

# \*1786

Wissenswerte  
Seiten unserer  
**HEIMAT**

*Kaffee, Kuchen,  
Sonnenschein*

Besondere Gartencafés in der Region

**Familihtag  
auf Wangerooge  
zu gewinnen!**

Mehr Informationen  
auf Seite 7

**Unsere schönsten  
Fahrradrouten**

Bitte treten Sie rein!

**WALD IM  
(KLIMA-)WANDEL**

Flora und Fauna im Hasbruch

*Rickey  
Paulding*

...über seine Wahlheimat  
Oldenburg

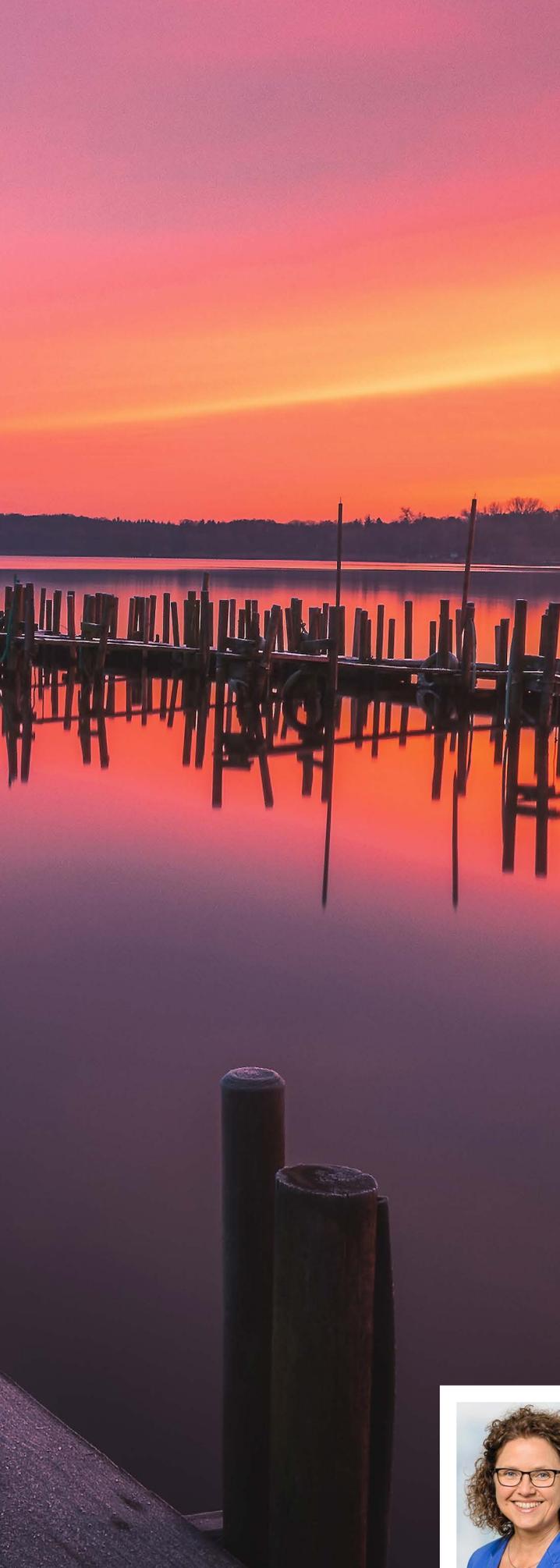


# *Nähe ist keine Frage der Entfernung*

Entdecken Sie mit uns die Vielfalt der Region.

## **WARUM \*1786?**

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



## ***Liebe Leserinnen, liebe Leser,***

**wenn das kein Grund zur Freude ist:  
Die erste Ausgabe von \*1786 war ein  
voller Erfolg.**

Sie ist so gut angekommen, dass wir es kaum erwarten können, wieder gemeinsam mit Ihnen auf Entdeckungstour zu gehen. Auf dem Titel genießen wir das herrliche Wetter am Strand von Neuharlingersiel. Danach folgt ein wunderschöner Sonnenaufgang in Bad Zwischenahn. Der stammt übrigens von Ricarda Heike aus Oldenburg, die an unserem Fotowettbewerb teilgenommen und sich diese Seite gesichert hat. Anschließend nehmen wir Sie mit nach Wangerooge. Entspannen in den schönsten Gartencafés der Region. Lassen uns auf ausgedehnten Fahrradtouren den Wind um die Nase wehen. Und halten mit unseren vierbeinigen Freunden die Füße ins Wasser.

Wieder zu Hause angekommen, bringen wir den Garten auf Vordermann. Pflanzen zusammen neue Blumen, Sträucher und Bäume. Beschäftigen uns mit dem Thema Nachhaltigkeit im Oldenburger Land. Gönnen uns vielleicht ein Stück fangfrischen Fisch, kochen gemeinsam was Leckeres oder werfen den Grill an ... Was auch immer Ihnen Freude bereitet: Mit \*1786 gibt es diesen Sommer eine Menge zu erleben. Und noch mehr, was Sie mit Ihren Freunden und Verwandten teilen können.

Apropos Teilen: Auf [lzo.com/1786](http://lzo.com/1786) finden Sie viele weitere spannende Inhalte. Zum Beispiel eine Liste mit zusätzlichen Gartencafés oder weiteren Fahrradrouten. Reinschauen lohnt sich!

***Bis bald und viele Grüße aus der Nähe!***

***Ihre Jutta Schinzing***

*aus dem LzO-Redaktionsteam \*1786*





# Inhalt

**06**

**(Kalorien-)Bomben für  
den Bunker**

*Das „Café Pudding“ auf Wangerooge*

**08**

**Kaffee, Kuchen, Sonnenschein**

*Die schönsten Gartencafés der Region*

**12**

**Bitte treten Sie rein!**

*Mit dem Fahrrad durchs  
Oldenburger Land*

**16**

**Herrliches Hundeleben!**

*Sommer, Sonne, Strand auf vier Pfoten*

**18**

**Nähe ist ...**

**20**

**Nicht reden, pflanzen!**

*Ein Hektar Wald für die Realschule  
Wildeshausen*

**22**

**Wald im Wandel**

*Wie kommt der Hasbruch mit den steigenden  
Temperaturen klar?*

**24**

**Ohne Wasser läuft im Garten nichts**

*Garten- und Landschaftsbauer Reinhard Soler  
weiß Rat in dürrer Zeiten*

**25**

**Fix fertig!**

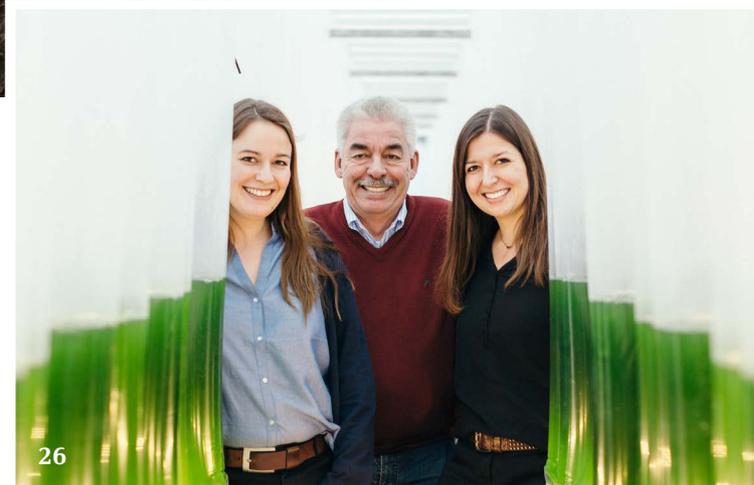
*Mit Solitärgehölzen lassen sich in kurzer Zeit  
fertige Gärten gestalten*



22



08



26

**26** **Super nachhaltiges Superfood**  
*Mikroalgen und Grünkohl von „Evergreen-Food“ aus Langförden*

**28** **Das ehrliche Dutzend**  
*Im Gespräch mit Rickey Paulding*

**29** **Sind Sie „nordisch by nature“?**  
*Rätselspaß*

**30** **Money Talks**  
*Immobilienfinanzierung: maßgeschneidert statt von der Stange*

**32** **An einem Nebelmorgen auf dem Elsfløther Sand**

**34** **So schmeckt Heimat**  
*Fisch fangfrisch auf den Tisch.*

**38** **Grüner Genuss**  
*Bärlauchpesto*

**40** **Der Grill ruft**  
*Trends und Dauerbrenner auf dem Prüfstand*

**42** **Is dat noch Wetter of is dat all Klima?**

# (Kalorien-)Bomben für den Bunker

Das „Café Pudding“ auf Wangerooge

**D**as Wahrzeichen der Insel Wangerooge blickt auf eine lange Geschichte zurück. Nicht immer war sie so leicht bekömmlich wie die köstlichen Kuchen, die heute dort serviert werden. Doch gerade deshalb macht sie neugierig. Bevor Gäste ihre Gabel mit einem wohligen Seufzer in die friesische Pflaumen-Sahne-Torte versenken, wollen sie erfahrungsgemäß vor allem eines wissen: Wie kam das Café zu seinem ungewöhnlichen Namen? Thorn Folkerts, Inhaber des „Puddings“, spannt diesbezüglich niemanden lange auf die Folter.

