys ausprobiert, von denen mir jedoch keines so viel Spaß gebracht hat wie das Schwimmen. Es hat mich mitgerissen und eine immer bedeutendere Rolle in meinem Leben gespielt. Zunächst kamen immer weitere Abzeichen dazu, mit acht Jahren habe ich dann angefangen, erfolgreich an Wettkämpfen teilzunehmen. Damals auf Kreis- und Bezirksebene, heute schwimme ich in der 2. Bundesliga mit der Damenmannschaft des Schwimmvereins Delmenhorst. In der Stadt halte ich übrigens fünf

Rekorde über alle Altersklassen hinweg und wurde 2022 zur Sportlerin des Jahres gewählt – eine große Ehre!

Mit diesem Erfolg hätte ich noch vor drei Jahren gar nicht gerechnet. Trotzdem ist natürlich klar, dass sich die Leistungen nicht von selbst erbringen: Ich trainiere sehr viel. Allein fünfmal pro Woche in der GraftTherme jeweils zwei Stunden, davor wärme ich mich noch eine halbe Stunde auf. Deswegen kenne ich das Schwimmbad in- und aus-

„MEINE ERFOLGE SIND ZWAR EINE SCHÖNE BESTÄTIGUNG, ABER DER SPASS AM SCHWIMMEN SOLL WEITERHIN IM VORDERGRUND STEHEN.“

Emma Kämpfe

wendig und fühle mich sehr wohl hier. Dass ich den Sportbereich am meisten nutze, versteht sich von selbst. Die Bahnen haben mit 25 Metern eine gute Länge und auch eine angenehme Tiefe – ich muss mir keine Gedanken machen, bei bestimmten Bewegungen den Beckenboden zu berühren.

Besonders mag ich die Unterwasserlichter. Ich trainiere oft, wenn es schon dunkel ist und sie an sind. Springe ich dann ins Becken, tauche

ich in eine andere Welt ab – die Geräusche werden dumpf und die Lichter schaffen eine tolle Atmosphäre. Beim Trainieren erlebe ich manchmal ein richtiges „Swimmer's High“; schwimme also so schnell, dass das Denken und Fühlen in den Hintergrund treten, nur noch die Geschwindigkeit zählt und ich wie schwerelos durchs Wasser gleite.

Weil das Training so viel Zeit einnimmt und die Erwartungshaltung an mich steigt, muss ich mir immer wieder vor Augen führen, warum ich schwimme. Sonst geht der Kern dessen verloren, was ich damit verbinde. Denn auch heute gilt noch: Zwar werden Siege immer wichtiger und sind eine schöne Bestätigung, aber der Spaß daran soll weiterhin im Vordergrund stehen. Ich will auch einfach mal so ins Wasser springen, ohne Leistungsgedanken.

Das geht in der GraftTherme super, weil sich leicht zwischen unterschiedlichen Becken wechseln lässt. Je nachdem, wonach einem gerade ist, kann man den Sport-, Erlebnis- oder auch den Wellness-Bereich wählen. Neben seiner Vielseitigkeit und Atmosphäre schätze ich am Schwimmbad vor allem die netten Leute und engagierten Sportlerinnen und Sportler. All das motiviert mich sehr. Oder, um im Bild zu bleiben: gibt mir Auftrieb.



Emma Kämpfe (17) schwimmt seit ihrem dritten Lebensjahr und mittlerweile sehr erfolgreich: Allein 2022 war sie fünffache Landesmeisterin, Vizemeisterin bei den norddeutschen Titelkämpfen und Viertplatzierte bei den deutschen Kurzbahnmeisterschaften über diverse Strecken und Schwimmstile ihres Jahrgangs.



Die GraftTherme ist vielseitig – wie das Wellness-Angebot beweist



Wenn Charakter in der Luft liegt:

Rauchig, wohlig, warm

Es stammt aus dem Jahr 1834, ist das letzte intakte Gebäude seiner Art zwischen Weser und Ems, denkmalgeschützt und ein Teil meiner Familie: das Rauchhaus Wille in Wardenburg-Achternmeer. An diesem wohlgehüteten Schatz will ich so viele Menschen wie möglich teilhaben lassen – vom Touristen bis zum Brautpaar. So füllt sich seine Geschichte mit Leben.

Erna und Erwin Westendorf, die Eltern von Heike Herks, an ihrem Hochzeitstag



Bereits seit sieben Generationen befindet sich das Rauchhaus in unserem Besitz. Es bedeutet für mich ein Stück Familie, ein Stück Herz. Ich selbst habe mit meinen Eltern und zwei Geschwistern darin gewohnt, meine Oma bis zu ihrem Tod 1992 und meine Tante sogar bis 1999. Als ich Kind war, hingen in der Diele noch Würste und Schweineschinken von den Bauernhöfen aus der Umgebung zum Räuchern an der Decke. Dazu war diese Hausform ursprünglich gedacht: Weil ihr ein Schornstein fehlt, zieht der Rauch aus dem Kamin durch den Wohnbereich.

