

*1786

Wissenswerte
Seiten unserer
HEIMAT



„Familie ist
Heimat“
Comedian Tahsim Durgun
im ehrlichen Dutzend



Identität:

Wie die Region uns prägt

Lohner Schützenfest

Mehr als nur Schießsport-Event: Einmal im Jahr steht eine ganze Stadt Kopf.

Schubkraft für die Region

Der Hightech Inkubator Oldenburg (HTI) bringt Start-ups auf Erfolgskurs.

Regionale Sterneküche

Kevin Gideon wagt ausgefallene Kreationen und bleibt doch ganz bodenständig.





Liebe Leserinnen, liebe Leser,

was definiert uns als Menschen? Ist es vielleicht der Beruf, die Familie, eine religiöse Zugehörigkeit oder besondere Leidenschaft? Unsere Identität ist vielschichtig und ständig in Bewegung. Eine besondere Rolle dabei spielt unsere Heimat, die uns ein Leben lang prägt – durch Sprache, Traditionen und ihre Menschen.

In unserem Fokusthema „Identität“ tauchen wir in ein komplexes Spannungsfeld ein: Was macht unsere Region mit uns? Und was machen wir aus unserer Region? Dazu sprechen wir zum Beispiel mit Bürgermeister Michael Kurz, der in seine Heimat Brake zurückkam, um die Dinge selbst anzupacken. Oder mit den Mitgliedern des TV Brettorf, deren Leidenschaft Faustball schon über hundert Jahre alt und längst ein Markenzeichen der Region ist.

Landwirtin Judith Batke macht verantwortungsvolle Landwirtschaft im Oldenburger Land vor und sichert als Ausbilderin mit Leidenschaft den Nachwuchs. Noch mehr wirtschaftliche Schubkraft liefert der Hightech Inkubator Oldenburg (HTI). Sein Ziel? Clevere Start-ups auf Erfolgskurs zu bringen.

Warum das Oldenburger Land ihn nicht mehr loslässt, verrät LzO-Vorstandsvorsitzender und gebürtiger Berliner Michael Thanheiser. Ebenfalls mit der Region verbunden und doch oft zwischen zwei Stühlen: Comedian Tahsim Durgun. Er steht uns im ehrlichen Dutzend Rede und Antwort zum Thema Heimat.

Viel Spaß!



Herzliche Grüße aus der Nähe

Ihre Jutta Schinzing

*aus dem LzO-Redaktionsteam *1786*

Inhalt

FOKUSSIERT

06 *Identität:* Wie die Region uns prägt

UNTERWEGS

18 **Lieblingsort: Mehrgenerationenhaus**
Für Sabine Weirauch ist ihr Mehrgenerationenhaus in Oldenburg ein lebendiger und offener Treffpunkt für alle Menschen.

20 **Lieblingsort: Schützenfest Lohne**
Wenn ein Fest mit Tradition und Offenheit eine Stadt in einen einzigen Verein verwandelt: Uwe Moormann feiert es und ist mittendrin.

22 **Faktastische Feste**
Zwischen Schützen, Stoppeln und Kartoffeln: Acht überraschende Fakten zu Festen im Oldenburger Land.



Warum *1786?

In diesem Jahr wurde die „Ersparungscasse für das Herzogthum Oldenburg“, die heutige LzO, gegründet. Damit ist sie die älteste durchgehend geschäftstätige Sparkasse der Welt.

CLEVER

24

Vornewegdenker

Der Hightech Inkubator Oldenburg (HTI) bringt die KI-Start-ups der Region auf Erfolgskurs.

26

Money Talks

Smarte Tipps: Was man wissen muss, um sich gegen Betrug zu schützen.



9

MENSCHLICH

28

LzO-Mitarbeiterin im Porträt

Katja Brüggemann hat schon lange das Lauffieber gepackt. Jetzt geht sie auch im Wasser und auf dem Rad auf Kilometerjagd.

34

Das ehrliche Dutzend

Tahsim Durgun schafft den Spagat zwischen humorvoller Alltagsbeobachtung und gesellschaftlicher Tiefenschärfe. Uns verrät er, was Heimat für ihn bedeutet.

GESCHMACKVOLL

30

Jenseits der Klischees

Starkoch Kevin Gideon vereint regionale Kost und feine Küche. Auf seiner Speisekarte wagt er überraschende Kombinationen.

+ drei Rezeptideen zum Ausprobieren



11



32

Identität:

Wie die Region uns prägt



Wenn man auf eine Karte blickt, findet man das Oldenburger Land nicht mehr als abgegrenztes Gebiet – und doch fühlen seine Bewohnerinnen und Bewohner sich bis heute tief im ehemaligen Großherzogtum verwurzelt. Neben ihrer Verbundenheit zur Region als Einheit haben sie sich an verschiedenen Orten ganz eigene, lokale Traditionen bewahrt. Über die kulturelle Vielfalt innerhalb einer Region.



Von Wangerooge bis Damme, von Augustfehn bis Delmenhorst – das

Oldenburger Land, das wir heute kennen, entstand aus dem Gebiet des damaligen Großherzogtums Oldenburg. Wir tauchen ein in die Geschichte einer Region, die sich bis heute eine reiche kulturelle Vielfalt bewahrt hat.

Vom Herzogtum zum Oldenburger Land

Wir werfen einen (langen) Blick zurück auf den Anfang des zweiten Jahrhunderts. Das Oldenburger Land besteht damals noch größtenteils aus Moor- und Marschgebieten. Etwas erhöht, über dem Dunst des Moores, haben sich aus Pfostenhäusern erste bäuerliche Siedlungen gebildet. Auf gerodeten Flächen werden Felder bewirtschaftet und das Vieh weidet. Durch diese Landschaft zieht sich der Fluss Hunte, der über eine Furt überquert werden kann und den Ort dadurch zu einem wichtigen Knotenpunkt auf der Handelsroute von Bremen nach Friesland macht – ideal, um den Handel zu kontrollieren und Zölle zu erheben. Genau das nutzt die Familie der Grafen von Oldenburg, die um das Jahr 1100 erstmals erwähnt wird¹ und von einer hölzernen Burg über dem Sumpf aus herrscht. Sie schafft es, das Ge-

biet im Laufe der Zeit immer weiter auszudehnen. Bis das Oldenburger Land der Region entspricht, die wir heute kennen und lieben, soll es aber noch einige Jahrhunderte und Machtwechsel dauern.

Auch wenn heute keine Gebietskörperschaft mehr besteht, hat sich die Region ihre Bedeutung erhalten. „Viele Institutionen wie die

„ALLE REGIONEN INNERHALB DES OLDENBURGER LANDES HABEN EINE EIGENE, TEILS SEHR REICHE GESCHICHTE.“

DR. WILKO LÜCHT, HISTORIKER BEI DER LANDESBIBLIOTHEK OLDENBURG

Oldenburgische Landschaft, die LzO, die IHK und noch einige andere agieren noch heute in diesem Gebiet“, ordnet der Historiker Dr. Wilko Lücht von der Landesbibliothek Oldenburg ein. Und auch in den Köpfen der Bewohnerinnen und Bewohner ist die Region noch klar erkennbar. Wie sehr sie sich als Einheit fühlen, zeigt zum Beispiel die Forderung nach der Herstellung eines Bundeslandes Oldenburg, die nach einem Volksentscheid 1975 allerdings nicht erfolgreich war.²

Während einige übergreifende Traditionen die Menschen des Oldenburger Landes verbinden, kann von kulturellem Einheitsbrei keine Rede sein. „Alle Regionen innerhalb des Oldenburger Landes haben eine eigene, teils sehr reiche Geschichte“, bestätigt Dr. Wilko Lücht. Wir tauchen tiefer in die kulturelle Vielfalt der Regionen ein.

Bewusste Tradition im Oldenburger Münsterland

In Cloppenburg und Vechta schlägt, zumindest symbolisch, noch das katholische Herz des Oldenburger Landes. Dass die Region früher Teil des Fürstbistums Münster war und sich erst später dem protestantisch geprägten Rest anschloss, zeigen schon die zahlreichen Hofkreuze und Kapellen, die die Landschaft durchziehen. Hier spielen traditionelle Werte wie die Familie noch eine bedeutende Rolle. Ganz nach dem Motto „da komme ich her, da gehöre ich hin“ ist es durchaus üblich, dass es junge Menschen



¹Deutsche Biographie „Oldenburg“ ²Bundesrat, Drs. 551/75, 5. September 1975 ³Ingo Ruhe, Leiter Privatkunden der LzO-Regionaldirektion Vechta ⁴Grundstücksmarktbericht Oldenburg-Cloppenburg 2019

nach Studium oder Ausbildung zurück nach Hause zieht oder sie sich erst gar nicht verabschieden. Drei Generationen Tür an Tür wohnend – hier keine Seltenheit. „Oft verrät schon der Name, aus welchem Ort jemand kommt“, beobachtet Ingo Ruhe.³ Von Anonymität keine Spur, hier kennt man sich.