„Angefangen hat alles 1859. Damals wurde 500 Meter nördlich vom Leuchtturm eine Dünenbake als Zeichen für die Küstenschiffahrt errichtet“, erzählt Thorn Folkerts. „Seinen Spitznamen erhielt der künstliche Hügel am Ende der Zedeliusstraße schon im Kaiserreich. Wer sich die Füße vertreten woll-

te, lief die Straße hinauf, umrundete die Düne, ließ sich dabei den Wind um die Nase wehen und kehrte wieder zurück.“ Die Urlauber aus dem Oldenburger Land beschrieben den Spaziergang mit den Worten:

„Ich geh mal um den Pudding.“

So entstand ein Name, der alle Epochen überdauert hat. Sogar diese: Im Zweiten Weltkrieg erhielt die Düne eine neue strategische Bedeutung. Wangerooge lag in der möglichen Einflugschneise der britischen Bomber. Bereits ab 1935 war die Insel festungsartig ausgebaut worden und gespickt mit Batterien und Bunkern. Einer davon thront seit 1944 dort, wo inzwischen leidenschaftlich „kaffeisiert“ wird.

Thorn Folkerts  
Besitzer des  
Café Pudding



Wussten Sie eigentlich,  
dass der nördlichste aller  
LzO-Standorte nur 140  
Meter vom Café Pudding  
entfernt ist?

Nach Kriegsende wurden die Betonfestungen im Dorf, die nicht gesprengt werden konnten, als Lagerräume verpachtet. „Nur den Pudding wollte niemand haben“, so Thorn Folkerts. „Meine Familie erfuhr eher zufällig davon und griff zu.“ Schnell reiften die Pläne, auf der Düne ein Café zu errichten, wo man bei Schietwetter nicht nur eine umfangreiche Speisekarte, sondern auch die atemberaubende Aussicht genießen konnte. „Am 4. Juni 1949 haben wir unser Café Pudding schließlich eröffnet.“

Anfang der 1970er-Jahre wurde der „süßeste Treffpunkt der Insel“ das erste Mal erweitert. Die Terrasse musste einem festen Dach weichen, damit das Gebäude den Herbst- und Winterstürmen standhalten konnte. Seit 1995 gibt es einen neuen Außenbereich auf der Südseite. Vor einigen Jahren entstand zudem das sogenannte Strandhaus mit gemütlicher Kaminecke. Trotz aller Veränderungen ist das Café Pudding sich selbst immer treu geblieben. Es steht für ein opulentes Refugium in einer kalorienreduzierten Zeit. Ein Schlupfwinkel für alle, die endlich einmal wieder und voller Inbrunst sagen möchten: „Aber bitte mit Sahne.“



### Wo befindet sich der nördlichste Standort der LzO?

Sie sind reif für die Insel? Dann beantworten Sie uns einfach bis zum 30.06.2020 die oben stehende Frage und gewinnen Sie mit etwas Glück einen Tag im Wert von 300 € für bis zu fünf Personen auf Wangerooge. Alle Details zum Gewinnspiel finden Sie auf [lzo.com/gewinnspiele](http://lzo.com/gewinnspiele)



*Das Oldenburger Land steht für eine einmalige Willkommenskultur. In loser Folge stellen wir deshalb Botschafter dieser gelebten Gastfreundschaft vor. Dieses Mal ist das „Café Pudding“ auf Wangerooge an der Reihe.*

# Kaffee, Kuchen, Sonnenschein

Die schönsten Gartencafés der Region



**W**ir wissen nicht, ob dieser Sommer genauso schön wird wie der letzte. Doch wenn sich das Wetter mal wieder von seiner besten Seite zeigt, sollten Sie es zusammen mit Ihren Lieben genießen. Am besten geht das in einem der zahlreichen idyllischen

Gartencafés im Oldenburger Land – bei einem leckeren Frühstück mit frischem Kaffee oder einer guten Tasse Ostfriesentee und selbst gebackenem Kuchen.

Haben Sie schon mal mit Blick auf das Zwischenahner Meer gefrühstückt? Ihren Nachmittagstee

im Schatten einer historischen Windmühle genossen? Oder einen leckeren Eisbecher geschlemmt, während um Sie herum alles nach Blumen, Wald und Wiesen duftet? Unsere Region bietet viele Möglichkeiten, den Sommer in ganz besonderem Ambiente zu genießen.

## 1 WALDSCHLÖSSCHEN

Addernhausener Straße 51,  
Jever

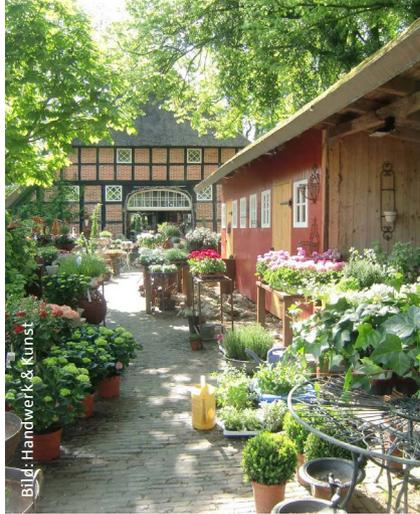
Das Waldschlösschen in Jever ist ein beliebtes Ausflugslokal und bietet neben bodenständiger Küche, frischem Kuchen und Waffeln auch selbst gemachtes Speiseeis. Mittwoch und Donnerstag ist ab 15 Uhr geöffnet, Freitag ab 12 Uhr, Samstag und Sonntag ab 10 Uhr.



## 2 SEEFELDER MÜHLE

Hauptstraße 1, Stadland

Im Mühlencafé in Stadland können Sie ein reichhaltiges Frühstücksbuffet, Kaffee und selbst gebackenen Kuchen im Schatten einer historischen Windmühle genießen. Von April bis Ende Oktober hat das Café täglich von 10 bis 18 Uhr geöffnet und von November bis März freitags und samstags von 14 bis 18 Uhr, sonntags von 10 bis 18 Uhr.



## 3 HANDWERK & KUNST

Buchenstraße 8, Rastede

Das urige Café in Rastede bietet nicht nur eine große Auswahl selbst gebackener Kuchen. Besucher finden hier auch viele originelle Dekoartikel rund um die Themen Haus und Garten. Geöffnet ist von Mittwoch bis Freitag jeweils von 10 bis 12:30 Uhr und von 15 bis 18 Uhr, Samstag von 10 bis 18 Uhr und Sonntag von 14 bis 18 Uhr.

## 4 BAUERNHOFCAFE JANSSEN

Pantinenweg 4, Rastede

Im Hofcafé gibt es neben Kaffee und Tee, Kuchen und Torten noch viele weitere Leckereien zum Genießen in ländlicher Atmosphäre. Nach Voranmeldung kann dort auch gefrühstückt werden. Die Öffnungszeiten sind von Mittwoch bis Freitag jeweils von 13 bis 18 Uhr, samstags und sonntags von 10 Uhr bis 18 Uhr.



## 5 MOORRIEMER LANDCAFE

Bardenfleth 39a, Elsfleth

Das Landcafe liegt direkt an der „Deutschen Sielroute“. In der liebevoll restaurierten, rund 250 Jahre alten Fachwerkscheune mit angrenzendem Garten gibt es nicht nur Kaffee und selbst gebackenen Kuchen, sondern auch eine wechselnde Foto- und Gemäldeausstellung. Geöffnet ist von Donnerstag bis Sonntag, 14 bis 18 Uhr.





## 6 SCHOLJEGERDES HOF

Oldenburger Straße 43, Bad Zwischenahn

Im liebevoll restaurierten Scholjegerdes Hof können Sie von Mittwoch bis Sonntag (08:30 - 22:00 Uhr) nicht nur ein reichhaltiges Frühstück genießen. Auch Kaffee, Tee und selbst gebackener Kuchen stehen auf der Karte. Zudem gibt es bis 21:30 Uhr eine durchgehend warme Küche mit vielen Köstlichkeiten aus der Region.



Bild: Scholjegerdes Hof

## 7 GRISTEDER HOF

### TO HORN

Heller Landstraße 7, Wiefelstede

Der Gristeder Hof to Horn ist ein traditioneller Landgasthof mit Café, Biergarten und Saalbetrieb. Samstag und Sonntag gibt es jeweils von 14.30 bis 17 Uhr Kaffee, Tee und selbst gebackenen Kuchen. Zudem wird auf Anfrage ein leckeres Frühstücksbuffet angeboten.



Bild: Bauer Uwe Lütje Deel

## 8 BAUER UWES LÜTJE DEEL

Auf der Grad 10, Dötlingen

Viele kennen Bauer Uwe und seine Frau Iris aus dem Fernsehen. Klar, dass sich ein Besuch in ihrem liebevoll eingerichteten Hofcafé anfühlt, als würde man Zeit mit guten Freunden verbringen. Unbedingt den Kuchen probieren! Die Öffnungszeiten sind samstags von 14 bis 18 Uhr und sonntags von 9 bis 12 und 14 bis 18 Uhr.

## 9 NORDENHOLZER HOF

Kreuzweg 9, Hude

Der traditionsreiche Nordenholzer Hof in der Gemeinde Hude bietet jeden Sonntag ab 12 Uhr Speisen à la carte und ab 14 Uhr Kaffee und Tee sowie selbst gebackenen Kuchen. An Feiertagen gibt es zudem einen leckeren Brunch. Von Donnerstag bis Samstag ist das Restaurant ab 18 Uhr geöffnet, Montag und Dienstag sind Ruhetage.