Wegen des hohen emotionalen Werts hüte ich das Haus, so gut ich kann. Eine ganz schöne Herausforderung! Bevor ich es 2001 der Öffentlichkeit zugänglich gemacht habe, musste unter anderem das Fachwerk ausgebessert und das Dach neu gedeckt werden. Aber: Der Aufwand lohnt sich. Denn das Rauchhaus scheint auch in anderen etwas auszulösen. Ganze Busladungen voller interessierter Menschen kommen aus der gesamten Region zur Besichtigung.

Übrigens auch zum Heiraten. Paare, die sich für eine Hochzeit entscheiden, wissen den ländlichen Charme und die Ruhe zu schätzen. Diese Form der Ursprünglichkeit ist etwas Besonderes. Und natürlich meine Dekoration: Damit alles schön aussieht, achte ich auf jedes Detail – vom Blumenschmuck bis zur Sektbar. Die Trauung selbst findet in der Küche des Rauchhauses statt.

Welche Erlebnisse mir nachhaltig im Gedächtnis geblieben sind? Grundsätzlich nehme ich alle Besucherinnen und Besucher als Bereicherung wahr. Aber manche stechen tatsächlich heraus. Zum Beispiel ein Hochzeitspaar, das sich

Jedes dekorative Detail zählt





Das historische Gebäude ist seit sieben Generationen im Familienbesitz und ein beliebter Ort zum Heiraten

in weit fortgeschrittenem Alter noch für ein spätes Jawort entschieden hat – sie mit 83, er mit 85 Jahren. Von Gebrechlichkeit war hier nichts zu merken, im Gegenteil: Der trockene Humor des Bräutigams hat uns den ganzen Tag zum Lachen gebracht – die Braut, die Gäste und mich.

Ein anderes Paar hatte ein ungewöhnliches Spalier. Der Bräutigam ist Mitglied der Freiwilligen Feuerwehr, die zur Trauung mit mehreren

„DAS RAUCHHAUS IST FÜR MICH EIN STÜCK FAMILIE, EIN STÜCK HERZ.“

Heike Herks

Mannschaftswagen und Blaulicht angerückt kam. Die Kameraden haben dann mit Schläuchen einen Bogen aus Wasserstrahlen gebildet, unter dem das Brautpaar hindurchgelaufen ist – mit Regenschirm, versteht sich. Das war ein sensationeller Anblick!

Das Rauchhaus hat also schon so einiges erlebt – und auch überlebt. Im August 1949 hat bei einem schweren Gewitter ein Kugelblitz in den Kamin eingeschlagen und die Wand der Stube herausgebrochen. Egal wie schlimm der Schaden war, wir haben es immer wieder aufgebaut. Darauf bin ich stolz und dankbar dafür, ein wenig regionale und persönliche Geschichte lebendig zu halten. Das gibt mir ein Gefühl der Wärme. Apropos: In heißen Sommernächten schlafe ich manchmal auch heute noch im Rauchhaus.



Heike Herks (63) sorgt als Besitzerin in siebter Generation für den Erhalt des Rauchhauses Wille. Darin empfängt sie touristische Gäste und Vereine, richtet aber auch Hochzeiten aus.

Faktastische Hochzeitskultur

Von Segel bis Sand, von Blumenmeer bis Brauch: Die Zahlen zeigen, dass es sich in der Region ganz wunderbar heiraten lässt.

1908

wurde die historische „Großherzogin Elisabeth“ erbaut – ein stattliches Segelschiff, das sich als filmreife Hochzeitskulisse im Hafen von Elsfleth mieten lässt.

3 Schlösser gibt es allein im Landkreis Friesland, in denen man heiraten kann: Schloss Gödens (siehe Lieblingsort in Ausgabe 8), Schloss Jever und Schloss Neuenburg.

Bis zu 80

Stände von Modefirmen bis zu Gastwirtschaften präsentieren ihre Waren und Dienstleistungen rund ums Heiraten auf der Hochzeitsmesse in den Oldenburger Weser-Ems-Hallen, die zweimal im Jahr stattfindet.

1. Platz hieß es gleich zweimal für den Rhododendronpark Hobbie in Westerstede: Er wurde 2021 und 2023 mit dem Award der Plattform „Hochzeitslocation“ als bester Heiratsort Niedersachsens ausgezeichnet.



viele Sandkörner haben so manche Brautpaare unter den Füßen, die im Oldenburger Land heiraten. Denn in Hooksiel und Schillig finden sich dafür malerische Sandstrände. Die einzige Sorge des Brautpaares: dass ihr „Ja“ vom Meeresrauschen verschluckt wird.



365

Tage nachdem die Hose des Bräutigams am Hochzeitstag ausgezogen, verbrannt und „beigesetzt“ wurde, wird sie wieder ausgegraben und darauf kräftig angestoßen. So sieht es ein regionaler Hochzeitsbrauch vor. Die Symbolik? In der Ehe hat der Mann eben nicht mehr „die Hosen an“.

15.000

bis 25.000 Euro gibt jedes dritte Paar in Deutschland durchschnittlich für seine Hochzeitsfeier aus.¹ Die Hoffnung scheint erfreulicherweise groß, dass sich diese Investition lohnt.