Ebenfalls typisch: Die hohe Eigenheimquote.⁴ „Hier verbringen die Menschen mehr Zeit mit der Gartenpflege als damit, im Garten zu entspannen“, kommentiert Ruhe die liebevoll gepflegten Vorgärten. Wo die Oldenburger Münsterländer noch fleißig sind? In der Landwirtschaft sowie im Mittelstand. Im Oldenburger Münsterland herrscht die höchste Dichte an Schweine-, Geflügel- und Rinderzuchtbetrieben deutschlandweit.



LANDWIRTIN JUDITH BATKE

HOF MIT TRADITION UND ZUKUNFT

Judith Batke steht für eine Landwirtschaft im Oldenburger Münsterland, die weit mehr ist als Tierzucht. Auf ihrem Hof in Visbek verbindet sie Tradition mit Zukunft, Verantwortung mit Leidenschaft und prägt so das Bild der Region mit. Über 30 Auszubildende hat sie bereits erfolgreich begleitet, Schulklassen an die Landwirtschaft herangeführt und sich in zahlreichen regionalen Initiativen engagiert. Auch ihre eigenen Kinder sind mit dem Hofleben groß geworden. Ihre Tochter ist Tiermedizinerin und führt die Familientradition der Rinderzucht fort. Für Batke ist Landwirtschaft Teil der regionalen Identität: Sie schafft Werte, vermittelt Wissen und zeigt, wie eng Gemeinschaft, Natur und Ernährung zusammenhängen.

*Welche Werte Judith Batke als Ausbilderin an die junge Generation weitergibt, erzählt sie auf *1786 Online.*



» Aber auch die Oldenburger Münsterländerinnen und Münsterländer ruhen sich mal aus: Zum Feiern trifft man sich zum Beispiel auf dem Stoppelmarkt in Vechta oder den unzähligen Schützenfesten. In den Schützenvereinen werden das ganze Jahr über Tradition und Gemeinschaft gepflegt – als Fixpunkte, die man sich trotz allen Wandels bewusst bewahrt.

Küstenregion: Leben mit Wind und Gezeiten

In der Wesermarsch und in Friesland regieren andere Gesetze. Hier diktiert das Wasser den Alltag der Menschen. Kein Wunder, denn die Wesermarsch ist zum Großteil durch das Element eingefasst. Wind und Wasser prägen nicht nur die Landschaft, sondern auch die Mentalität der Küstenbewohnerinnen und -bewohner.

Sie haben gelernt, sich anzupassen und mit den natürlichen Gegebenheiten der Region zu leben, anstatt gegen sie zu arbeiten. Mit dem Einsatz von erneuerbaren Energien und den zahlreichen Schiffsbauwerften sowie Häfen machen sie vor, wie man geografische Gegebenheiten in wirtschaftliche Stärken umwandelt. „Wir sind der Hub für erneuerbare Energien im Nordwesten Deutschlands“, bringt es Markus Neumann⁵ auf den Punkt. Die Verbindung zum Wasser steht auch bei den Deichläufen oder zahlreichen Fischer- und Hafenfesten im Fokus.

Dementsprechend hart im Nehmen ist man in Friesland und in der Wesermarsch. Immer bodenständig, immer ehrlich, manchmal wortkarg – ob auf Platt oder Hochdeutsch. „Zusammen haben wir noch allen Sturmfluten und Kriegen getrotzt“, sagt Neumann. Immer den Blick nach vorne gerichtet: Wortwörtlich, denn von dort kommt der Wind meistens. Die Küstenregion steht für unendliche Weite und den Blick über das Flachland bis zum Deich, unterbrochen nur durch die Deichschafe. „Strand, Deiche, Natur und Gezeiten bringen viele Menschen zu uns, die

und Beamten sowie Pendlerinnen und Pendler gleichermaßen. „In wirtschaftlicher und kultureller Hinsicht hat Oldenburg absolut Zentrumscharakter“, findet Andreas Langer.⁷ Große Unternehmen wie Vierol, EWE, CEWE, die LzO oder ÖVO sind hier tätig, die lebendige Start-up-Szene sorgt für Nachwuchs.

Das kulturelle Angebot in Oldenburg lebt von seiner Vielfalt und beweist, dass Traditionsbewusstsein und die Offenheit gegenüber Neuem koexistieren können. Wer in die Geschichte der Hauptstadt eines Herzog- und

Großherzogtums eintauchen möchte, spaziert durch das malerische Dobbenviertel, besucht eines der zahlreichen Museen (Landesmuseum!) oder

„DAS SCHÖNE AM OLDENBURGER LAND IST, DASS ES AUS EINER HEILEN GESCHICHTE KOMMT, DIE KEINE ALLZU GROSSEN BRÜCHE HATTE.“

HORST-GÜNTER LUCKE, EHEMALIGER PRÄSIDENT DER OLDENBURGISCHEN LANDSCHAFT

den Charme der Küstenregion auch einmal erleben wollen“, fasst es Andreas Vollert⁶ zusammen.

Urbanes Leben an Hunte und Delme

Das Herzstück des Oldenburger Landes pocht hier: Als drittgrößte Stadt Niedersachsens und Regionalhauptstadt zeigt sich Oldenburg urban, liberal und akademisch geprägt. Die Universität sowie drei große Krankenhäuser und Institutionen wie das renommierte Hörzentrum unterstreichen den Stellenwert von Bildung und Forschung für die Stadt.

Oldenburg ist Stadt der Studentinnen und Studenten, Beamtinnen

geht ins Theater. Comedy, Filmfestspiele, Kultursommer, Kramermarkt oder alternative Locations wie der Polyester-Club – in Oldenburg ist für jeden etwas dabei. Und darauf ist die Stadt stolz. Vielleicht etwas zu stolz und sogar ein wenig versnobt, könnten böse Zungen behaupten. Trotz der Urbanität bleibt alles mit dem Fahrrad erreichbar, so auch Erholungsgebiete wie die vielen Parks, Grünflächen, Seen oder die Hunte.

Nur einen Steinwurf entfernt: die „kleine Schwester“ Oldenburgs, Delmenhorst. „Schnell an ‚Delme‘ vorbeifahren“, mögen manche aufgrund der wenig malerischen Stadtkulisse denken – zu Unrecht, findet Klaus Döring⁸: „In der Graftanlage mit Burginsel und der Grafttherme

⁵ Markus Neumann, Leiter Privatkunden der LzO-Regionaldirektion Ammerland-Friesland ⁶ Andreas Vollert, Leiter Privatkunden der LzO-Regionaldirektion Wesermarsch ⁷ Andreas Langer, stellvertretender Leiter der LzO-Regionaldirektion Oldenburg ⁸ Klaus Döring, stellvertretender Leiter Privatkunden der LzO-Regionaldirektion Wildeshäuser Geest-Delmenhorst



FAUSTBALLVEREIN TV BRETTORF

HEIMAT AUF DEM PLATZ

Alles erinnert an eine große Familie. Wenn die Bundesliga-Teams des TV Brettorf auf dem Vereinsgelände am Bareler Weg zusammenkommen, dann gibt es keine Eitelkeiten und Allüren. Man kennt sich und versteht sich hier – seit über hundert Jahren. In dieser langen Zeit ist der Faustball zu einem Markenzeichen der Region geworden. Immer wieder stellten die Vereine aus Brettorf, Moslesfehn oder Ahlhorn Meister und Pokalsieger. Zwar wird der athletische Sport auch in Berlin, Bayern und Brasilien gespielt, im Oldenburger Land jedoch ist die Dichte an Top-Teams am größten. Warum? Man versteht den Reiz, wenn man ein Spiel beobachtet: Kraft und Technik, aber auch Fairness und Freundlichkeit zeichnen den Sport aus. Und nach dem Match? Sitzen alle zusammen und sprechen über das, was sie bewegt. Wie in einer großen Familie.

Warum Faustball fest zur Region gehört, erfahren Sie auf *1786 Online.



lässt es sich wunderbar entspannen und die Museen auf dem ehemaligen Nordwolle-Gelände geben spannende Einblicke in die Geschichte der Region.“

Parklandschaft trifft Geest

Abseits der Regionalhauptstadt geht es in den Landkreisen Olden-

burg und Ammerland beschaulicher zu. Raus aus der teuren Stadt ins Grüne, aber noch nah genug dran, um nach Oldenburg oder Bremen zu pendeln – die Region wird als Wohnort immer beliebter. Natur und Erholung findet man hier allemal: Pferde und Höfe, Erdbeer-, Spargel- und Maisfelder, Wälder, Wiesen, Seen und Moor, wohin man schaut. Insbesondere

Ammerland ist für seine male- rische Parklandschaft mit den Rhododendren und Koniferen bekannt.

Ob ans Zwischenahner Meer für eine kurze Abkühlung oder Was- sersport oder auf eine Wanderung durch den Urwald Hasbruch – „das Oldenburger Umland ist ideal für Naturliebhaberinnen



» und Naturliebhaber und Radlerinnen sowie Radler“, findet Klaus Döring. Dieser Mix aus Natur und Nähe zur Stadt spiegelt sich auch in der Mentalität und in den Werten wider: bewusste Lebensqualität, Garten- und Handwerkskultur sowie Familienorientierung – und die Gemeinschaft. Probleme werden hier pragmatisch, offen und ohne großes Aufheben angegangen. Frei nach dem Motto: Zusammensetzen, beschnacken und lösen.