Bild: Nordenholzer Hof

## 10 HOF SCHWEERS

Rittrumer Straße 6, Ostrittrum

Das Kaffeehaus Hof Schweers bietet jeden Sonntag von 14 bis 18 Uhr sowie nach Anmeldung hausgemachten Kuchen und Kaffeespezialitäten in besonderem Ambiente, einem Mix aus antik und modern. An bestimmten Tagen und nach Anmeldung gibt es außerdem ein leckeres Frühstück.

## 11 KLÄNER-HOF

Rittrumer Kirchweg 5, Dötlingen

Im Kläner-Hof werden Gäste mit selbst gebackenem Kuchen sowie Sonntags auf Anfrage mit einem bäuerlichen Frühstück verwöhnt. Die Kamindiele und der Bauerngarten sind bei den Gästen besonders beliebt. Geöffnet hat der Kläner-Hof freitags und samstags jeweils von 14 bis 18 Uhr. Sonntags und an Feiertagen ist von 9.30 bis 18 Uhr geöffnet.



Fehlt Ihnen in dieser Auflistung ein ganz besonderes Gartencafé im Oldenburger Land? Dann freuen wir uns auf Ihre persönliche Empfehlung per Email an [1786@lzo.com](mailto:1786@lzo.com)

Schon jetzt finden Sie weitere schöne Cafés auf [lzo.com/1786](http://lzo.com/1786), wo wir Ihren Favoriten für unsere Leser ergänzen möchten.



Bild: Dorfkrug im Museumsdorf

## 12 DORFKRUG IM MUSEUMSDORF

Museumstraße 25, Cloppenburg

Der Dorfkrug ist eine gutbürgerliche Gaststätte, in der auch Kaffee, Tee und Kuchen serviert werden. Das prachtvolle Gebäude liegt inmitten des Museumsdorfes Cloppenburg und ist einzigartig in der Region. Von der Terrasse aus hat man einen herrlichen Ausblick auf den Dorfteich oder die Windmühle, Kinder können sich auf dem historischen Spielplatz vergnügen. Die Öffnungszeiten sind von Montag bis Sonntag jeweils von 9 bis 18 Uhr. Eintritt nur über den Besuch des Museumsdorfes.

## 13 HOLLA DIE WALDFEE

Welppe 1, Vechta

Ob im Kaminzimmer, im Clubraum oder auf der Terrasse, umgeben von alten Bäumen, Wasser und ganz viel Grün: Im Holla die Waldfee in Vechta findet jeder einen Platz nach seinem Geschmack. Besonders empfehlenswert ist der hausgemachte Kuchen. Montag und Dienstag sind Ruhetage, Mittwoch bis Freitag ist ab 14.30 Uhr geöffnet, Samstag und Sonntag ab 9 Uhr.



Mit dem Fahrrad durch das Oldenburger Land

# Bitte treten Sie rein!

**V**om Nordseestrand bis in die Dammer Berge, vom Ammerland bis in die Wesermarsch – das Oldenburger Land zählt zu den schönsten Fahrradregionen in Deutschland. Ja, wirklich! Unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter haben das überprüft und einige Empfehlungen für Sie mitgebracht. Bleibt also nur noch eine Frage zu klären: Wohin geht Ihre nächste Tour?

## WANGERLAND-RUNDTOUR

70 km / mittelschwer

Thorsten Kertzel, LzO Jever

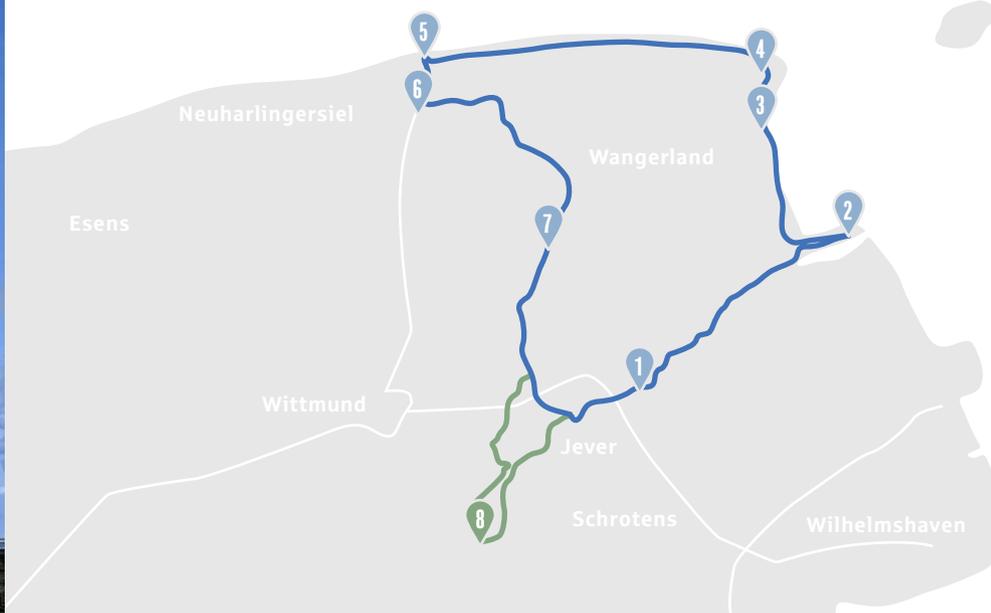
„Meine Lieblingsroute führt einmal quer durch das Wangerland. Start ist am Schloss in Jever <sup>1</sup>. Von dort aus fahren Sie am Kanal entlang über den Hooksweg nach Hooksiel, vorbei an Feldern und Wiesen. Erster Pflichthalt: die Hooksielener Wasserskiterrassen <sup>2</sup>. Hier können Sie eine Kleinigkeit trinken und die Wake-

boarder bei ihren waghalsigen Sprüngen beobachten. Probieren Sie unbedingt auch die Currywurst mit Süßkartoffelfritten! Anschließend sollten Sie sich am Außenhafen noch kurz den Wind um die Nase wehen lassen.

Von Hooksiel aus würde ich – Achtung: Eintritt – immer am Strand entlang bis Horumersiel <sup>3</sup> und dann weiter nach Schillig <sup>4</sup> fahren. Der Blick vom Deich aus über die Wiesen und auf die Nordsee ist einfach Weltklasse! Könnte auch aus einer Werbung für heimische Milchprodukte (oder ein bekanntes Bier ...) sein. Nächster Pflichthalt: Harlesiel <sup>5</sup>. Am Flughafen bitte mal ein oder zwei Starts abwarten, bevor Sie dran vorbeifahren. Die kleinen Maschinen fliegen hier gefühlt nur eine Handbreite über Ihnen. Anschließend kurze Pause auf der Sonnenterrasse des Restaurants Wattkieker. Das Fischbuffet zur Mittagszeit kann ich auch sehr empfehlen! Danach ein kurzer Abstecher zu Fuß an die Mole; hier passieren die Fähren nach Wangerooge und



Scannen Sie den QR-Code  
und gelangen Sie direkt zur  
hilfreichen Navigation über  
[komoot.de](https://komoot.de)

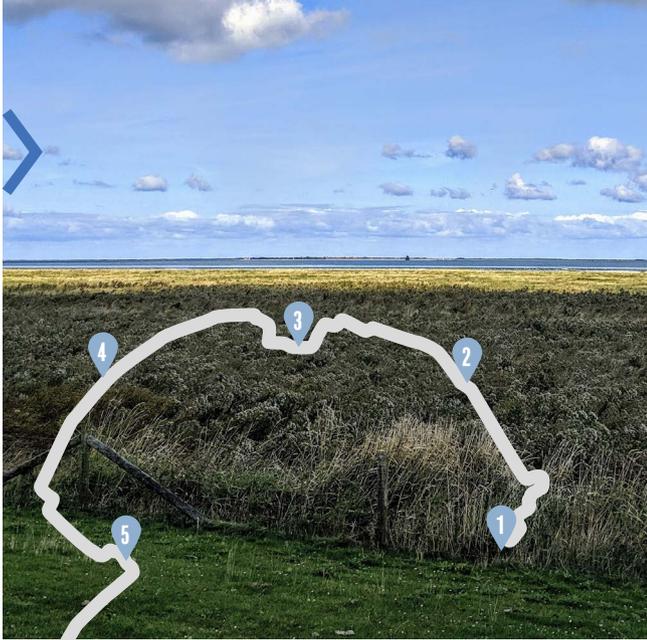


„Der Blick vom Deich aus über  
die Wiesen und auf die Nordsee ist  
einfach Weltklasse!“



kleine Schiffe – ein toller Spot für Fotoenthusiasten. Zurück über Carolinensiel, könnte der nächste Stopp aber auch für ein leckeres Stück Torte im Café Heimathafen <sup>6</sup> genutzt werden. Schließlich führt die Route dann durch Tettens <sup>7</sup> zurück nach Jever, teilweise über Schotterpisten. Wenn Sie Lust haben und fit genug sind, können Sie aber auch noch 15 Kilometer mehr fahren und einen Stopp im de Boer's Gartencafé <sup>8</sup> in Sandelermöns einlegen. Dort gibts eine tolle bayrische Brotzeit, quasi als kulinarisches Kontrastprogramm zur friesischen Küstenlandschaft. Und das Bier wird stilecht im Dirndl serviert. Viel Spaß beim Abfahren der Route!“