63

Paare haben sich im Jahr 2023 allein im Standesamt Wardenburg das Jawort gegeben. Darunter Christian und Anna-Lena, die auf dem Bild zu sehen sind. Ihr Hochzeitsort der Wahl: das Rauchhaus Wille (siehe vorherige Seite).

¹ „Die große Hochzeitsstudie“ (WeddyPlace, 2023).

Der digitale Caregiver „PLiX“

Hilfe für Helfende

In Deutschland pflegen rund 500.000 Elternteile ein Kind mit Behinderung oder chronischer Erkrankung. Dennoch ist die Informationslage zu Unterstützungs- und Fördermöglichkeiten dürftig. Das wollte Isa Nowak – selbst pflegende Mutter – nicht länger hinnehmen und entwickelt mit „PLiX“ einen digitalen Alltagsbegleiter.

Neulich gab es wieder einen dieser Momente, in denen Isa Nowak die Bedeutsamkeit von PLiX gespiegelt wurde. Auf ihrem Instagram-Account bat sie die Community, bei einer Umfrage mitzumachen. Die Resonanz: über 1.200 Teilnahmen. „Wohlgemerkt kurz vor Weihnachten“, betont Nowak. „Wer sich in dieser zusätzlichen Stressphase Zeit für die Beantwortung einer Umfrage nimmt, glaubt an Sinn und Nutzen der Idee.“

DAS ZIEL: ENTLASTUNG

Am Angebot der Gründerin hat die Zielgruppe offensichtlich Bedarf. Man könnte ergänzen: dringenden Bedarf. Hinter PLiX – beziehungsweise der PLiX Care Innovation GmbH – steckt eine digitale Anwendung, die Eltern bei der Pflege eines Kindes mit Behinderung oder chronischer Erkrankung unterstützen

„ENDLICH KANN ICH ANDEREN MEINE ERFAHRUNG UND EXPERTISE VERMITTELN.“

Isa Nowak, Gründerin von „PLiX“

soll. Und ihnen letztlich das ermöglichen, was sie sich am meisten wünschen: mehr Zeit zu haben für das Kind, die gesamte Familie und auch sich selbst.

Zu diesen Eltern zählen auch Isa Nowak sowie ihre Geschäftspartnerinnen Brenda Meisel und Jule Steinborn. Sie wissen aus eigener Erfahrung, welche Herausforderungen mit einem pflegebedürftigen Kind verbunden





sind. Die Situation kann nicht nur zu dauerhafter Be-, sondern auch zur Überlastung führen – wie im Fall von Nowak. Während ihre heute sechsjährige Tochter, die mit einer seltenen Genmutation zur Welt kam, intensive Pflege benötigte, arbeitete sie als Förderschullehrerin. „Auf Dauer war das sehr erschöpfend“, erzählt die 36-Jährige. „Ich bekam ein Burn-out.“

PFLEGEBEDÜRFTIGE KINDER ALS NISCHENTHEMA

Dabei gibt es durchaus Möglichkeiten der Entlastung. Das Problem ist nur: Viele pflegende Eltern kennen sie nicht. „Erst ein Jahr nach der Geburt meiner Tochter hat uns der Psychosoziale Dienst im Krankenhaus aufgesucht, von dem ich bis dahin nicht mal wusste“, nennt Isa Nowak ein Beispiel. „In der Gesellschaft fehlt das Bewusstsein für pflegebedürftige Kinder.“ Dabei liegt ihre Zahl in Deutschland bei rund 300.000. Trotzdem sei laut Nowak von allem zu wenig da – zu wenig Beratungsangebot, zu wenig geschultes Fachpersonal und auch zu wenig Wissen.

VERLÄSSLICH VERFÜGBAR

Diese Lücke soll PLiX zukünftig schließen: indem sie pflegenden Eltern mithilfe von künstlicher Intelligenz passgenaue Informationen an die Hand gibt, über Leistungsansprüche aufklärt und im Alltag unterstützt, etwa weil sie an das Versenden des neuen Therapieberichts erinnert oder bei einer Antragstellung hilft. Wie ein verlässlicher und entlastender Alltagsbegleiter. Denn als digitale Anwendung auf dem Smartphone oder Tablet ist PLiX immer verfügbar, ob bei der Einschlafbegleitung, der Nachtwache oder beim Warten in der Klinik.



Mit diesem Konzept hat Isa Nowak nicht nur die Zielgruppe überzeugt, sondern bereits mehrere Förderungen an Land gezogen, darunter 2023 die Teilnahme an einem fünfmonatigen Accelerator-Programm im Oldenburger GO! Start-up Zentrum. Nach der Gründung von PLiX im Januar 2024 plant sie hier die nächsten Schritte. Wer ihr zuhört, spürt förmlich den Tatendrang der Gründerin. Sie betont: „Ich möchte, dass jedes pflegende Elternteil die bestmögliche Unterstützung erhält – von Anfang an.“ Es bleibt dabei: Pflegende Eltern brauchen Menschen wie Isa Nowak mit ihren Ideen, ihrer Wachheit und ihrem Willen. Und wieder könnte man ergänzen: dringend.