Für Markus Neumann darüber hinaus am Ammerland einzigartig:

die Kulinarik. „Neben Grünkohl dürfen der Ammerländer Löffeltrunk, der Smortaal, Ammerländer Schinken, Mettwurst, Tee, Zwieback und Konfitüren nicht fehlen.“

Vereint im Oldenburger Land

Obwohl also jede Region auf ihre ganz eigene, reiche Kultur stolz ist, können sich die Bewohnerinnen und Bewohner des Oldenburger Landes auf Traditionen und Werte einigen, die auch über die Grenzen der Landkreise verbinden. Wie Plattdeutsch, das sich als gemein-

same Sprache der Region mit seiner jahrhundertelangen Geschichte noch heute seine Bedeutung behalten hat. Oder die Kohlfahrt als fünfte Jahreszeit, die Schützenfeste, der Pferdesport, Boßeln, Klootschießen und viele weitere regionale Besonderheiten, die für die Friesinnen und Friesen ebenso wie die Ammerländerinnen und Ammerländer Heimat bedeuten. ■

Was Brake für Michael Kurz außerdem so besonders macht, erfahren Sie auf *1786 Online.



MICHAEL KURZ

HEIMAT ZWISCHEN WASSER UND WEITE

Bürgermeister Michael Kurz ist in Brake aufgewachsen – und nach 20 Jahren in Süddeutschland und Schleswig-Holstein ganz bewusst zurückgekehrt. „Heimat“, sagt er, „riecht nach Wasser, hat Weite – und verbindet Menschen.“ Für ihn ist es die Mischung aus Hafen, Kaje, Harriersand und dem Wesen der Menschen in der Wesermarsch. Wer als Besucherin oder Besucher nach Brake kommt, sei oft überrascht, wie schön und grün die Stadt ist, während Einheimische manches zu kritisch sehen. Kurz will den Blick heben, um die Perspektiven für jeden zu ändern: „Wer nach oben schaut, sieht, wie besonders Brake ist.“ Bürgermeister wurde er, um Dinge anzupacken – so wie Unternehmensansiedlungen, das neue Naturbad oder Treffpunkte wie die Sommerlounge. Doch wichtiger als jedes Projekt ist ihm das Gefühl, gemeinsam an der eigenen Stadt zu bauen.



Interview mit Prof. Dr. Doreen Brandt,
Experte für niederdeutsche Literatur

„Plattdeutsch in den Medien – da hat sich einiges getan“

Vor Jahrhunderten entstanden und noch heute verbindend: Plattdeutsch hat seinen festen Platz in der Region. Wie die Sprache so bedeutsam für das Oldenburger Land wurde und wie wir sie bewahren können, verrät Prof. Dr. Doreen Brandt.

Wie entstand Plattdeutsch und wie grenzt sich der Begriff vom „Niederdeutschen“ ab?

„Niederdeutsch“ bezeichnet verschiedene sogenannte Varietäten einer Sprache. Sie zählt wie Hochdeutsch zu den westgermanischen Sprachen, machte aber nicht die Sonderentwicklung der Konsonanten mit. So sagen wir heute im Hochdeutschen etwa „Apfel“, „Zeit“ und „machen“, im Niederdeutschen aber „Appel“, „Tiet“ und „maken“ – etwas vereinfachend begann hier die Geschichte der niederdeutschen Sprache.

Danach verändert sich das Niederdeutsche im Laufe der Zeit, von Altsächsisch oder Altniederdeutsch (bis 1100) über das Mittelniederdeutsche (ca. 1200 bis 1650) bis hin zur neuniederdeutschen Sprache (von 1650 bis heute). Der Begriff „Plattdeutsch“ bezieht sich ausschließlich auf diese neuniederdeutsche Sprache und setzte sich im Laufe des 17. Jahrhunderts als Bezeichnung dafür durch. Besonders bedeutend wurde die Sprache ab dem 13. Jahrhundert, unter anderem als Schriftsprache im Bereich der Rechtsprechung und zur Verständigung in Handel und Verkehr.

Plattdeutsch gilt als „vom Aussterben bedroht“ – ist da was dran? Und wenn ja, woran liegt das?

Ja, Umfragen belegen, dass die Anzahl der Menschen, die Plattdeutsch sprechen, tatsächlich rückläufig ist. Die Sprache ist insofern bedroht, als dass sie nicht mehr selbstverständlich in der Familie als Erst- oder Zweitsprache weitergegeben wird. Plattdeutsch oder Niederdeutsch zählt als Regionalsprache zu den Sprachen, die im Rahmen der Europäischen Charta der Regional- oder Minderheitensprachen als kulturelles Erbe Europas geschützt und gefördert werden.



Niederdeutsch spielt zum Beispiel in vielen Schulen noch eine wichtige Rolle im Schulalltag – ein Schlüssel, um dem rückläufigen Trend entgegenzuwirken. Für das Schulfach Plattdeutsch bilden wir an der Universität Oldenburg Lehrkräfte aus.

Wie sieht die Medienlandschaft rund um Platt aus? Hat die Sprache auch ihren Platz in der Popkultur?

Es gibt eine ganze Menge Podcasts auf und über Niederdeutsch, zum Beispiel vom Norddeutschen Rundfunk. Außerdem fallen mir sofort die beiden plattdeutschen Musikfestivals Plattsounds und Plattbeats ein. Und auf Social Media hat die Sprache unter anderem bei dem Fernsehmoderator Yared Dibaba, Schauspieler Richard Christian Bauer oder „Plattfluencerin“ Lisa Wrogemann einen festen Platz.

Hier hat sich in den letzten Jahren eine Menge getan, was für eine positive Sprachwahrnehmung nicht zu unterschätzen ist. Man darf aber natürlich auch nicht die Literatur, das Theater und das Hörspiel vergessen – auch diese Genres zeigen, was künstlerisch und ästhetisch mit der plattdeutschen Sprache möglich ist.

*Warum Plattdeutsch ihr persönlich am Herzen liegt und wo es noch gesprochen wird, verrät Prof. Dr. Brandt auf *1786 Online.*



LzO-Vorstandsvorsitzender
Michael Thanheiser im Interview

„Das Oldenburger Land bleibt ein Zuhause“



Identität entsteht aus Herkunft, Erfahrungen und Begegnungen. Für Michael Thanheiser, gebürtiger Berliner und seit 2019 Vorstandsvorsitzender der LzO, bedeutet sie vor allem Verwurzelung und Verantwortung. Im Interview spricht er über seine Prägung durch die Region, über die DNA der LzO – und warum Oldenburg ihn nicht mehr loslässt.

Herr Thanheiser, warum haben Sie die Metropole Berlin gegen das Oldenburger Land getauscht?

In Berlin hatte ich bereits eine erfolgreiche Bankkarriere hinter mir. Doch irgendwann stand die Frage im Raum: Gehe ich noch den letzten Schritt in den Vorstand? Die LzO suchte 2012 einen neuen Privatkunden-Vorstand, und es hat einfach gepasst – menschlich wie fachlich. Also sind wir nach Friedrichsfehn gezogen und haben uns dort ein neues Zuhause aufgebaut. Dennoch war es keine leichte Entscheidung, denn unsere jüngere Tochter und Eltern blieben in Berlin. Aber rückblickend war es ein wunderbarer Schritt.

Wie schwer war die Umstellung auf das Ammerland?

Leichter als gedacht. Wir wohnten in Berlin im ländlichen Ortsteil Gatow, umgeben von Bauernhöfen und der Havel. Von daher war vieles vertraut. Oldenburg, das Ammerland und seine Menschen haben uns freundlich aufgenommen. Es ist längst zu unserer zweiten Heimat geworden.

Sie schätzen Bodenständigkeit. Was bedeutet das für Sie?

Als Großstädter musste ich den Begriff erst mit Leben füllen. Heute heißt er für mich: Verwurzelung, Engagement für die Gemeinschaft und Verlässlichkeit. Hier erlebe ich jeden Tag, wie stark diese Werte unser Miteinander prägen. Man spricht morgens über Bankgeschäfte und trifft sich später im Sportverein oder bei der Feuerwehr. Dieses Geflecht aus Nähe und Vertrauen überträgt sich schon immer auf die LzO – und seit ich hier bin auch auf mich.

Die LzO ist stolz auf ihre lange Tradition. Was bedeutet diese für Sie?

Unsere Geschichte zeigt, dass wir uns immer wieder neu erfinden können. Früher nach Kriegen und Währungsreformen, heute in der Digitalisierung. Doch eines bleibt: Die LzO ist Teil des Lebens hier, nah bei den Menschen – sei es in Finanzfragen oder durch unsere

„OLDENBURG, DAS AMMERLAND UND SEINE MENSCHEN HABEN UNS FREUNDLICH AUFGENOMMEN. ES IST LÄNGST ZU UNSERER ZWEITEN HEIMAT GEWORDEN.“

Michael Thanheiser, Vorstandsvorsitzender der LzO

Stiftungen. Sie unterstützen zahlreiche Projekte, gerade dort, wo das Ehrenamt auf finanzielle Mittel angewiesen ist. Das erfüllt mich auch persönlich mit Stolz und einem guten Gefühl.