## WESTERSTEDE-RUNDTOUR

45 km / mittelschwer

Arne Hobbiebrunken, LzO Oldenburg

„Die Strecke rund um Westerstede ist sehr abwechslungsreich, führt über Felder, Wiesen und historische Kirchwege durch die herrliche Ammerländer Parklandschaft. Unterwegs gibt es zahlreiche Möglichkeiten für eine Pause. Und wer lieber ein wenig abkürzen möchte, findet immer schnell zum Ortskern zurück!“

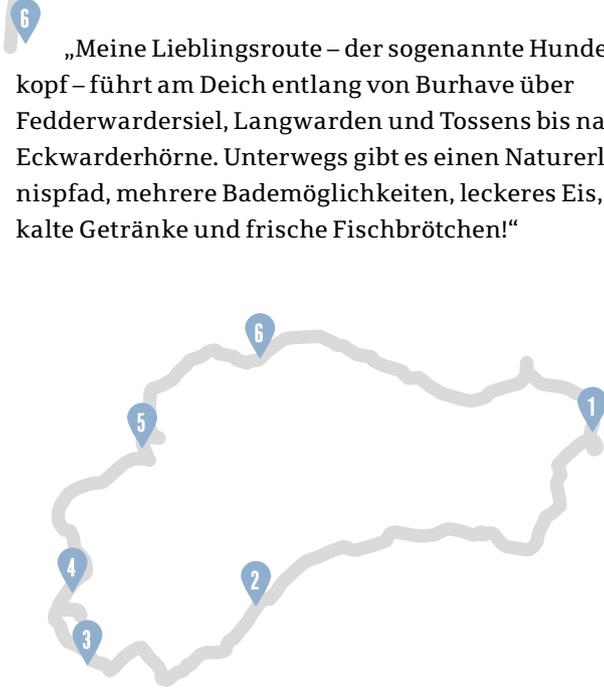


## WESERMARSCH-TOUR

20 km / leicht

Rebecca Willms, LzO Brake

„Meine Lieblingsroute – der sogenannte Hundekopf – führt am Deich entlang von Burhave über Fedderwardersiel, Langwarden und Tossens bis nach Eckwarderhörne. Unterwegs gibt es einen Naturerlebnispfad, mehrere Bademöglichkeiten, leckeres Eis, kalte Getränke und frische Fischbrötchen!“

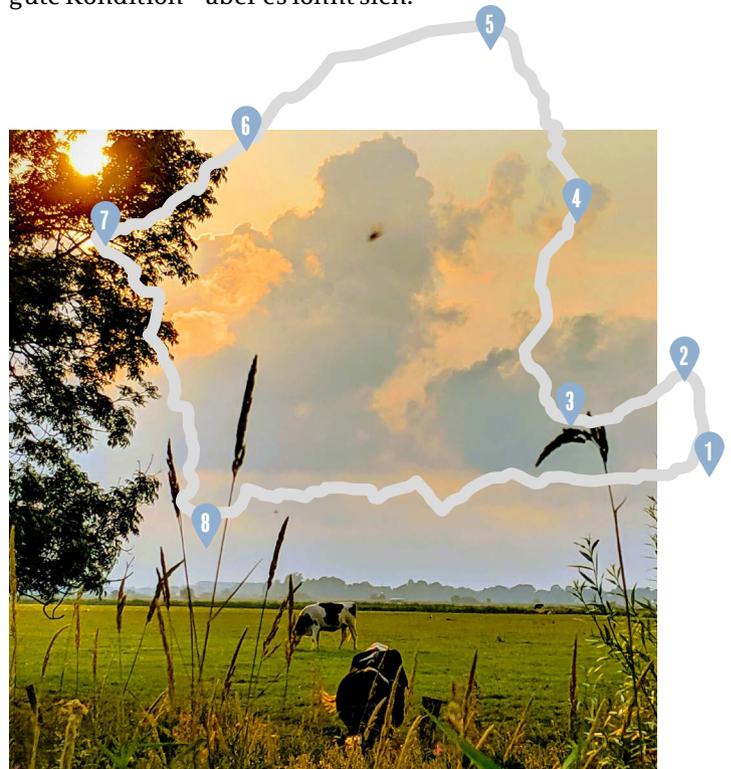


## TOUR DURCH DEN NORDEN

265 km / schwer

Tim-Oliver Ostheider, LzO Oldenburg

„Wer sich selbst herausfordern möchte, setzt sich diese viertägige Fahrradtour als Ziel. Am ersten Tag ging es von Oldenburg über Rastede nach Bad Zwischenahn, am zweiten über Bockhorn nach Jever, am dritten über Aurich nach Emden und am vierten schließlich bis nach Papenburg. Dafür braucht man natürlich eine gute Kondition – aber es lohnt sich!“



## DELMENHORST-BERGEDORF-TOUR

32 km / mittel

Holger Braue, LzO Oldenburg

„Ich fahre gern mit der Familie von Delmenhorst nach Bergedorf und zurück. Erster Pflichthalt: das grün-weiße Werder-Melkhus in Bürstel! Für ein Stück Kuchen kann ich aber auch das Café Stauden-Oase empfehlen. Und Kinder freuen sich immer über einen Besuch auf dem Spiel- und Spaßhof Kühlingen.“

# Weitere nützliche Tipps

## KOMOOT

- Kostenlose Navigations-App für Ihr Smartphone
- Fahrrad- und Wanderrouten planen, aufzeichnen und teilen
- Erhältlich im App Store und bei Google Play

## ALLGEMEINER DEUTSCHER FAHRRAD-CLUB (ADFC)

- Regionalkarte mit GPS-Tracker für das Oldenburger Land
- Erhältlich z. B. bei der Touristeninformation der Stadt Oldenburg
- Empfehlungen für Gruppentouren unter [adfc-oldenburg.de](http://adfc-oldenburg.de)

## BUCH „DIE 100 SCHÖNSTEN RADTOUREN IN NIEDERSACHSEN“

- Offizieller Radführer von  
Radio Antenne Niedersachsen
- Viele Informationen zu regionalen  
Sehenswürdigkeiten
- Erhältlich z. B. im Buchhandel

## RADKARTE FRIESLAND, AMMERLAND, WESERMARSCH, OLDENBURG

- Schön übersichtlich gestaltet
- Zahlreiche Ausflugstipps und  
Streckeninformationen
- Erhältlich z. B. im Buchhandel

## WEBSITES UND BLOGS

- [oldenburg-tourismus.de/radfahren/radrouten](http://oldenburg-tourismus.de/radfahren/radrouten)
- [oldenburger-muensterland.de/entdecken/radtouren](http://oldenburger-muensterland.de/entdecken/radtouren)
- [stadtradeln.de](http://stadtradeln.de)



# Herrliches Hundeleben!

Sommer, Sonne, Strand auf vier Pfoten

Im Alltag leben Hundefreunde und Katzenliebhaber meist in friedlicher Koexistenz nebeneinander. Doch es gibt Momente, da beneidet die eine Fraktion die andere: Beim Gassigehen zum Beispiel, denn an den Strand folgt uns kein Stubentiger freiwillig.

Endlose Spaziergänge, das Meeress rauschen im Ohr. Stöckchen ins Wasser werfen und lachend zur Seite springen, wenn unser haariger Freund sich schüttelt. Unsere Region bietet viele Möglichkeiten, die schönste Zeit des Jahres mit seinem Hund zu genießen – vom Baggersee über lauschige Plätzchen am Weserstrand bis hin zur Nordseeküste.

Im Beachclub Nethen vor den Toren Oldenburgs etwa gibt es ein Areal nur für Fellnasen, Spielparcours und Wassertankstelle inklusive. Am Schierloh-Strand in Kirchhamelwarden können sich Hunde auf einem Kilometer Länge austoben. Und wer reif für die Insel ist, fährt mit seinem Vierbeiner nach Wangerooge oder macht eine Wattwanderung nach Baltrum. Für alle anderen gibt es entlang der Küste neben Hooksiel, Horumersiel und Schillig jede Menge weiterer Strände, an denen sich nicht nur Bello pudelwohl fühlt.

## Hundestrände: eine tierische Auswahl

Wangerooge, Hooksiel, Horumersiel, Schillig, Burhave, Tossens, Berne, Brake, Dangast, Eckwarderhörne, Elsfleth, Jade, Lemwerder, Nordenham, Stadland und der Beachclub Nethen



## AN ALLES GEDACHT?

- › Badebekleidung
- › Sonnenbrille
- › Handtücher für Sie und Ihren Liebling
- › Leckerlis
- › „Schietsbüdel“
- › Hundehalter-Haftpflicht (gibts auch bei der LZO)

Sam, eine Französische Bulldogge, ist sehr verschmust und freut sich über jeden Besuch.



1

Bastian genießt die tierische Freundschaft durch dick und dünn. Beide lieben Meer- und Waldspaziergänge.

Iris wird von ihrer Hündin ganz schön auf Trab gehalten. Und so soll es auch sein.