Mit Beratung zu mehr Energieeffizienz

Kosten senken, Klima schonen

Deutschland gilt als Vorreiter beim Ausbau der erneuerbaren Energien. Nicht nur bei großen Wind- und Solarparks gelangen Fortschritte, auch die Privathaushalte trugen mit ihren Investitionen zur guten Bilanz bei. Zuletzt mischten sich allerdings Misstöne in die Lobeshymnen: Während andere Länder aufholten, stockte es im Musterländle. Das hatte viel mit Unsicherheiten zu tun – doch dafür gibt es eine Lösung.



Eigentlich sind die Nachrichten weiterhin gut. So machten die erneuerbaren Energien in der ersten Jahreshälfte 2023 erstmals über die Hälfte des deutschen Strommixes aus. Dennoch war die Stimmung in der Bevölkerung gedämpft – nicht zuletzt, weil manche energiepolitische Weichenstellung schwierig nachzuvollziehen war. Vor allem das „Gebäudeenergiegesetz“ sorgte für viel Unruhe, bevor es deutlich verändert werden musste. Die Folge: Erst explodierte die Nachfrage nach Wärmepumpen, anschließend brach sie zusammen.

Beide Extreme waren nicht angebracht: „Die Wärmepumpe wird ein wichtiger Teil der künftigen Energieversorgung sein“, weiß Markus Meckelnborg, Produktexperte bei der LzO. „Sie ist aber nur dann sinnvoll und effektiv, wenn das betreffende Gebäude ausreichend gedämmt ist.“ Das Beispiel zeigt, dass Energieeffizienz differenziert betrachtet werden muss.

MASSARBEIT STATT MASSENWARE

Wer derzeit plant, seine Heizung auszutauschen, eine energetische Sanierung durchzuführen oder eine Photovoltaik-Anlage zu installieren, liegt damit weiterhin richtig. Langfristig lassen sich nach wie vor erhebliche Einsparpotenziale realisieren, zumal die Preisentwicklung bei fossilen Energieträgern wie Öl und Gas nicht seriös vorhergesagt werden kann. Hinzu kommt das gute Gefühl, einen Beitrag gegen den Klimawandel geleistet zu haben. Doch: Wie geht man vor?

„Noch vor dem Beginn einer Maßnahme empfehlen wir eine Energieeffizienzberatung“, betont Meckelnborg. Im Zuge dessen können Möglichkeiten und Potenziale festgestellt werden – auch vor dem Hintergrund der vielen Veränderungen in jüngerer Vergangenheit. So ist der Einbau einer neuen Gasheizung in einer Kommune nicht mehr möglich, sobald sie die gesetzlich geforderte Wärmeplanung verabschiedet hat. Dabei gibt es Unter-

schiede: Während eine Großstadt wie Oldenburg sie bis Juni 2026 vorlegen

muss, haben kleinere Gemeinden wie Wardenburg oder Wiefelstede dafür zwei Jahre länger Zeit.

Eine Beratung ist jedoch nicht nur mit Blick auf das Vorhaben sinnvoll, sondern auch bei dessen Finanzierung: Kommen Förderkredite oder Zuschüsse von BAFA und KfW infrage? Greift die neue KfW-Heizungsförderung? Und: Rechnet sich das alles? „Bei der Beantwortung dieser Fragen können wir helfen und im Zusammenspiel mit eigenen Produkten maßgeschneiderte Lösungen anbieten“, ergänzt der LzO-Experte.

Das Fazit: Im aktuell wechselhaften energiepolitischen Umfeld kann man tatsächlich schnell den Überblick verlieren. Maßnahmen zur Steigerung der Energieeffizienz sind weiterhin sinnvoll, sie bedürfen jedoch guter Planung und Beratung. Unter dieser Prämisse können die Privathaushalte weiterhin die Kosten senken und das Klima schonen.

„VOR ORT MUSS MIT DEM BLICK AUF DEN EINZELFALL GENAU GEKLÄRT WERDEN, WAS MACHBAR UND SINNVOLL IST.“

Markus Meckelnborg
Produktexperte bei der LzO

Weitere Informationen und das LzO-Beratungsangebot finden Sie hier:



Weil wir
als LzO
mittendrin
sind



Ob im Ehrenamt oder beruflich:

Voller Einsatz für die anderen

Louisa Albertzard scheint Energie für drei Leben zu haben. Denn zählt sie auf, was sie in ihrem Alltag so schafft, kann man kaum glauben, dass sie nur von einer Person spricht. Egal ob als Mitglied der Freiwilligen Feuerwehr oder bei ihrer Arbeit als Kundenberaterin: Sie hat vor allem die anderen im Blick, den Beitrag für die Gemeinschaft.

„**M**ir ist wichtig, Menschen etwas mitzugeben.“ In diesem Satz steckt womöglich der Kern dessen, was Louisa Albertzard ausmacht: Sich für andere einzusetzen, ist gleichzeitig Antrieb und Anspruch. Deshalb darf es gerne von allem etwas mehr sein – mehr Aufgaben, mehr Verantwortung, mehr Initiative.