Was wünschen Sie Ihrer Nachfolgerin?
Tanja-Vera Asmussen kennt die LzO seit ihrer Ausbildung. Mein Rat an sie ist deshalb einfach: „Mach genauso weiter wie bisher.“



Sie denkt und handelt sehr menschlich, ist hier tief verwurzelt – bei ihr wird die LzO in besten Händen sein.

Und wie gestalten Sie persönlich die Zeit nach der LzO?

Wir ziehen bald nach Potsdam, um wieder näher bei Kindern und Enkeln zu sein. Gleichzeitig behalten wir auf jeden Fall unsere Wohnung in Oldenburg. Denn die vielen Freunde, die LzO – und auch das Zwischenahner Meer oder einen Abend bei den EWE Baskets – möchte ich nicht missen. Deshalb bleibt das Oldenburger Land für uns immer ein Zuhause.



DER PODCAST ZUM OLDENBURGER LAND

***1786 TRIFFT**

Bei *1786 trifft sprechen wir mit Menschen, die die Region bewegen – jetzt überall streamen, wo es Podcasts gibt:



JIL ANDERT UND MAX KLEMMER
MISS GERMANY STUDIOS

Wolle und Weite

Der Deich bei Rodenkirchen wirkt wie eine verlässliche Linie im Gelände: Er trennt nicht, er hält zusammen. Die Deichschafe schreiten ihn bei Wind und Wetter stetig ab. Ihr stoischer Tritt verdichtet den Boden, ihr Appetit hält das Gras kurz. Sie sind seit Jahrhunderten die verlässlichen Wächter der Schutzwälle. Unter dem weiten Himmel des Nordens übertragen sie Gelassenheit direkt an jeden, der ihnen begegnet.

Fotografin:
Lea Schäfer aus dem
Landkreis Wesermarsch

Nähe ist, gemeinsam
das Land zu prägen





Stadt Oldenburg

Das Oldenburger Land bietet unzählige charmante Orte. Eben: Lieblingsorte. Die Bewohnerinnen und Bewohner der Region stellen sie vor. In dieser Ausgabe sind es das Mehrgenerationenhaus in Oldenburg und das Schützenfest Lohne im Landkreis Vechta.

Hinweis:

Schicken Sie uns gerne Ihren persönlichen „Lieblingsort“ an: 1786@lzo.com

Mehrgenerationenhaus Oldenburg

Wo Alltag auf Gemeinschaft trifft

Ein Ort, der Türen öffnet: Im Mehrgenerationenhaus Oldenburg trifft gelebte Nachbarschaft auf praktische Hilfe – offen, herzlich und jeden Werktag zugänglich. Hier wächst aus kurzen Wegen, persönlicher Nähe und echter Beteiligung eine Gemeinschaft, die trägt und alltagsnah unterstützt.



Sabine Weirauch (60 Jahre) ist Dipl. Hotelière und leitet seit 2020 mit großer Begeisterung das Mehrgenerationenhaus Oldenburg. Ihre Erfahrung aus der Hotellerie bringt sie heute in die soziale Arbeit ein – mit einem feinen Gespür für Menschen, viel Offenheit und dem Anspruch, alle Besucherinnen und Besucher herzlich willkommen zu heißen.

Mitten im Oldenburger Stadtteil Bürgerfelde, umgeben von Mehrfamilienhäusern, liegt mein persönlicher Lieblingsort: das Mehrgenerationenhaus Oldenburg, dessen Träger die Johanniter-Unfall-Hilfe e. V., Ortsverein Oldenburg ist. Was auf den ersten Blick wie ein Wohnprojekt wirkt, ist tatsächlich ein lebendiger und offener Treffpunkt für alle Menschen, unabhängig von Alter, Herkunft oder Lebenssituation.

Im Mittelpunkt unserer Arbeit stehen praktische Alltagsunterstützung und Beratung – wir helfen, wo wir können, und vermitteln weiter, wenn jemand spezielle Unterstützung braucht. Sie sind niedrigschwellig, unbürokratisch und für die Besucherinnen und Besucher kostenlos. Möglich ist das durch viele engagierte Ehrenamtliche, Praktikantinnen und Praktikanten sowie junge Menschen im Freiwilligendienst. Ob Handyschulungen für Seniorinnen und Senioren, Hilfe bei Finanzfragen oder der gemeinsame Spaziergang „3000 Schritte für die Gesundheit“ rund um den Bürgerfelder Teich – unser Haus lebt vom Mitwirken vieler.

Besonders stolz bin ich auf unseren Deutschkurs in Kooperation mit der Volkshochschule. Während die





Eltern lernen, betreuen wir ihre Kinder. Das schafft echte Bildungschancen. Viele unserer Angebote richten sich an die Menschen im direkten Umfeld. Die Wege sind kurz, die Beziehungen persönlich.

Wir arbeiten eng mit lokalen Partnern zusammen: dem Stadtteiltreff Dietrichsfeld, dem Bürgerfelder Turnerbund, der Stadt Oldenburg, der GSG, kirchlichen Trägern, der

**„DIE TÜR STEHT OFFEN. MONTAGS BIS FREITAGS.
DAS IST NICHT SELBSTVERSTÄNDLICH, ABER GENAU
DAS MACHT DEN UNTERSCHIED.“**

Sabine Weirauch

Agentur Ehrensache und weiteren Organisationen. Ein Herzensprojekt ist für mich „Pflege und Quartier“. Eine Pflegefachkraft der Johanniter kommt regelmäßig ins Mehrgenerationenhaus, um Angehörige, Freunde und Nachbarn zu beraten.

Viele unserer Angebote entstehen ganz natürlich aus dem, was Menschen mitbringen. Ein Ehrenamtlicher grillt gerne, also wird gemeinsam gegrillt. Eine andere hilft beim Gedächtnistraining. Diese Offenheit schafft Vertrauen und Begegnungen, wie man sie heute selten erlebt. Junge Menschen unterhalten sich mit Seniorinnen und Senioren,

lauschen Geschichten aus der Vergangenheit und entdecken dabei oft Gemeinsamkeiten.

Auch unser Stadtteil verändert sich. Früher lebten hier überwiegend ältere Menschen, heute ziehen viele junge Familien mit Migrationsgeschichte ein. Natürlich kommt es manchmal zu Missverständnissen zwischen Generationen oder Kulturen. Aber wir versuchen, Brücken zu bauen. Wir wollen Verständnis fördern, Vertrauen schaffen, wie in einer Familie.

Für viele ist unser Haus ein Stück Heimat geworden. Ein Ort, an dem Zeitung gelesen, die Mail ausgedruckt und bei digitalen Fragen geholfen wird. Unsere langen Öffnungszeiten, oft bis 18 Uhr, bieten Verlässlichkeit im Alltag. Wir sind einfach da.

Oldenburg bietet dafür ideale Bedingungen. Die Stadt ist groß genug für funktionierende Netzwerke und klein genug für persönliche Nähe. Genau diese Mischung macht unsere Arbeit und diesen Ort so besonders.

Das ist für mich eine echte Nachbarschaft: *Miteinander – Füreinander*.

Das Mehrgenerationenhaus freut sich über Spenden und ehrenamtliche Unterstützung.





Uwe Moormann (59 Jahre) ist seit 1983 Mitglied des Schützenvereins Lohne und übte dort im Laufe der Jahre verschiedene Ämter aus. Seit 2016 ist er Präsident des Vereins. Hauptberuflich arbeitet er als Versand- und Exportleiter in Visbek.

Lieblingsort Lohner Schützenfest

Wenn eine Stadt Kopf steht

Nur einmal im Jahr, versetzt aber ganz Lohne und seine Umgebung in einen Ausnahmezustand: Mein Lieblingsort ist das Schützenfest. Es schafft ein Gefühl von Zusammengehörigkeit, das man in dieser Form nur selten erlebt.

Schon seit über 400 Jahren gibt es das Lohner Schützenfest. Mit seinen 2800 Mitgliedern und 67 Kompanien ist es ein Großereignis. Wer aber denkt, es sei ein reines Schießsport-Event, der irrt gewaltig – Lohner Schützenfest, das ist regionale Identität pur. Immer wieder ein Wochenende voller Emotionen, das lange in Erinnerung bleibt. Vom Empfang im Rathaus über die Schützenmesse, den Festmarsch, den Festkommers und die Kinderkönigsproklamation bis hin zum Zapfenstreich ist es jedes Jahr wieder ein buntes Fest.

Was seinen Geist für mich ausmacht? Dass hier Menschen aller Generationen und verschiedenster Herkunft zusammenkommen und feiern, ganz friedlich und tolerant. Das Lohner Schützenfest zeigt, wie Tradition und Offenheit Hand in Hand gehen. Frauen und Männer sind hier gleichermaßen aktiv – ob als Schützinnen und Schützen, Organisatorinnen und Organisatoren oder einfach als begeisterte Gäste. Die Rollen sind vielfältig und offen, für alle. Das ist uns wichtig. Unsere Integrationsgruppe feiern wir mit eigenem König und Proklamation.