3



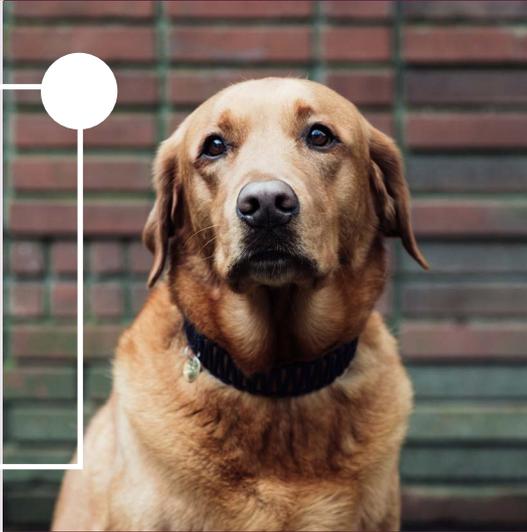
## Menschen von hier und ihr Tier



2

Lisa ist mit ihrem Rabauken oft im Park. Stöckchen, Bälle, Leckerli und beide sind glücklich.

Foxred Labrador Guinness besucht regelmäßig kranke und pflegebedürftige Menschen im Krankenhaus.

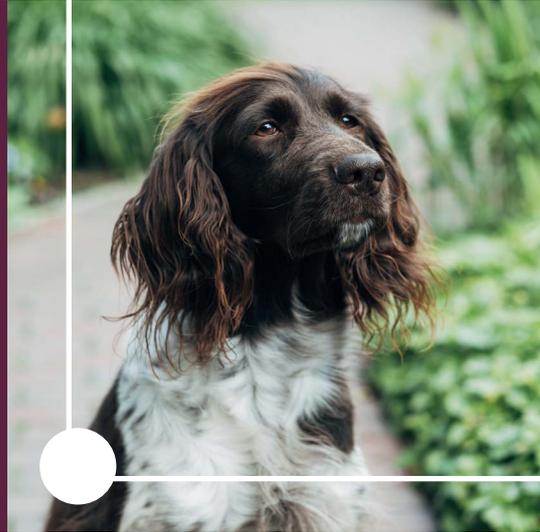


Münsterländerin Nala ist ein echter Wirbelwind: extrem verspielt, neugierig und kinderlieb.



## Wer gehört zu wem?

Die zugehörige Nummer des Herrchens beim Hund eintragen.



Kimbo, der süße kleine Yorkshire Terrier, hat eine ganz schön große Klappe.



4

Thomas liebt die warmherzige und geduldige Seele seines Hundes. Ganz das Herrchen eben.

*Nähe ist, wenn man Weite  
gleich um die Ecke hat*





**Stephan Meyer-Bergfeld** lebt und arbeitet seit 1996 als freiberuflicher Fotograf in Oldenburg. Zu seinem Portfolio zählen vor allem Landschaften, Architektur und Porträts. Vom 11. Oktober bis 06. Dezember 2020 sind in seiner Einzelausstellung „Analog 66“ Oldenburger Porträts im Landesmuseum für Kunst und Kulturgeschichte zu sehen.

# Nicht reden, pflanzen!

„**W**as können wir gegen den Klimawandel unternehmen?“, fragt sich die Klasse 9C der Realschule Wildeshausen.

Klar ist: Demonstrieren oder Müllsammeln geht den Schülerinnen und Schülern nicht weit genug. „Wir wollen mehr. Wir wollen einen Hektar Wald!“, heißt es in einem dreiminütigen Video, das die Jugendlichen bei YouTube veröffentlicht haben.

Mit dem selbst gedrehten Film haben die Neuntklässler im Herbst 2019 am Vereinsvoting der LzO teilgenommen – und schließlich eine Anschubfinanzierung von 2.000 Euro für ihr Vorhaben erhalten. „Zuerst war der Schulwald nur eine fixe Idee“, berichtet Klassenlehrer Christian Hillje. „Doch die Resonanz von Lehrern, Schülern und Eltern war dermaßen positiv, dass wir gesagt haben, wir machen das jetzt einfach.“ Langfristig soll der Förderverein der Schule das Projekt begleiten und unterstützen.

Ein Hektar Wald für die  
Realschule Wildeshausen





## NACHHALTIG COOLES PROJEKT

Ziel der Initiative „RSW goes green“ ist es, einen Hektar Acker- oder Weideland zu finden und diesen gemeinsam aufzuforsten. „Der Schulwald soll als nachhaltiges Projekt für die nächsten Jahrzehnte angelegt und gepflegt werden“, erklärt Schulleiter Jan Pössel. „Zudem soll er fester Bestandteil des Unterrichts werden.“ Im Video sprechen die Schülerinnen und Schüler zum Beispiel von Kooperationen mit lokalen Imkern oder davon, Obst aus eigenem Anbau zu verkaufen. Eine wagt sogar einen Blick in die Zukunft:

„Wie cool wäre es, wenn wir später mit unseren Kindern an dem Wald vorbeifahren und sagen können: Das ist unser Werk!“

Zurzeit sucht die Realschule Wildeshausen noch nach einer geeigneten Fläche. Aktuelle Informationen und das Video zum Projekt finden Sie auf [www.rswildeshausen.de](http://www.rswildeshausen.de)



(V. l.): Mareile Piening, Janine Becker, Lucy Samuel sind Teil des Projektteams RSW goes green

Als Förderer der Region gibt die LzO jährlich mehrere Millionen Euro für gemeinnützige Projekte aus den Bereichen Kunst und Kultur, Bildung und Sport, Soziales und Umwelt aus. Zum Beispiel beim LzO-Vereinsvoting, das jedes Jahr im Herbst stattfindet. Mehr dazu auf [lzo.com/vereinsvoting](http://lzo.com/vereinsvoting)

Wie kommt der Hasbruch mit den steigenden Temperaturen klar?

# Wald im Mittelpunkt

## SCHON GEWUSST?

Mit jedem neuen KNAX-Konto, dem Girokonto für unsere jüngsten Kunden, spendet die LzO einen Geldbetrag für ihr Projekt „Wachstum für alle“. Damit werden Jahr für Jahr Baumpflanzaktionen in der gesamten Region unterstützt.

Mehr unter:  
[lzo.com/nachhaltigkeit](https://lzo.com/nachhaltigkeit)



Revierförster  
Jens Meier

Zwischen Ganderkesee und Hude liegt eines der beliebtesten Naherholungsgebiete des Oldenburger Lands – der Hasbruch. Bekannt wurde das Waldgebiet vor allem durch die mächtigen Eichen, die es prägten. Star unter den Bäumen ist deshalb auch heute noch die Friederikeneiche, die sich im „Urwald“ des insgesamt 627 Hektar großen Naturschutzgebietes befindet und schon circa 1.200 Jahre hinter sich gebracht hat.

## Doch wie reagieren Flora und Fauna des Hasbruchs auf die Wetterextreme der letzten Jahre?

Die Rekordsommer haben nicht nur der Landwirtschaft Probleme bereitet. Auch die Wälder hatten zu kämpfen. Neben der hohen Waldbrandgefahr drohte den Bäumen auch ein verstärkter Insektenbefall. „Unsere, zum Glück wenigen, Fichten litten verstärkt unter Borkenkäfern“, berichtet Revierförster Jens Meier. Die Eichen seien von der sogenannten „Frühjahrsfraßgesellschaft“ – Raupen verschiedener Schmetterlingsarten – sehr in Mitleidenschaft gezogen worden. Die Trockenheit brachte die Bäume an ihre Grenzen und schwächte sie in ihrer Vitalität. Buchen in exponierten Lagen warfen zum Beispiel frühzeitig ihre Blätter ab. Jens Meier und seine Mitarbeiter waren deshalb noch häufiger als sonst im Wald unterwegs, um Schäden zu do-

kumentieren und zu beseitigen. Im Urwald gehe Letzteres allerdings nicht, berichtet der Revierförster: „Hier hat die natürliche Waldentwicklung Vorrang.“

Aufatmen dagegen beim Eichen Nachwuchs, der zu Tausenden im bewirtschafteten Teil des Hasbruchs gepflanzt worden war. In weiser Voraussicht waren etwas größere Exemplare bis zu 50 Zentimeter tief in den Boden gesetzt worden. Da in der Tiefe mehr Feuchtigkeit gespeichert ist, haben sie die trockenen Sommer gut überstanden. Ohne solche Pflanzungen wären die Eichenlebensräume im Hasbruch irgendwann Vergangenheit, berichtet Jens Meier: „Ein Blick in den Urwald genügt, um die Folgen der Nichtbewirtschaftung zu erkennen, denn dort gibt es kaum noch Eichen; sie wurden nach und nach von Buchen überwachsen.“

Die seltenen Feuersalamander im Hasbruch trifft es besonders. Die auffallend gemusterten Amphibien lieben die Naturbelassenheit des Urwalds. Sie finden hier – in ihrem nordwestlichsten Vorkommen – einen idealen Lebensraum. Aber die vielen Sonnenstunden hatten auch für sie Schattenseiten parat. Die Gewässer, in denen sich die Jungtiere normalerweise entwickeln, waren in den letzten beiden Sommern ausgetrocknet. Damit der Bestand nicht weiter schrumpft, muss also dringend mal wieder ein weniger trockener Sommer her. Mehr Informationen zum Naturschutzgebiet Hasbruch unter [hasbruch.de](http://hasbruch.de)



## Worauf Besucher (nicht nur) im Sommer achten sollten

Der Respekt vor der Natur, den Naturschutzauflagen und den Waldhütern hat in den letzten Jahren leider abgenommen. „Gebote werden nicht eingehalten, Verbote missachtet, aggressive Reaktionen nehmen zu“, ist von den Waldhütern zu hören. „Dabei bräuchten Schutzgebiete wie der Hasbruch vor allem auch den Schutz von den Besuchern. Besonders wichtig: das Rauch- und Feuermachverbot von März bis Oktober! Es wäre schön, wenn die Waldbesucher wieder respektvoller mit diesem hochsensiblen Ökosystem, aber auch mit den Menschen, die hier arbeiten und alles für den Erhalt tun, umgingen.“

# Ohne Wasser läuft im Garten nichts

Garten- und Landschaftsbauer  
Reinhard Soler weiß Rat in dürrer Zeiten.