Da wäre zum Beispiel das freiwillige Engagement: Seitdem sie mit zehn Jahren in die Freiwillige Feuerwehr Seefeld bei Stadland eingetreten ist, war sie nicht einfach „nur“ aktives Mitglied. Als Jugendsprecherin vertrat Albertzard die Anliegen der Jugendlichen, organisierte Zeltlager und entwickelte selbst Ideen für Freizeitaktivitäten und Wettbewerbe – zunächst in der Jugendfeuerwehr Seefeld, 2014 dann im übergeordneten Oldenburgischen Feuerwehrverband. Ebenfalls 2014 wurde sie beim Leichtathletik-Wettbewerb auf Kreisebene als Jahrgangsbeste geehrt. Um auch die Kleinen schon früh für ein Engagement zu begeistern, gründete sie 2019 gemeinsam mit anderen Mitgliedern eine Kinderfeuerwehr.

Dabei ist allein der aktive Dienst schon zeitintensiv: Einmal pro Woche treffen sich die Mitglieder abends für mehrere Stunden zum Trainieren für Einsätze. Auch hier übernimmt Albertzard zusätzliche Aufgaben: Als stellvertretende Atemschutzwartin stellt sie die Einsatzbereitschaft der Geräte und

Masken sicher, darf mit einer Sauerstoffflasche in ein brennendes Gebäude gehen und andere für den Atemschutzeinsatz ausbilden. Der Lehrgang sei durchaus eine Herausforderung gewesen: „Es werden Szenarien in engen Räumen nachgestellt“, beschreibt es Albertzard. Das erfordere neben bestimmten Fähigkeiten auch Mut.

EINSÄTZE UND VERANTWORTUNG LASSEN WACHSEN

Das gilt erst recht bei echten Einsätzen. Davon hat die 25-Jährige mittlerweile so einige erlebt. Der Einsatz bei einem Dachstuhlbrand sticht dabei heraus. „Wir sind als ‚Trupp‘, also zu zweit, ins Haus gegangen“, erzählt Albertzard. „Dabei tragen wir durch die Ausrüstung jeweils bis zu 28 Kilo zusätzlich mit uns.“ Und der Rauch lasse einen selbst in Gebäuden, die man kenne, die Orientierung verlieren. Da sei gegenseitiges Vertrauen unabdingbar. Nachdem das Dach mit einem sogenannten „Halligan-Tool“ aufgerissen worden war, ließen sich die Glutnester am Ende löschen. Verletzt wurde niemand.

Ein solcher Einsatz flößt Respekt ein, lässt aber auch wachsen. Ebenso wie die zusätzliche Verantwortung durch die unterschiedlichen Ämter. „Ich bin offener und selbstbewusster geworden. Ohne die Erfahrung aus meinem Engagement würde ich im Arbeitsleben anders auftreten“, sagt Albertzard von sich. So kann sie beispielsweise als LzO-Kundenberaterin Kompetenz und Augenhöhe vermitteln. Und als Nachwuchskunden-Multiplikatorin und Mentorin von zwei Auszubildenden wiederum als Vorbild vorangehen.

Auch hier gilt: Nur einen Aufgabenbereich zu übernehmen, reicht Louisa Albertzard nicht. Sie will anpacken, etwas bewegen. Ob Kundenschaft oder Team: „Mich erfüllt zu wissen, dass ich andere auf ihrem Weg begleiten kann“, wie sie es beschreibt. Da ist es wieder, das „Mehr“-geben-Wollen – eben voller Einsatz für die anderen.

Das Leben feiern

Mit Torten und Trompeten

In ihrer Confiterie in Westerstede hat Konditormeisterin Josephine Rötzer ihr eigenes Wunderland erschaffen. Hier lässt sie ihre Torten und Törtchen entstehen; Kunstwerke nahezu, mit denen sie den besonderen Anlässen des Lebens geschmacklich und gestalterisch wundervolle Akzente verleiht.



Josephine Rötzer steht in ihrer Confiterie, Konditorjacke an, Backmütze auf. Wobei „stehen“ es eigentlich nicht trifft. Sie fliegt vielmehr durch den Raum – greift ins Regal mit den vielen Dosen, vermischt an der Arbeitsfläche Zutaten und ist im nächsten Moment am Kühlschrank, um eine Creme kalt zu stellen. Während die Konditormeisterin einen Handgriff ausführt, denkt sie schon an die folgenden drei.

Das Ergebnis ihrer fliegenden Hände: Torten.

Aber nicht irgendwelche! Sie sind fein und kunstvoll: Josephine Rötzer macht sich Gedanken – über Kontext und Konzept, Geschmack und Gestaltung. Am Rand des Werks vor ihr fügen sich frisch geschnittene Obststücke aneinander, changiert das Rot von Erdbeeren, Himbeeren und Feige. Ein Hauch Goldstaub legt sich sanft über Heidelbeeren, die auf einem weißen Überzug aus italienischer Buttercreme ruhen. Geschmacklich zurückhaltend schafft sie einen angenehmen Kontrast zur Schokoladenmousse im Inneren.