Für viele Lohnerinnen und Lohner ist das Fest ein Symbol ihrer lokalen Identität. Und das oft von klein auf: Viele Kinder wachsen mit dem Schützenverein auf, weil Eltern, Großeltern oder sogar Urgroßeltern bereits aktiv waren. Die Zugehörigkeit wird oft von

wie Jugendtanz und Familiennachmittag ergänzen das Programm mittlerweile.

Ob Schützinnen und Schützen oder nicht – wer noch nie da war, sollte einmal vorbeischaun, wenn das Fest die Stadt wieder in einen

„HIER KOMMEN MENSCHEN ALLER GENERATIONEN UND VERSCHIEDENSTER HERKUNFT ZUSAMMEN, UM ZU FEIERN, GANZ FRIEDLICH UND TOLERANT.“

Uwe Moormann

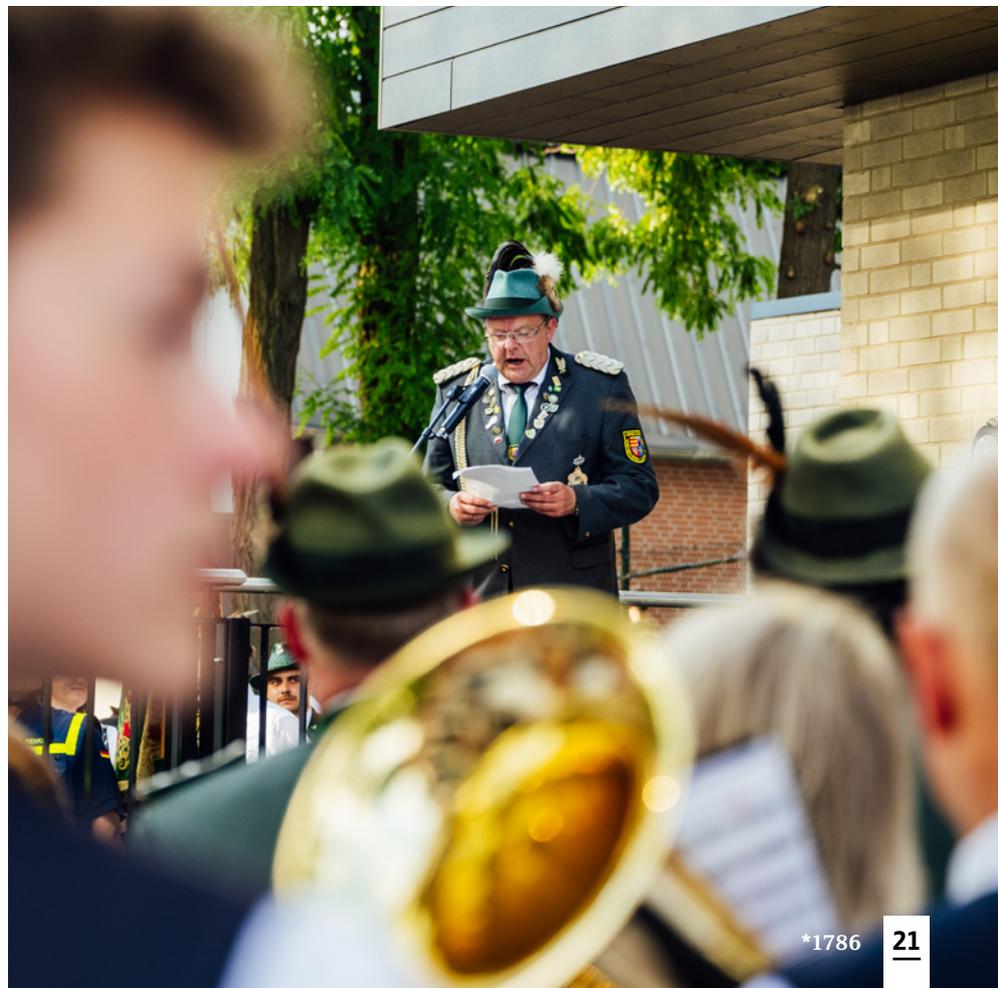
Generation zu Generation weitergegeben – mit Stolz und Herzblut. Schon die Kleinsten erleben das Fest beim Kinderschützenfest, später als Jugend-Schützen oder beim Jugendtanz. So werden früh Gemeinschaft und Verantwortung vermittelt. Dieses Gefühl von „Zuhause“ wirkt über die Stadtgrenze hinweg, denn für das Fest reisen auch Gäste aus umliegenden Gemeinden und sogar ehemalige Lohnerinnen und Lohner extra an – das zeigt, wie stark die emotionale Bindung und die Anziehungskraft des Festes sind. Bei uns findet jede und jeder sein Programmhilicht, ob beim Jugendtanz, dem Familiennachmittag oder dem Seniorenkaffee. Übrigens auch, wenn man gar keine Verbindung zum Schützenverein hat.

einzigsten Verein verwandelt. Das Lohner Schützenfest ist ein pulsierendes Stück Heimatkultur, das man so eigentlich gar nicht erklären kann. Man muss es miterlebt haben!

Das Lohner Schützenfest hat sich über die Jahrzehnte gewandelt, ohne seinen traditionellen Kern zu verlieren – den Festmarsch, Königsthron, Zapfenstreich und alles, was noch dazugehört. Und auch die Kompanien sind oft noch nach Straßen, Stadtteilen oder anderen historischen Bezügen benannt und unterscheiden sich in Hintergrund, Kleidung und Sprüchen. Aber auch modernere Highlights



Landkreis Vechta



Faktastische Feste

Zwischen Ponys, Puffern, Party und Papageienschuss – das Oldenburger Land hat eine einzigartige Festkultur.

6 **Uhr:** Bereits so früh am Morgen findet der Viehauftrieb des Zeteler Marktes statt, bei dem unter anderem Rinder, Pferde, Esel, Ponys, Lamas und Alpakas angeboten werden.

1810

In diesem Jahr wurde der Schützenverein Westerstede gegründet. Heute trainiert dort der Vereinsnachwuchs mit „Lichtpunkt“-Anlagen – ganz ohne Munition.

38 So viele Meter hoch ist das Riesenrad auf dem 890. Roonkarker Mart in Rodenkirchen – dem größten und ältesten Volksfest der Wesermarsch. Übrigens: Dort werden traditionsgemäß Schweineprodukte für einen guten Zweck versteigert.

10 So lang in Kilometern ist die längste Strecke des Cloppenburg Citylaufs, der fester Programmpunkt beim Cloppenburg Cityfest ist. Beim „Bambinilauf“ sind die Kinder aber schon nach 400 Metern am Ziel. Sportlich feiern geht also auch!

800.000

Mindestens so viele Besucherinnen und Besucher zieht der Stoppelmarkt in Vechta jedes Jahr auf einer Fläche von 160.000 m² an. Der Name entstand durch eine Pestepidemie im Jahr 1577, als der Markt auf ein Feld mit noch vorhandenen Erntestoppeln verlegt wurde.

250

So viele Buden und Fahrgeschäfte locken auf dem Oldenburger Kramermarkt, der zu den größten Volksfesten Nordwestdeutschlands zählt.

1403

Seitdem gibt es das Gildefest in Wildeshausen. Die veranstaltende Schützengilde besteht traditionsgemäß nur aus Männern. Frack und Zylinder sind beim Aufmarsch Pflicht. Das Highlight: der Schuss auf den „Papagoy“ (Papagei).

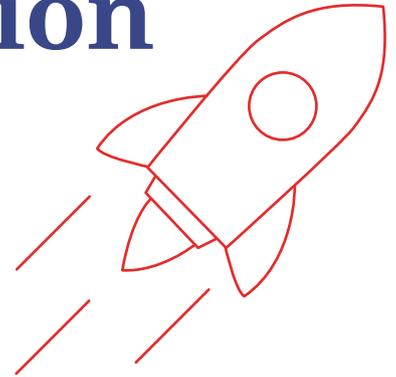
18

So viele verschiedene Kartoffelsorten präsentierte Heiko Moorschlatt im letzten Jahr auf dem Delmenhorster Kartoffelfest. Darunter Klassiker wie die „Linda“ und die moderne „Glorietta“. Am 12. Oktober 2025 dreht sich wieder alles um die „tolle Knolle“.

Hightech Inkubator Oldenburg (HTI)



Schubkraft für die Zukunft der Region



Damit aus einer guten Idee ein erfolgreiches Unternehmen wird, braucht es so einiges – finanzielle Unterstützung, einen Plan und die richtigen Beziehungen, zum Beispiel. Bei all dem kann der Hightech Inkubator Oldenburg (HTI) helfen. Sein Ziel? Die wirtschaftliche Zukunft der Region zu sichern.