Reinhard Soler  
Garten- und Landschaftsbau  
Neustädter Str. 15  
27777 Ganderkesee



» Herr Soler, Sie werden bei Ihrer Arbeit direkt mit den Auswirkungen des Klimawandels konfrontiert. Welches Problem tut sich in unseren Gärten besonders auf? Die letzten Sommer haben es gezeigt: Die Dürreperioden werden häufiger und sie dauern immer länger. Pflanzen müssen über einen sehr langen Zeitraum ohne den notwendigen Regen auskommen.

**Wie kann man sich denn als Gartenbesitzer am besten darauf einstellen?**

Einerseits kann man auf Pflanzen setzen, die Hitze und Trockenheit besser vertragen. Bei Bäumen sind das zum Beispiel Feldahorn, Ginkgo oder Wacholder und bei Zierpflanzen die dickfleischige Fetthenne. Andererseits kommt man auch dann irgendwann nicht um die Bewässerung seiner Pflanzen herum. Ohne Wasser läuft im Garten nichts.

**Seine Pflanzen mit teurem Trinkwasser zu gießen, kann ja aber keine Lösung sein, oder?**

Ganz genau. Mal abgesehen davon, dass es eine echte Verschwendung von Trinkwasser ist, kann das je nach Größe des Gartens auch ganz schön ins Geld gehen. Und in Dürreperioden ist es oft auch verboten, ebenso wie das Anzapfen des Grundwassers. Schließlich sinken auch die Grundwasserspiegel seit Jahren.

**Aber irgendwoher muss das Wasser doch kommen?**

Um auch in trockenen Perioden ausreichend Gießwasser zu haben, sollten Gartenbesitzer das Regenwasser auffangen. Gerade beim immer häufiger auftretenden Starkregen fließen sonst große Mengen Wasser ungenutzt den Bach – also die Kanalisation – runter. Das lässt sich ganz einfach vermeiden: mit Regentonnen oder aber mit unterirdischen Zisternen, die Tausende Liter fassen können. So kommt man gut über einen trockenen Sommer und muss auch kein schlechtes Gewissen beim Gießen haben.

# Fix fertig

Mit Solitärgehölzen lassen sich in kurzer Zeit fertige Gärten gestalten.

» **Frau Stöckmann, die meisten Leser werden mit dem Begriff „Solitärgehölze“ nicht viel anfangen können. Was ist das genau?**  
*Das sind Pflanzen, die aufgrund ihres hohen Alters und ihrer Form eine starke Ausstrahlung haben. Sie kommen am schönsten zur Geltung, wenn sie eine Einzelstellung haben – ganz im Gegensatz zu Pflanzen, die am besten in einer Gruppe oder Hecke aufgehoben sind.*

*Viel Platz benötigen Sie dennoch nicht für ein Solitärgehölz. Denn fast alle Sorten, die wir im Programm haben, sind Zwergformen. So können auch Besitzer von einem sehr kleinen Garten einen ausgewachsenen Ginkgo oder einen Ahorn pflanzen.*

**Was ist der Vorteil an Ihren Solitärgehölzen?**

*Da gibt es ganz klar drei: Zum einen sind diese Pflanzen optimal für alle, die nicht jahrelang warten wollen, bis ihr Garten einmal fertig gewachsen ist. Zum anderen bieten wir ausgefallene Sorten an, die man woanders vergeblich sucht. Der dritte Vorteil kommt dem aktuellen Zeitgeist entgegen. Denn die meisten Menschen wollen dann in den Garten, wenn sie Lust haben, und nicht dann, wenn der Kalender es sagt. Darum sind alle Solitärgehölze bei uns im Topf- und damit nahezu jederzeit pflanzbar.*

Ahorn *Acer circinatum*  
,Burgundy Jewel'

**Sind diese Pflanzen eigentlich teuer?**

*Ich persönlich finde, dass die Pflanzen verglichen mit industriell gefertigten Produkten wie Kleidung eher zu billig sind. Schließlich steckt in jeder Pflanze bis zum Verkauf jahrelange professionelle Pflege.*

Schließlich  
steckt in jeder  
Pflanze bis zum  
Verkauf jahrelange  
professionelle  
Pflege.

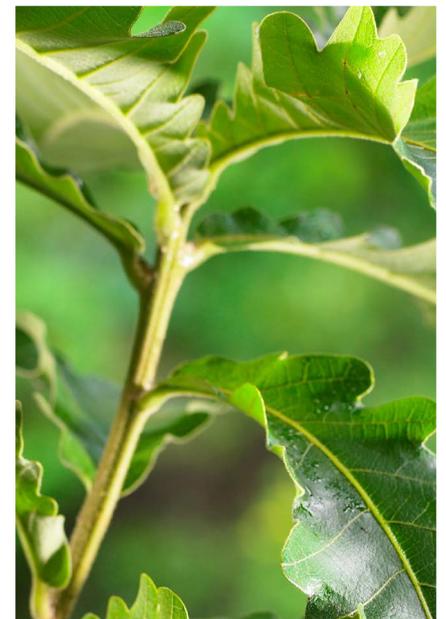
*Dabei wird viel Wert auf Nachhaltigkeit und Qualität gelegt. Abgesehen davon, kauft man diese Solitärgehölze meist „für die Ewigkeit“ – und nicht für eine saisonale Bepflanzung, die anschließend im Müll landet.*



Tordis Stöckmann  
Inhaberin von Flauas®  
Ocholter Str. 1, 26160 Bad  
Zwischenahn  
[www.flauas.de](http://www.flauas.de)

**Welche Sorten können Sie empfehlen?**

*Eigentlich alle, aber es kommt natürlich auf den Standort an. Wir fragen unsere Kunden grundsätzlich, wo gepflanzt werden soll, und würden zum Beispiel nie einen Ahorn für einen vollsonnigen Platz empfehlen. Eine meiner Lieblingspflanzen ist die Zwerg-Sumpf-Eiche „Green Dwarf“, weil sie im Herbst leuchtend rote Blätter bekommt.*



Japanische Kaiser-Eiche  
*Quercus dentata*  
,Carl Ferris Miller'

# Super nachhaltiges Superfood

---

Mikroalgen und Grünkohl von „Evergreen-Food“ aus Langförden

**I**mmer mehr Menschen möchten sich gesünder, regionaler und nachhaltiger ernähren. Familie Cordes aus Langförden leistet hierzu einen besonders innovativen Beitrag: In den Gewächshäusern ihres Gartenbaubetriebes werden Mikroalgen zu regionalem Superfood veredelt. Vor allem die

„Spirulina“ und „Chlorella“ liegen momentan im Trend, nicht nur bei Vegetariern und Veganern.

„Die Alge besteht aus bis zu 60 Prozent hochwertigem Eiweiß und enthält viele wichtige Nährstoffe wie Aminosäuren, Vitamine, Eisen und Omega-3-Fettsäuren. Echte

regionale Superfoods“, freut sich Unternehmensgründerin Cathleen Cordes, die bei „Evergreen-Food“ für neue Produkte und deren Vermarktung zuständig ist. Ihre Schwester Caroline kümmert sich um die Kultivierung, Ernte und Weiterverarbeitung der grünen Einzeller. „Die notwendige Technik





Weitere Informationen, leckere Rezepte zum Nachmachen und einen Onlineshop finden Sie auf [evergreen-food.de](http://evergreen-food.de)

## GRÜNKOHL UND HIMBEERNUSS

Neben der Alge in Pulverform gibt es bei Evergreen-Food auch weitere Eigenproduktionen wie Wildkohl, Himbeernuss oder Grünkohl zum Verfeinern von Gerichten, wie beispielsweise einer Açaí Bowl (Bild links).

Die darin wichtigen Nährstoffe sind hierdurch das ganze Jahr verfügbar – auch in Kapselform zum Einnehmen.

„Mikroalgen wachsen sehr schnell und stehen nicht in Konkurrenz zur konventionellen Landwirtschaft.“

dafür hat unser Vater Rudolf in jahrelanger Arbeit selbst entwickelt und immer wieder optimiert.“ Seit 2014 produziert das Familienunternehmen Chlorella und andere Mikroalgen für die Herstellung von Lebensmitteln, 2015 erfolgte die Biozertifizierung.