Da wundert es nicht, dass Josephine Rötzer von sich sagt: „Ich fühle

mich mit jeder Torte verbunden.“ Zumal ihr Anspruch nicht nur an die Ausgestaltung hoch ist, sondern auch an die Rohstoffe. Die Qualität mancher Hotelküche oder Konditorei sei teils erschreckend, davon wolle sie sich abheben: „Vielen geht es nur um die ‚Show‘. Dabei sollte eine Torte natürlich toll sein, aber idealerweise auch nachhaltig.“ Die Auftragslage gibt Josephine Rötzer recht: Bis zu 24 Stück pro Woche stellt sie für

Kundinnen und Kunden aus ganz Deutschland her – jedes ein Unikat. Ihr

liebstes bisher: eine Hochzeitstorte, die den Lebenslauf des Ehepaars erzählte. Wieder ein kleines Wunderwerk.

„ICH FÜHLE MICH MIT JEDER TORTE VERBUNDEN.“

Konditormeisterin Josephine Rötzer



Wie Josephine Rötzer auf Umwegen zum Konditorglück fand, erzählt *1786 Online.

VEGANE VERFÜHRUNG

MOUSSE AU CHOCOLAT

Zutaten für ca. 6 Portionen:

- 115 g Aquafaba
- 115 g Zucker
- 55 g Läuterzucker (s. Beschreibung)
- 55 + 230 g vegane Sahne (z. B. aus Soja)
- 320 g Bio-Zartbitter-Kuvertüre (70 % Kakaoanteil)

Aquafaba und Zucker in einer Rührschüssel steif schlagen. Für den „Läuterzucker“ 50 g Wasser mit 50 g Zucker sprudelnd aufkochen und davon 55 g abwiegen. Mit 55 g Sahne in einen Becher geben. Kuvertüre in einer Schüssel in 30-Sekunden-Schritten in der Mikrowelle schmelzen und jeweils durchrühren. 230 g Sahne in einem Messbecher aufschlagen. Das Sahne-Läuterzucker-Gemisch einmal, etwas wärmer als handwarm, in der Mikrowelle erwärmen. Zur flüssigen Kuvertüre geben und mit einem Spatel eine glatte Masse herstellen. Anschließend 1/3 der aufgeschlagenen Sahne und 1/3 vom steifen Aquafaba in die Kuvertüre geben und zügig mit einem Spatel unterheben. Wenn die Masse glatt und homogen ist, werden in 2 Schritten jeweils 1/3 vom Aquafaba und 1/3 von der Sahne untergehoben. Die Masse in die gewünschte Form füllen und mindestens 6 Stunden im Kühlschrank auskühlen lassen.



30 Min.



einfach



mit Kühlzeit

Zutaten für ca. 12 Stücke:**Teig:**

3 mittelgroße Eier
 150 g Zucker
 1 Pck. Vanillezucker
 100 ml Sonnenblumenöl
 3 EL Naturjoghurt (3,5 % Fett)
 ca. 120 g geriebene Karotten
 70-80 g gehackte Wal- oder
 Haselnüsse
 0,25 TL Zimt (optional)
 180 g Mehl
 1 Pck. Backpulver

Das vollständige Rezept
 mit Frosting und Dekoration
 gibts auf *1786 Online:



Süell Oynak
 Vertriebsmanagement
 Privatkunden (LzO)

**KÖSTLICH KAROTTIG****RÜBLI-TORTE**

45 Min.



einfach

mit
Kühlzeit

Backofen auf 180 °C Ober- und Unterhitze vorheizen. Springform (26 cm Ø) fetten. Eier mit Zucker und Vanillezucker cremig schlagen. Öl und Joghurt unterrühren. Karotten, Walnüsse und Zimt dazugeben. Mehl und Backpulver hineinsieben und mit Teigspatel unterheben, dann vermengen. Masse in die Springform füllen und auf mittlerer Schiene 30 Minuten backen. Mindestens eine Stunde gut abkühlen lassen.

FRISCH UND FLUFFIG**BLUTORANGE-SKYR-TORTE**

Für die Creme kalte Sahne mit San-apart steif schlagen. In einer Schüssel Skyr mit Zucker verrühren. In einem Topf Agartine mit Wasser verrühren und bei mittlerer Hitze aufkochen. Unter ständigem Rühren 2 Minuten köcheln. Die Masse vom Herd nehmen und kurz abkühlen lassen. Anschließend in die kalte Skyr-Creme einrühren. Sahne im Anschluss unterheben.



30 Min.



einfach

sehr
cremig**Zutaten für ca. 12 Stücke:****Füllung:**

400 g Sahne
 4 TL San-apart (Sahnesteif)
 500 g Skyr natur
 80 g Zucker
 2 Beutel Agartine
 100 ml Wasser
 4-5 Blutorange(n)
 Blutorange(marmelade (optional))

Klingt lecker? Dann gleich
 das Rezept mit Biskuit und
 Schichtung nachbacken:



Marc Schmonsees,
 KundenServiceCenter (LzO)



Finden Sie die richtigen Zahlen?

SUDOKU

Ein Sudoku besteht aus neun Quadraten, die sich wiederum durch Zeilen und Spalten in weitere neun Felder aufteilen. Jede Zeile, Spalte und jedes Feld muss mit den Zahlen 1 bis 9 ausgefüllt werden, ohne dass sich die Zahlen innerhalb der Zeile, Spalte oder des Quadrats wiederholen dürfen.