Hightech Inkubator: Was erst einmal abstrakt klingt, kann man sich tatsächlich wie eine Art Brutkasten vorstellen – für Start-ups, die auf Erfolgskurs gehen wollen. Damit sie wachsen und gedeihen, versorgt der HTI sie mit allen dafür notwendigen Ressourcen: praktischem Wissen, Coaching und Mentoring, Kontakten zu Investorinnen und Investoren sowie Gleichgesinnten und natürlich Kapital. Bis zu 300.000 € Starthilfe gibt es pro Start-up.

SCHRITT FÜR SCHRITT NACH OBEN

Um an die Finanzspritze zu kommen, müssen die Jung-Unternehmen zunächst aber einige Hürden nehmen: Nachdem sie das Pitch- und Auswahlverfahren überstanden haben, werden sie für sechs Monate intensiv betreut, je nach individuellen Herausforderungen und Bedarf. Zeichnet sich eine positive Entwicklung ab, geht es anschließend in die Finanzierungsphase. Zusätzlich finden regelmäßige Netzwerkveranstaltungen wie der Founders Table statt, bei dem sich die Gründerinnen und Gründer untereinander austauschen und gegenseitig unterstützen.

Der HTI betreut jedes halbe Jahr ein sogenanntes „Batch“ aus zehn ausgewählten Unternehmen. Für die aktuelle Runde haben sich diese vielversprechenden Start-ups qualifiziert: Civil Tech Hub, Datenschmiede, Datacept, inVenture Capital, Co-Brain, PLiX, readyplace, AzubiDigital, WattWeiser und MUTUALZ.

AUF DEM WEG ZUR GRÜNDER:INNEN-FREUNDLICHSTEN STADT

Wie hart der Überlebenskampf als Start-up ist, zeigen schon die Zahlen: Je nach Studie scheitern mehr als 80 Prozent der Jungunternehmen innerhalb der ersten drei Jahre – umso wichtiger ist der Beitrag, den der HTI für die Region leistet. Dass ein Start-up zu gründen Hochleistungssport ist, weiß auch HTI-Co-Founder Jan-Eicke Meyer, der selbst schon mehrfach erfolgreich gegründet hat und jetzt seinerseits den Unternehmen von morgen den Anschlag gibt, den sie brauchen. Für ihn macht dieses Geben und Nehmen die Start-up-Szene aus: „Ein funktionierendes Ökosystem hängt maßgeblich davon ab, dass sich Gründerinnen und Gründer in ihrer Region engagieren. Es ist toll für junge Unternehmen, echte lokale Vorbilder zu haben.“

Ein Anliegen, das auch das Land Niedersachsen und viele lokale Partner wie CORE, die Stadt Oldenburg oder die Universität unterstützen, um die Zukunft der Region zu sichern. „Je mehr gute Start-ups wir vor Ort haben, desto besser für unsere Region“, ergänzt Meyer, der Oldenburg



zur Gründer:innen-freundlichsten Stadt machen möchte. Und da tut sich bereits einiges, auch wenn es manchmal noch unter dem Radar fliegt: „Viele Leute wissen gar nicht, was hier schon los ist und dass Oldenburg teilweise sogar schon deutschlandweit zu den Städten mit den meisten Start-up-Gründungen zählt.“

Für ihn ein weiterer Meilenstein in dieser Hinsicht: Oldenburg Venture. Hier haben sich Investorinnen und Investoren mit regionalem Bezug zusammengefunden, die gemeinsam in regionale Start-ups investieren wollen – um die Region zusammen noch weiter nach vorne zu bringen.



Besser geschützt

Smart gegen Betrug

Ob Einzeltrick, Schockanruf oder Fake Shop im Internet – Betrugsversuche können uns im Alltag an vielen Stellen begegnen. Für 2024 registrierte das Bundeskriminalamt 743.472 Betrugsfälle im Inland und noch einmal zusätzliche 513.518 Fälle aus dem Ausland, mit einer hohen vermuteten Dunkelziffer. Was Sie wissen müssen und wie Sie sich schützen können.



PROFESSIONELLE STRUKTUREN

Zunächst wissenswert: Hinter den Taten stecken nicht etwa Einzeltäterinnen und Einzeltäter, sondern die komplexen Strukturen von Bandenkriminalität, oft auch im Ausland. „Betrügerinnen und Betrüger gehen professionell, organisiert und arbeitsteilig vor – mit Methoden, die bereits tausendfach erprobt worden sind und nachweislich funktionieren“, erklärt Theodor Tiedeken, Leiter Compliance bei der LzO. Ziel der Betrüger ist es, Menschen zu überrumpeln und sie hinters Licht zu führen, um an ihre Werte (Wertgegenstände, Geld oder Anlagen) zu kommen.

ANALOG UND DIGITAL EXISTIEREN NEBENEINANDER

Erster Schritt in der „Wertschöpfungskette“ ist zunächst die Kontaktaufnahme. Diese findet im analogen Raum in den meisten Fällen telefonisch statt. Betrügerinnen und Betrüger geben sich etwa als Personen des nahen Umfelds des Opfers oder als Autoritäten aus. Aber auch Haustürbesuche sind möglich. Bekannte



Maschen sind zum Beispiel der Enkeltrick oder Schockanrufe, bei denen vermeintlich ein Verwandter oder eine Verwandte verhaftet wurde oder einen Unfall erlitten hat. Die Betrügerinnen und Betrüger fordern eine sofortige Übermittlung von Werten, die dann persönlich abgeholt werden sollen.

Online liegt der Fokus der Täterinnen und Täter darauf, digitale Zugänge zu einem Konto zu erhalten oder eine Sofortzahlung zu veranlassen, indem sie Druck aufbauen und Menschen überrumpeln. Die Möglichkeiten der Kontaktaufnahme sind vielfältig – von Fake Shops, bei denen der Kunde nie die Ware erhält, bis hin zu dubiosen Transaktionen auf dem Wohnungsmarkt oder an der Kryptobörse.

MIT TECHNIK UND KÖPFCHEN GEGEN BETRUG

Bei der LzO kümmert sich das Compliance-Team darum, Kundinnen und Kunden zu schützen. Zur Verhinderung digitaler Betrugsfälle ist ein intelligentes Betrugspräventionssystem im Einsatz, das auffällige Zahlungen in Echtzeit erkennt und stoppt, damit sie

*Noch mehr wichtiges Hintergrundwissen zum Thema Betrug gibt's auf *1786 Online.*



zuerst bei Kundinnen und Kunden verifiziert werden können. Und auch hinsichtlich des analogen Betrugs sind alle Beraterinnen und Berater der LzO speziell geschult. „Sie werden zum Beispiel dann aufmerksam, wenn Kundinnen und Kunden auf einmal eine große Summe Geld abheben wollen und greifen ein“, so Tiedeken.

SELBSTSCHUTZ AM EFFEKTIVSTEN

Als erster Kontaktpunkt der Betrügerinnen und Betrüger haben es aber insbesondere Sie selbst in der Hand, einen Betrug zu vermeiden. Werden Sie bei seltsamen Anrufen oder Anfragen online aufmerksam, insbesondere dann, wenn Druck aufgebaut wird. Behörden oder die eigene Bank verlangen in der Regel nicht die Herausgabe von Daten oder sofortige Zahlungen. „Am besten direkt auflegen und den Sachverhalt verifizieren, indem Sie sich an die Polizei oder die LzO wenden“, rät Tiedeken.

Weil wir
als LzO
mittendrin
sind



Nach dem Ziel ist vor dem Ziel

Immer in Bewegung

Wenn Katja Brüggemann über etwas spricht, für das sie brennt, blitzen Begeisterung und Leidenschaft gleichermaßen auf. Bei der LzO führt sie als stellvertretende Direktorin mit viel Energie und Organisationstalent ein großes Team in der Immobilienfinanzierung. Von diesen Skills profitiert sie auch beim Sport. Sie braucht die Herausforderung und die Bewegung – ob auf dem Asphalt, im Wasser oder auf dem Rad.

Schon als Kind war Katja Brüggemann beim Schwimmen in ihrem Element. Und seit gut 15 Jahren hat auch das Laufen ihr Herz erobert – von ersten, lockeren Runden bis hin zur Zeitenjagd auf den richtig langen Strecken. „Das Laufen ist für mich mehr als Sport. Jede absolvierte Strecke macht mich glücklich“, erzählt sie und lacht.

Mit welchem Ehrgeiz sie an den Start geht, merkt man spätestens, wenn sie berichtet, wie sie mit ihrer Garmin-Uhr akribisch jede Trainingseinheit protokolliert und mit dem Trainer ihrer Laufgruppe teilt – inklusive Puls, Tempo und welche Schuhe sie dabei getragen hat. „Ich habe mehrere Laufschuhe im Wechsel und tracke, wie viele Kilometer jedes Paar schon hinter sich hat. Spätestens nach 800 Kilometern gibt’s ein Neues“, kommentiert sie ihre Sorgfalt.