## GUT FÜR MENSCH UND UMWELT

Zum Wachsen benötigen Mikroalgen nur etwas Kohlenstoffdioxid aus der Luft, Sonne, Nährstoffe und Wasser. Um die Einzeller zu kultivieren, werden sie zunächst im Labor vermehrt. Anschließend kommen die so entstandenen Kulturen ins Gewächshaus, wo sie

in langen Folienschläuchen vor sich hin blubbern. „Die eigentliche Massenproduktion erfolgt dann in großen Becken, aus denen wir später eine Algenpaste ernten“, erklärt Cathleen Cordes. Die Algenpaste wird schonend getrocknet und zu einem feinen Pulver vermahlen. „Mikroalgen wachsen sehr schnell und stehen nicht in Konkurrenz zur konventionellen Landwirtschaft. Verglichen mit anderen Nutzpflanzen reduzieren sie den Kohlenstoffdioxid-Gehalt um ein Vielfaches und haben zudem eine positive Energiebilanz – eine super nachhaltige Geschichte!“

## EXISTENZGRÜNDER DES JAHRES

Kreativität und Engagement zahlen sich aus: Nach Auszeichnungen wie dem Förderpreis der Agrarwirtschaft 2015 wurde „Evergreen-Food“ kürzlich vom Verbund Oldenburger Münsterland als Existenzgründer des Jahres 2019 ausgezeichnet. Zudem berichteten zahlreiche regionale und überregionale Medien über das innovative Familienunternehmen aus Langförden.

# Das ehrliche Dutzend

Im Gespräch mit Rickey Paulding

Rickey Paulding gehört zu den beliebtesten Spielern der Basketball-Bundesliga. Wir haben dem 37-jährigen Wahl-Oldenburger ein Dutzend Fragen zugespielt.

1

## Was magst du an Oldenburg?

*Ich mag die Leute hier einfach sehr gern. Alle sind freundlich, das gefällt mir. Und es ist ein guter Ort für Kinder.*

2

## Hast du einen Lieblingort in der Region?

*Die Landschaft um Oldenburg herum ist schön. Die Parks, die Wälder. Da kann man schön spazieren gehen. Meine Kinder mögen das auch sehr, vor allem, wenn das Wetter gut ist.*

3

## Wo kannst du am besten abschalten?

*Am besten geht das zu Hause in den eigenen vier Wänden. Da kann ich Abstand zu den Spielen gewinnen und mich auch gedanklich auf das nächste Spiel vorbereiten.*

4

## Fahrrad oder Auto?

*Fahrrad! Ich hoffe, es zählt, dass ich ein E-Bike habe. Aber definitiv: Fahrrad!*

5

## Nachhaltigkeit bedeutet für mich ...

*Egal, ob es rauf oder runter geht, ob es stürmisch ist oder nicht: Die Fähigkeit, an Dingen und Plänen festzuhalten, sie auch umzusetzen, und einfach seinen Job machen.*

6

## Was ist für dich typisch norddeutsch?

*Als Erstes fällt mir da das regnerische Wetter ein, wenn aber die Sonne scheint, dann ist es sehr schön hier. Was die Menschen betrifft: Die sind sehr geradeheraus und ehrlich.*

7

## Dein bisher größter Erfolg?

*Die Meisterschaft 2009 und der Pokal-Sieg 2015.*

8

## Welche Pläne hast du für die Zukunft?

*Es wird sicherlich was mit Basketball sein. Vielleicht errichte ich mal eine Basketball-Halle, wo Kinder trainieren können, wo es vielleicht nicht nur um Basketball geht, sondern auch um andere Sportarten.*

9

## Was könnte jetzt gerade wirklich besser laufen?

*Das Wetter könnte besser sein. Ich mag den Frühling und den Sommer.*

10

## Auf meinen Grill gehört ...

*... Burger, Bratwürste, Rippchen, aber auch gegrilltes Gemüse.*

11

## Wovon kannst du nicht genug bekommen?

*Von Basketball kann ich tatsächlich nicht genug kriegen. Basketball ist einfach mein Leben. Wenn ich selber nicht spiele oder trainiere, schaue ich meinen Kindern beim Spielen zu.*

12

## Ein perfekter Tag ist für mich ...

*... schönes Wetter und viel Zeit mit meiner Familie!*



# Sind Sie „nordisch by nature“?

Tragen Sie die gesuchten Begriffe in die entsprechenden Felder ein. Die Lösung finden Sie auf Seite 43.

1	2		3		4	5		6	7		8
9					10		11				
12		13		14							16
	17			18		19			20		
21			22			23		24			
			25		26			27	28		29
30	31				32		33				
			34	35					36	37	
38		39				40		41			
42			43		44						45
		46			47		48				
49											50

## Finden Sie acht typisch norddeutsche Begriffe.

Die Lösung finden Sie auf Seite 43.

E	G	S	A	U	I	S	E	H	O	T	N
F	R	C	B	R	M	N	R	J	E	W	S
A	Ü	O	K	N	Z	F	G	D	V	U	C
K	N	I	N	O	R	D	S	E	E	P	H
E	K	Y	S	W	H	T	I	P	Ö	T	N
M	O	I	N	V	E	L	Q	Ä	F	Ö	A
D	H	U	Q	Ä	F	L	F	G	D	J	C
K	L	Ö	N	E	N	T	D	A	P	E	K
P	Ö	U	E	T	P	F	P	Ä	H	D	E
T	G	F	S	T	U	R	M	K	D	R	N
W	D	P	G	Ä	Z	U	E	Q	G	L	T
J	B	O	N	S	C	H	E	N	P	V	Y

### WAAGERECHT: ↔

- 1 großer Schiffsnagel
- 6 Lebenshauch
- 9 persönliches Fürwort
- 10 Halbinsel Ägyptens
- 12 einer der Heiligen Drei Könige
- 15 tropisches Harz
- 17 Abk.: Langspielplatte
- 18 Pflanzgut, Keimgut
- 20 nordisches Nutztier
- 21 flach, zusammengedrückt
- 23 älteste Sparkasse der Welt
- 25 den Mund betreffend (Med.)
- 27 trocken, säurebetont (Wein)
- 30 Nestgelege

- 32 Zauberwort in „1001 Nacht“
- 34 Kopfbedeckung im Orient
- 36 kurz für: in das
- 38 Abk.: Turn- und Sportclub
- 40 luxuriöse Zubehörteile
- 42 Bandit
- 45 dt. Vorsilbe
- 46 Abk.: Normalnull
- 47 großes Klavier
- 49 norddt. draußen herumstrolchen
- 50 Kfz-Z. Republik Niger

### SENKRECHT: ↕

- 1 Abk.: Sekunde
- 2 straff gefüllt
- 3 Abk.: Esperanto
- 4 Buch im Alten Testament
- 5 Abk.: Rhode Island
- 6 Speisefisch
- 7 Lebewesen
- 8 norddeutsches Grußwort
- 11 Fischfanggerät
- 13 belgisches Heilbad in den Ardennen
- 14 Abk.: Astrologie
- 16 großes Gewässer
- 19 jedermann
- 21 amerikanischer Schriftsteller † 1849
- 22 Moorprodukt
- 24 ugs.: Ausruf des Erstaunens

- 26 Spielkarte
- 28 Araberfürst
- 29 Kugelspiel in Friesland
- 31 friesischer Frauennamen
- 33 Erfinder des Saxofons †
- 35 Abk.: Europäische Zentralbank
- 37 Säugetierordnung
- 38 Pferdegangart
- 39 kleinste in Deutschland gültige Münze
- 40 Laubbaum
- 41 Mensch zwischen 20 und 29 Jahren
- 43 3. und 4. Fall von ihr
- 44 Abk.: Einfamilienhaus
- 48 Auerochse

# Money Talks

Immobilienfinanzierung:  
maßgeschneidert statt  
von der Stange

**I**mmer mehr Menschen gehen online auf Schnäppchenjagd. Kleidung, Elektronikartikel, Lebensmittel, Reisen und selbst ein neues Auto kann man inzwischen bequem vom heimischen Sofa aus bestellen. Doch wie verhält es sich mit den ganz großen Investitionen, die man nur einmal im Leben tätigt? Zum Beispiel dem Bau oder Kauf Ihres Traumhauses oder einer eigenen Wohnung?

Auf der Suche nach einer passenden Immobilienfinanzierung werden Sie im Internet schnell auf verschiedene Vermittler-Plattformen, selbstständige Vermittler und überregional agierende Banken stoßen, die allesamt damit werben, Ihnen den günstigsten Zinssatz für Ihr Vorhaben zu sichern. Aber reicht das bereits aus, um Sie zu überzeugen?



Weitere solide Informationen  
zum Thema finden Sie auf  
[lzo.com/baufinanzierung](https://lzo.com/baufinanzierung)

## AUF PERSÖNLICHE BERATUNG BAUEN

Wer einen neuen Anzug oder ein neues Kleid sucht, schaut nicht ausschließlich auf den Preis. Die Kleidung soll auch gut sitzen und die Qualität muss stimmen! Dies gilt umso mehr bei einer Immobilienfinanzierung, welche exakt auf Ihre persönlichen Bedürfnisse zugeschnitten sein muss. Und idealerweise auch Jahre später noch zu Ihnen passen sollte. Der Preis ist dabei nur ein Aspekt, die Qualität und eine ausführliche, persönliche Beratung zwei weitere.