3		2					1	
		1	4		7	9		
		9	8	1		2		
			6				7	
7				4				2
	2				1			
		4		3	6	8		
		8	2		9	1		
	9					5		3

SILBENRÄTSEL

Aus den folgenden Silben sind 18 Wörter mit den unten stehenden Bedeutungen zu bilden:

ab – bar – bloed – bre – cher – dach – de – de – der – di – eh – ehr – eis – er – fen – flach – fo – ge – gi – hof – keit – ken – kinn – la – lau – ler – lin – loe – maul – nung – ny – oeff – po – ren – rol – scher – sinn – sur – tag – tal – to – trin – vieh – waehr – waerts – wei – wen – zy

1. Ohr bei bestimmten Wildarten

7. ugs.: Unsinniges

13. elektronische Aufnahme

2. ebener oberer Hausabschluss

8. Unterkiefer

14. Flüssigkeit zu sich nehmen

3. Grasland für Tiere

9. Zier-, Wiesenpflanze

15. Rechtschaffenheit

4. Kinderfahrzeug

10. steifer, schwarzer Herrenhut

16. nach unten

5. Bürgschaft, Garantie

11. Auftakt, Einleitung

17. Spezialschiff

6. Internetseiten betrachten

12. Jubiläum, Gedenkfeier

18. Gestüt für Kleinpferde

Die vierten Buchstaben – von oben nach unten gelesen – ergeben die Lösung.

Im Gespräch mit Yared Dibaba

Fest auf zwei Stühlen

Yared Dibaba wurde 1969 in Oromia, Äthiopien, geboren, wuchs später aber im Landkreis Oldenburg auf. Damals waren Unterschiede eine Herausforderung, heute begreift der Moderator und Entertainer sie als inspirierend. Diese Offenheit macht ihn zu einem Mann mit vielen Heimaten.



1 Als Zehnjähriger kamen Sie aus Afrika nach Falkenburg. Können Sie sich noch an Ihre ersten Eindrücke erinnern?

Es war der 18. Juni 1979. Wir sind am Nachmittag angekommen – von der Millionenstadt Nairobi in ein kleines, ruhiges Dörfchen. Das war schon ein krasser Gegensatz.

2 Was hat später dazu beigetragen, sich in der Ferne zu Hause zu fühlen?

Ein Besuch bei meiner Großmutter im April 1994 hat mich in dem Gefühl bestärkt, dass ich meine Wurzeln in der äthiopischen Region Oromia habe. Danach saß ich nicht mehr zwischen, sondern auf zwei Stühlen.

3 Ihre Karriere begann als Außenhandelskaufmann für eine Bremer Kaffeerösterei. Gab es eine Sehnsucht nach der Ferne?

Ja, die gab es – und die Lust auf einen Job, der viel mit Reisen und einer gewissen Internationalität zu tun hat. Mir gefiel die Vorstellung, Personen aus unterschiedlichen Kulturen kennenzulernen.

4 Sie wurden schließlich Moderator, Entertainer, Autor und Sänger. Was tun Sie am liebsten?

Kurz und knapp: alles. Durch meine vielfältigen Tätigkeiten kann ich mich auf unterschiedlichste Art und Weise ausdrücken. Ich möchte keine Facette meines Traumberufs missen.

5 Sie schnacken perfekt Platt. Hatten Sie jemals Angst, darauf reduziert zu werden?

Nein, Angst ist sowieso selten ein guter Begleiter. Plattdeutsch ist ein Teil meiner Persönlichkeit, meine vielen anderen Seiten sind inzwischen aber genauso bekannt und das ist mir auch wichtig.

6 Sie stammen aus Oromia in Äthiopien, Ihre Frau aus Portugal, Sie leben in Norddeutschland. Haben Sie eine „Patchwork-Nationalität“?

Meine Nationalität ist „deutsch“, so steht es auch in meinem Ausweis. In meinem Herzen bin ich aber Oromo, Norddeutscher, vielleicht Nordportugiese und ein bisschen Ostfriesen. Eine „Patchwork-Nationalität“ habe ich nicht – aber viele Heimaten.

7 Was ist daran reizvoller: die Gemeinsamkeiten oder die Unterschiede?

Beide Aspekte sind für mich reizvoll und wichtige Bestandteile unseres Miteinanders. Ich finde, die Gemeinsamkeiten sind kraft-, halt- und energiegelend. Die Unterschiede machen wiederum eine gewisse Spannung aus, sie inspirieren.

8 **Ist Heimat eigentlich ein Ort, eine Sprache oder ein Gefühl?**

Heimat ist für mich alles drei zusammen und zudem dynamisch und in unterschiedlichen Ausprägungen präsent.

9 **Für TV und Hörfunk besuchen Sie kleine Ortschaften und treffen besondere Menschen. Kann Norddeutschland Sie noch überraschen?**

Auf jeden Fall! Es gibt Ortschaften, in denen ich haltgemacht habe, nur um zu sehen, was sich in den kleinen Nebenstraßen abspielt. Es gibt noch so viel zu entdecken.