Für die richtig langen Strecken nimmt sie auch weite Anreisen in Kauf – wie bei ihrem Trip 2013 zum legendären New York Marathon. „Das hat richtig Spaß gemacht, war aber mehr Erlebnis als Wettkampf“, erinnert sie sich. Zehn Jahre später gab es ein Revival – dieses Mal als Mitglied der Laufgruppe „NYC Marathon Runners“. „Meine Wunschzeit habe ich aber ärgerlicherweise nicht erreicht. Wir hatten uns in den Tagen zuvor beim Sightseeing zu sehr verausgabt“, lacht sie. „Ich war platt und habe mich da ganz schön durchge-

quält.“ Drei Wochen später stieg sie deshalb gleich wieder ins Training ein, um im Frühjahr 2024 beim Sparkassen-Marathon in Hannover die angestrebte Zeit unter 4 Stunden zu erreichen – mit Erfolg. „Das musste einfach sein, aber seitdem mache ich lieber halblang“, sagt sie und meint damit die Halbmarathondistanz.

ES GIBT NUR DEN DRUCK, DEN MAN SICH SELBST MACHT

Aus ihrem Ausdauersport sind auch Schwimmen und Rennradfahren nicht mehr wegzu-denken. 2023 absolvierte sie den „Ironman 70.3“ Mitteldistanz-Triathlon (1,9 km Schwimmen, 90 km Radfahren und 21,1 km Laufen) in Duisburg. Ende August stand die Olympische Distanz (1,5 km / 40 km / 10,8 km) beim Bärentriathlon in Bad Zwischenahn auf dem Programm. „Die Vielseitigkeit macht Spaß und kommt mir als ehemalige Schwimmerin auch entgegen.“

Das Laufen in ihrer Laufgruppe „arnies laufbande“ bleibt aber wichtig. „Derzeit sind wir 16 Läuferinnen und Läufer quer durch Alters- und Berufsgruppen. Wir organisieren eigene kleine Rennen und wachsen an unseren Erfolgen – aber vor allem am Miteinander“, erzählt Katja Brüggemann. „Es haben sich wirklich tolle Freundschaften entwickelt.“ Namensgeber ist ihr Lauftrainer Arnold „Arnie“ Frerichs, der die Gruppe aus der laufbegeisterten Kundschaft seines Sportgeschäfts zusammengestellt hat. „Er hat ein Auge dafür, wer bei uns reinpassen könnte – und es passt eigentlich immer.“

Ihre Leidenschaft für den Sport möchte sie sich langfristig bewahren – mit neuen Zielen im Blick, aber ohne den Spaß zu verlieren. „Es gibt auch Tage, an denen die Motivation fehlt. Doch meistens freut man sich hinterher doppelt: auf die Dusche, das gute Gefühl, etwas geschafft zu haben und manchmal auch auf einen Crémant zur Belohnung“, lacht sie. Für Katja Brüggemann ist Sport keineswegs Leistungsdruck, sondern Lebensfreude, die sie überallhin begleitet.



Regionale Kost trifft feine Küche

Jenseits der Klischees

Kevin Gideon ist ein Star der Küche. Gourmets kommen von weit her, um in seinem Restaurant in Oldenburg-Donnerschwee zu essen. Jeder Gast erfährt dabei die gleiche hohe Wertschätzung, ganz unabhängig von Rang, Namen, Anfahrtsweg oder gar Kleidungsstil. In seinem Restaurant sei man auch in Jogginghosen willkommen, betont der gebürtige Brandenburger – und wagt auch auf der Speisekarte überraschende Kombinationen.



WÄRMEND, SAMTIG, KNUSPRIG

PASTINAKENSUPPE

Zutaten für 4 Personen
(als Vorspeise):

1 Zwiebel
400 g Pastinaken
45 g Butter
Salz
Pfeffer
800 ml Gemüsebrühe
70 g Sahne
Muskat
1–2 Äpfel (200 g)
5 Pumpernickel-Taler
1 TL Thymianblättchen
1 TL rosa Beeren (Pfeffer)

Zwiebel fein würfeln. Pastinaken schälen und würfeln. Zwiebel in 30 g heißer Butter andünsten. Pastinaken zugeben und ca. 4 Minuten andünsten. Würzen. Brühe zugießen, aufkochen und zugedeckt ca. 15 Minuten köcheln lassen. Alles pürieren und die Sahne unterrühren. Suppe abschmecken.

Äpfel schälen und in kleine Würfel schneiden. Pumpernickel zerbröseln und in restlicher Butter in einer Pfanne anrösten. Apfelwürfel und Thymian dazugeben und kurz mitbraten. Rosa Beeren untermischen. Apfel-Pumpernickel-Topping erst beim Servieren in die Suppe geben, damit der Pumpernickel knusprig bleibt.



30 Min.



leicht



vegetarisch

In die Wiege gelegt wurde Kevin Gideon seine Kochbegabung keineswegs: „Ich stamme aus kulinarisch einfachen Verhältnissen“, schmunzelt der 34-Jährige – wohl wissend, dass er sich von dieser Selbsteinschätzung inzwischen weit entfernt hat. Wer heute einen Tisch bei ihm reserviert, tut

„DER EINSATZ VON EINFACHEREN LEBENSMITTELN IST DIE EIGENTLICHE KOCHKUNST.“

KEVIN GIDEON, GOURMETKOCH

dies nicht, um den Hunger zu stillen, sondern um auf eine kulinarische Entdeckungsreise zu gehen. „Die Gäste bleiben in der Regel drei bis vier Stunden“, ordnet der Küchenchef ein. Ein Besuch gleiche daher eher einem Ereignis als einer Mahlzeit.

Die Zutaten, die Kevin Gideon in seiner Küche verwendet, sind von erlesener Qualität. Dennoch sind es gerade die ungewöhnlichen Kombinationen, die den ambitionierten Koch besonders reizen. „Der Einsatz von einfacheren Lebensmitteln ist die eigentliche Kochkunst“, findet er und nennt die Gurke als Beispiel. „Sie kann sowohl als Vorspeise als auch im Dessert verwendet werden. Man muss nur wissen, wie man sie kombinieren und positiv geschmacklich reizen kann.“

Obwohl also die Gerichte und Menüfolgen sorgsam komponiert und immer weiter perfektioniert werden, bleibt durchaus Raum für einfache, oft regionale Akzente. Das gilt auch für weitere Gemüsesorten, die viele Menschen im Oldenburger Land aus ihrem eigenen Garten kennen, die aus Sicht des Spitzenkochs aber ungeahnte Qualitäten besitzen: „In unserem Restaurant nutzen wir am liebsten Kartoffeln und Knollensellerie. Sie sind universell einsetzbar, gleichzeitig aber komplex im Geschmack und auch in der Textur.“ Was in vielen Rezepten nur als Beilage gilt, hat also durchaus das Zeug, in eine Hauptrolle zu schlüpfen.

Wer die ungeahnten Möglichkeiten mit dem eigenen Gaumen „erschmecken“ möchte, versucht sich an unseren Rezeptvorschlägen oder entdeckt im Restaurant „Kevin Gideon“ feine Küche jenseits der Klischees – vielleicht sogar in Jogginghose.



Kevin Gideon war zu
Gast im Podcast *1786 trifft –
gleich reinhören!

Zutaten für 2 Personen:

- 250 g Vollkorn-Fusilli
- 50 g Walnusskerne
- 500 g Rote Bete, vorgegart
- 100 g Babyspinat
- 125 g Frischkäse
- 1 Packung Feta
- 1 EL Butter
- 1 Knoblauchzehe
- Olivenöl
- Salz und Pfeffer
- Balsamicoessig



CREMIGER GENUSS MIT BISS

ROTE-BETE-PASTA MIT SPINAT



30 Min.



leicht



vegetarisch

Die Walnüsse grob hacken und in einer Pfanne ohne Fett bei mittlerer Hitze 1 bis 2 Minuten anrösten und anschließend abkühlen lassen. Die Rote Bete grob raspeln (am besten mit Küchenhandschuhen und Schürze arbeiten) und den Knoblauch fein würfeln.

Die Pasta nach Packungsanleitung bissfest kochen, in ein Sieb abgießen (vorher ca. 100 ml Pastawasser abschöpfen), zurück in den Topf geben und warmhalten. Die Rote Bete und den feingewürfelten Knoblauch in der Pfanne mit 1 EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 2 bis 3 Minuten braten. Mit 1 EL Balsamicoessig ablöschen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Frischkäse, die Hälfte der Walnüsse und 1 EL Butter unter die Rote Bete mengen und etwas Pastawasser hinzufügen, bis die Soße eine cremige Konsistenz erhält. Nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken. Spinat unterheben und zusammenfallen lassen. Die Pasta mit der Rote-Bete-Soße vermengen. Auf Tellern anrichten, mit Feta und restlichen Walnüssen garnieren und servieren.



SAFTIG, FRUCHTIG, KÖSTLICH

KARTOFFEL-MANDEL-TORTE

Die ungeschälten Kartoffeln 20 bis 25 Minuten kochen, pellen und abkühlen lassen. Durch die Kartoffelpresse drücken. Eier trennen. Eigelb mit Zitronenabrieb, Zucker, Vanillezucker, Zimt und Kardamom sehr schaumig schlagen. Eiweiß steif schlagen. Mandeln, Kartoffeln und Eischnee unter die Eimasse heben.

Den Teig in einer gefetteten Springform (26 cm) bei 175 Grad (Ober-/Unterhitze) im vorgeheizten Backofen ca. 70 Minuten backen. Eventuell nach der Hälfte der Backzeit mit Backpapier abdecken.

Konfitüre mit Zitronensaft aufkochen und glatt rühren. Noch warm auf der etwas abgekühlten Torte verteilen.



2 Std.



leicht



glutenfrei

Zutaten für 12 Stücke:

- 400 g mehligkochende Kartoffeln
- 6 Eier
- geriebene Schale von 2 Bio-Zitronen
- 180 g Zucker
- 2 Päckchen Vanillezucker
- je 1 Msp. Zimt und Kardamom
- 200 g gemahlene Mandeln
- 3 EL Aprikosen-Konfitüre
- Saft von einer Zitrone

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.

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

SILBENRÄTSEL

Aus den folgenden Silben sind 20 Wörter mit den unten stehenden Bedeutungen zu bilden:

an – aus – baelk – bau – be – be – buch – der – ein – er – fa – fen – fer – fra – ge – ge – ge – geln – grun – huel – ket – ko – kurz – le – lo – me – mung – nie – pfrop – pi – pul – quer – quiek – quiz – richt – rie – rit – ruf – schae – schuet – ser – sum – te – tes – tet – tin – ver – vo – waer – zen – zer

1. Behüter

8. abwärts, hinunter

15. Teil einer Ratesendung

2. Summe der Ziffern einer Zahl

9. Kurzmitteilung

16. Einband

3. Flugzeugführerin

10. Temperaturanstieg

17. Schafhirt

4. Balkenwerk (Haus)

11. ugs.: hoher, heller Laut

18. Laute des Schweins

5. laute Äußerung

12. Kork, Stöpsel

19. nachträgliche Montage

6. erprobt

13. Gefallsucht

20. Sportfischerei

7. erwarteter Sieger (Sport)

14. puderförmiger Stoff

Die dritten Buchstaben – von oben nach unten gelesen – ergeben das Lösungswort.



Im Gespräch mit Tahsim Durgun

Raus aus der Schublade

Als Kind kurdisch-yezidischer Eltern in Oldenburg aufzuwachsen, das prägt zwangsläufig. Den Spagat zwischen den beiden Kulturen thematisiert der 29-jährige Tahsim Durgun unter anderem auf Social Media und in seinem Buch „Mama, bitte lern Deutsch“ (erschienen März 2025) – und nutzt scharfsinnige Comedy als Vehikel für seinen Aktivismus.

- 1** Du bist u. a. Bestseller-Autor, Comedian, Social-Media-Star und Funk-Host – wie würdest du deine Tätigkeit in einem Satz beschreiben?
Eigentlich: Lehramtsstudent, der durch dubiose Zufälle in eine Branche abgedriftet ist, in der er als kreativer Kopf für alles fungieren kann.

- 2** Warst du denn schon als Kind kritisch und humorvoll?
Humor war immer ein Begleiter seit frühester Kindheit – in der ganzen Familie. Kritisches Denken zu gesellschaftlichen Missständen allerdings nicht. Ich war kein überreifes Jimmy-Neutron-Kind mit überdurchschnittlich ausgeprägten Synapsen im Hirn.
- 3** Normalerweise bist du es, der die Leute zum Nachdenken anregt und zum Lachen bringt. Wer erfüllt diese Rolle für dich?
Die Biografien meiner Eltern und allgemein Menschen, die ihre authentischen Storys erzählen. Ich höre mir gerne Laster und Errungenschaften aus anderen Welten an.
- 4** Wann hast du zum ersten Mal gemerkt, wie viel Sprache mit Zugehörigkeit zu tun hat?
Ich bin an einem Ort groß geworden, der von vielen Sprachen geprägt war – da habe ich schon früh entdeckt, wie mächtig und auch kategorisierend Sprache sein kann.
- 5** In welchen Situationen spürst du heute noch, dass du zwischen zwei Welten lebst?
Wenn ich mich in sehr weiß geprägten Kulissen bewege und es darum geht, dialogisch in den Austausch zu gehen. Das funktioniert nicht so reibungslos mit Menschen, die anders aufgewachsen sind.
- 6** Was bedeutet Heimat für dich? Ist es ein Ort, ein bestimmtes Gefühl, die Menschen um dich herum oder etwas anderes?
Familie. Familie ist Heimat.
- 7** Gab es eine bestimmte Begegnung, die dein Denken über Identität und Integration für immer verändert hat?
Meine Erfahrungen bei der Ausländerbehörde haben mir gezeigt, dass Integration, wie sie oftmals in den Medien vorgelebt wurde, ein skurriles und unwirkliches Konzept ist. Egal wie viel wir tun, ich kriege trotzdem nicht den deutschen Pass. Wenn ihr Integration wollt, dann lasst mich doch auch hier ankommen.

Jetzt gewinnen:
200 € Wellness-Gutschein für das Saunahaus oder das Jagdhaus Eiden



8 Du bist bis heute Oldenburg treu geblieben. Was ist für dich typisch für die Stadt – im positiven und im seltsamsten Sinne?

Wenn diese grün und gelb angestrichenen Lärmschutzwände auf der Autobahn auftauchen, weiß ich, dass ich wieder in Oldenburg bin. Seltsam ... weil ich sie in dieser Form sonst noch nirgendwo anders gesehen habe.

9 Bald steht die fünfte Jahreszeit wieder vor der Tür – sieht man dich auf einer Kohltour? So sehr liebe ich Oldenburg dann doch nicht. Die Kohlzeit hat mich irgendwie nie so richtig abgeholt.

10 Was ist ein Satz, den du nie wieder hören möchtest – und einer, den du nie vergisst? Wie läuft dein Studium? Nie vergessen: Der Çay spült die Last deiner Seele weg. [Anm. d. Red.: Çay ist türkischer schwarzer Tee]

11 Wie häufig wirst du auf der Straße erkannt? Vermisst du es, dich anonym in der Öffentlichkeit bewegen zu können?

Ach, ich nehme das gar nicht so wild auf, ich freue mich über alle Begegnungen. Die Menschen sind immer sehr nett.

12 Hast du einen alternativen Lebenstraum? z. B. einen anderen Beruf, ein bestimmtes Projekt oder das Leben in einem anderen Land?

Wenn alle Stricke reißen, werde ich vielleicht doch Lehrer an einer tollen Schule in Oldenburg. Egal was es wird ... ich bleibe hier!

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 dreizehnten 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

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

Silbenrätsel

1. BESCHÜTZER, 2. QUERSUMME,
3. PILOTIN, 4. GEBÄLK, 5. AUSTRUF,
6. GETESTET, 7. FAVORIT, 8. NIEDER,
9. KURZBERICHT, 10. ERWAERUNG,
11. QUIEKSER, 12. PFROPFEN,
13. KOKETTERIE, 14. PULVER,
15. QUIZFRAGE, 16. BUCHHUELLE,
17. SCHAEFER, 18. GRUNZEN,
19. EINBAU, 20. ANGELN – SELBSTVERWIRKLICHUNG

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: ©Johnny Katana; Seite 2: ©Marcus Windus; Seite 3: ©Marcus Windus; Seite 4: ©Marcus Windus, ©Mirza Odabasi; Seite 5: ©Marcus Windus, ©Uwe Spiller, ©von Mende Marketing; Seite 6/7: ©Uwe Spiller; Seite 8/9: ©Marcus Windus; Seite 10/11: ©Uwe Spiller; Seite 12: ©von Mende Marketing; Seite 13: ©CvO Universität Oldenburg; Seite 14/15: ©von Mende Marketing; Seite 16/17: ©Lea Schäfer; Seite 18/19: ©Marcus Windus; Seite 20-21: ©Johnny Katana; Seite 22/23: ©Mos Bild Fotografie; Seite 24/25: ©HTI-Oldenburg; Seite 26/27: ©KI-generiert; Seite 28: ©Katja Brüggemann; Seite 30/31: ©Nadja Dreismann, Tageslicht Studio Oldenburg, ©von Mende Marketing; Seite 32/33: ©von Mende Marketing; Seite 34/35: ©Mirza Odabasi; Rückseite: ©S-Com/Getty



Druckprodukt mit finanziellem
Klimabeitrag
ClimatePartner.com/11281-2509-1003

Warum Modernisierer
mit uns rechnen sollten?

Ihr Gebäude heute:
168,20 kWh/m²a



△
Durchschnitt
vergleichbarer Immobilien

Weil weniger einfach mehr ist

Weniger verbrauchen, Kosten senken,
Wert steigern: Es gibt viele Gründe,
Ihre Immobilie zu modernisieren. Unser
Modernisierungsrechner findet sie.
Weil's um mehr als Geld geht.



Jetzt den ersten Schritt machen:
lzo.com/modernisierungsrechner



LzO

meine Sparkasse

Unsere Nähe bringt Sie weiter.