10 **Wenn Sie dabei durchs Oldenburger Land kommen, wo machen Sie einen Zwischenstopp?**

Wenn es geht, beim Bäcker und im Laurentius Hospiz in Falkenburg oder am Haus, in dem wir früher gewohnt haben. Und natürlich auch bei den Menschen, mit denen ich im Herzen verbunden bin.

11 **Gibt es etwas, das typisch ist für die Menschen dieser Region – und das Sie auch in sich selbst entdecken?**

Eine Gemeinsamkeit der Norddeutschen und der Oromo: diese besondere Einsilbigkeit. Trotz meines Jobs als Moderator und Entertainer genieße ich es tatsächlich, auch mal nichts zu sagen. Daher schätze ich es, wenn Menschen ohne viele Worte auf den Punkt kommen.

12 **Was schmeckt Ihnen am Ende eines vollen Arbeitstages am besten? Grünkohl, Labskaus oder Ittoo Lukku?**

Ittoo Lukku – eine rote Sauce mit Hühnchen – und Grünkohl sind meine Lieblingsspeisen. Und das Schöne ist: Bei den Oromo gibt es diese rote Sauce auch mit Grünkohl, es passt also bestens zusammen.

Viele Grüße aus der Nähe!

O b daheim oder unterwegs: *1786 soll Sie mit interessanten und unterhaltsamen Inhalten bereichern. Wir hoffen, das ist uns auch mit der zehnten Ausgabe des Magazins gelungen. Geben Sie uns dazu gerne Feedback und schreiben Sie uns, über welche Themen Sie in Zukunft mehr erfahren möchten – am besten per Mail an: 1786@lzo.com.

Lösungen zu Seite 33

Sudoku

3	8	2	9	6	5	7	1	4
5	6	1	4	2	7	9	3	8
4	7	9	8	1	3	2	5	6
8	4	5	6	9	2	3	7	1
7	1	3	5	4	8	6	9	2
9	2	6	3	7	1	4	8	5
1	5	4	7	3	6	8	2	9
6	3	8	2	5	9	1	4	7
2	9	7	1	8	4	5	6	3

Silbenrätsel

1. LAUSCHER, 2. FLACHDACH,
3. VIEHWEIDE, 4. ROLLER,
5. GEWAHR, 6. SURFEN,
7. BLOEDSINN, 8. KINNLADE,
9. LOEWENMAUL, 10. ZYLINDER,
11. EROEFFNUNG, 12. EHRENTAG,
13. DIGITALFOTO, 14. TRINKEN,
15. EHRBARKEIT, 16. ABWAERTS,
17. EISBRECHER, 18. PONYHOF
- SCHLAFEN WIE EIN BABY

Impressum:

Die Angaben in diesem Magazin und auf lzo.com/1786 wurden von der Redaktion sorgfältig geprüft. Dennoch kann keine Garantie für die Richtigkeit gegeben werden. Eine Haftung ist ausgeschlossen. Nachdruck, Kopien und Vervielfältigungen sind nur nach schriftlicher Genehmigung gestattet.

Herausgeber:

Landessparkasse zu Oldenburg
Berliner Platz 1, 26123 Oldenburg
Telefon: +49 441 2300, lzo.com, lzo@lzo.com

Konzept, Text und Gestaltung:

von Mende Marketing GmbH, Oldenburg, vonmende.de

Bildnachweise:

Titel: ©Marcus Windus; Seite 2/3: ©von Mende Marketing; Seite 4: ©Julian Huke, ©von Mende Marketing; Seite 5: ©von Mende Marketing, ©Annika Fußwinkel, ©Maximilian Lux; Seite 6-9: ©Marcus Windus; Seite 10: ©von Mende Marketing; Seite 11: ©Timo Lutz; Seite 12/13: ©Jascha van den Berg, ©Mika Grossmann; Seite 14: ©von Mende Marketing, ©Annabell Sievert, Staatstheater Oldenburg/Stephan Walz; Seite 15: ©von Mende Marketing, ©ESA, ©LzO; Seite 16/17: ©Sarah-Jane Grimm; Seite 18/19: ©BAD Bäderbetriebsgesellschaft, ©Maximilian Lux; Seite 20/21: ©Mika Kramer, ©Manfred Herks, ©von Mende Marketing; Seite 22/23: ©MA Photography; Seite 24/25: ©von Mende Marketing; Seite 26/27: ©Getty Images/Westend61; Seite 28/29: ©von Mende Marketing; Seite 30/31: ©von Mende Marketing; Seite 32: ©LzO, ©Privat; Seite 34: ©Annika Fußwinkel



Der Podcast zum
Oldenburger Land



Überall da, wo es
Podcasts gibt!

*1786 TRIFFT



***1786 trifft spannende Menschen
aus dem Oldenburger Land. Damit
Sie der Region noch näher sind!
Weil's um mehr als Geld geht.**



Gleich Reinhören:
lzo.com/1786-podcast

Unsere Nähe bringt Sie weiter.

 **LZO**
meine Sparkasse