Viele Vermittler und überregionale Banken ohne Fachberater vor Ort scheuen sich jedoch, bestimmte KfW-Förderprogramme oder eine

staatliche Riester-Förderung anzubieten. Beides sind erklärungsbedürftige Themen, die viel Aufwand und Verantwortung mit sich bringen – was man natürlich gern vermeiden möchte.

Wer so agiert, verkauft Ihnen allerdings keine maßgeschneiderte Immobilienfinanzierung, sondern nur ein Produkt von der Stange. Ach, und was passiert eigentlich, wenn sich Ihre Wünsche und Bedürfnisse über die Jahre einmal ändern sollten? Dann lohnt es sich, einen kompetenten Ansprechpartner in der Nähe zu haben.

**Der Preis ist dabei nur ein Aspekt, die Qualität und eine ausführliche, persönliche Beratung zwei weitere.**

## PASST ALLES?

Bevor Sie sich für eine eigene Immobilie entscheiden, müssen einige fundamentale Fragen geklärt werden, am besten im persönlichen Gespräch:

- Kaufen oder bauen?
- Makler, ja oder nein?
- Haus im Grünen oder Eigentumswohnung in der Stadt?
- Förderung durch die Kreditanstalt für Wiederaufbau (KfW) möglich?
- Staatliche Riester-Förderung sinnvoll?
- Günstiger Zinssatz für die gesamte Laufzeit?
- Passen monatliche Rate und persönliche Lebensplanung zusammen?
- usw.



**An einem Nebelmorgen  
auf dem Elsflether Sand**

Jens Harms aus Berne hat es geschafft: Mit seinem Motiv eines Fischkutters an der Weser-Halbinsel gewann er den aktuellen Fotowettbewerb von \*1786 – und hat sich damit diese Doppelseite gesichert. Herzlichen Glückwunsch!





# So schmeckt Heimat

Fisch fangfrisch auf den Tisch.  
Ein Privileg unserer Region.

» Der Name Töllner steht seit 45 Jahren für frischen Fisch. Mit ihrer Edelfischräucherei in Jeringhave hat sich die Familie bereits in zweiter Generation hochwertigen Fischspezialitäten verschrieben. Ob frisch aus dem Rauch oder naturbelassen, heute findet man die friesischen Spezialitäten aus dem Hause Töllner nicht nur in der Filiale in Varel, sondern ebenso auf Wochenmärkten in Wilhelmshaven, Sande, Schortens, Bockhorn, Wiesmoor, Nordenham und Rastede.

**E**in Zungenbrecher, der den Gaumen erfreut: „Fischers Fritze fischt frische Fische ...“ Nirgendwo tut er dies übrigens lieber als bei uns. Ob frische Krabben direkt vom Kutter, Schollenbraten im Watt, Aal mit Schwarzbrot oder ein Matjesbrötchen mit Meeresrauschen im Ohr. Fisch ist das kulinarische Kulturgut der Küste. Und ein gesundes obendrein. Er ist nämlich nicht nur lecker. Neptuns Beute versorgt den Körper außerdem mit wichtigen Nährstoffen wie Eiweiß, Vitaminen und Mineralstoffen. Gleichzeitig stärken seine Fettsäuren unser Herz, Gehirn und Immunsystem. Nicht zuletzt deshalb ist dieses Nahrungsmittel in unserer Region buchstäblich Chefsache. Denn traditionell sind die weiterverarbeitenden Betriebe noch heute in Familienhand.

## FORELLEN

Fisch macht glücklich. Hier der Beweis. Forellen wurden früher von Mönchen gezüchtet und aufgrund ihres hohen Anteils an Omega-3-Fettsäuren schwermütigen Menschen als stimmungsaufhellendes Mittel verabreicht. Generell eignen sie sich für fast jede Art der Zubereitung. Die Klassiker sind Räucherforellen oder gekocht als „Forelle blau“ und gebraten als „Forelle Müllerin-Art“. Da es sich überwiegend um Zuchtfische handelt, werden sie das ganze Jahr über in gleichbleibender Qualität angeboten.

Töllner Edelfisch GmbH & Co. KG  
Varel-Jeringhave und Mühlenstraße 36, Varel  
[www.toellners-edelfisch.de](http://www.toellners-edelfisch.de)



» Ammerland ohne Aal? Undenkbar. Schon seit Jahrhunderten werden diese Fische im Zwischenahner Meer gefangen und anschließend geräuchert. Für den Landwirt Friedrich Bruns entwickelt sich dieser lukrative Nebenerwerb Anfang des 19. Jahrhunderts zu einer neuen Geschäftsidee. 1876 wurde infolgedessen die Aalräucherei Friedrich Bruns aus der Taufe gehoben. Tradition und Verantwortungsbewusstsein gegenüber der eigenen Heimat mit seiner Artenvielfalt ziehen sich seitdem wie ein roter Faden durch die Firmenhistorie. Aus diesem Grund hat der heutige Geschäftsführer Friedrich Bruns jun. im August vergangenen Jahres der „Perle des Ammerlands“ 10.000 kleine Aale gestiftet. Sie wurden im Rahmen des Meertages Bad Zwischenahn ausgesetzt und sind der schwimmende Beweis für gelebte Nachhaltigkeit.

## AALE

Diese Fische sind buchstäblich Wanderer zwischen den Welten. Schließlich verbringen sie ihr Erwachsenenleben in Süßgewässern und kommen nur zum Laichen ins Meer. Ihre Reise führt sie dabei bis in die Sargassosee, ein atlantisches Seegebiet östlich von Florida. Nach dem Laichen versterben die Aale. Der Nachwuchs, auch Glasaale genannt, tritt nun die Reise in die Süßgewässer dieser Welt an. Zum Beispiel nach Bad Zwischenahn. Dabei nutzen sie den Weg über die Ems, Kleingräben sowie Auen. Aus der norddeutschen Küche ist der Aal mittlerweile nicht mehr wegzudenken. Geräuchert haben ihn die Gourmets immer noch am liebsten.

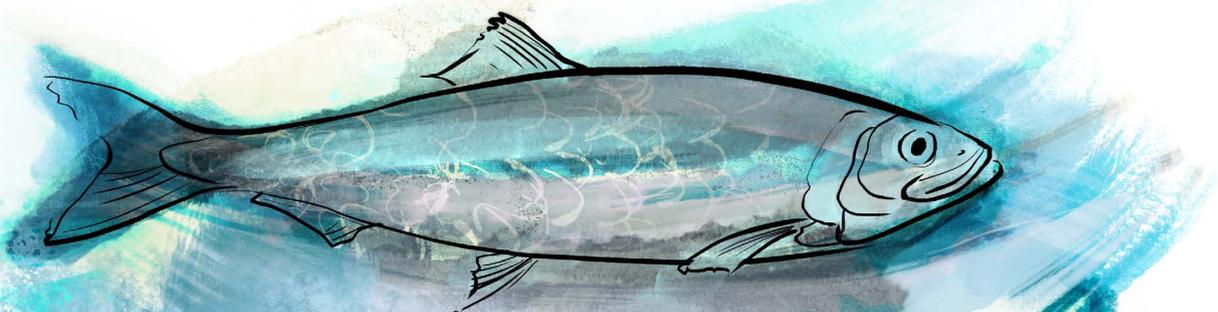
Aalräucherei Friedrich Bruns GmbH  
Peterstraße 9, Bad Zwischenahn  
[www.aal-bruns.de](http://www.aal-bruns.de)

» Für frische Leckerbissen aus dem Meer muss man nicht immer zwangsläufig gleich an die Küste fahren. Ein Ausflug ins Ammerland reicht völlig aus. Denn bereits 1997 wurde in Wiefelstede die Aalräucherei Baade eröffnet. Heute ist der Familienbetrieb überregional bekannt für seinen schmackhaften Räucherfisch und seine beliebten Fischspezialitäten, über den Aal hinaus, die nach feinen Rezepturen zubereitet werden.

## MATJES

Dieser Hering gilt als das „Silber der Meere“. Klassischerweise wird er nach dem Fang in den Monaten Mai, Juni und Juli zum Matjes veredelt. Seinen charakteristischen Geschmack verdankt er dem Einlegen in Salzlake. Seinen Namen hingegen dem holländischen Wort für „Mädchen“ – „Meisjes“. Kein Wunder. Immerhin wird diese Spezialität auch als „jungfräulicher Hering“ bezeichnet. Wer seinen Matjes traditionell genießen will, für den heißt es: „Kopf in’n Nacken.“ Die Filets werden an der Schwanzflosse gefasst. Danach lässt man diese zarte Köstlichkeit langsam und genüsslich in den Mund gleiten.

Aalräucherei Baade Ammerland e. K.  
Stahlstraße 4, Wiefelstede  
[www.baade.de](http://www.baade.de)





» » „Alles, was noch frischer ist, schwimmt noch!“, so lautet seit der Gründung im Jahr 1949 das Motto von Inhester's Fischspezialitäten. Als traditioneller Familienbetrieb wird das Unternehmen inzwischen in der dritten Generation geführt. Vom umfangreichen Angebot der Visbeker kann man sich auf den Wochenmärkten in Vechta, Twistringen, Lutten und Goldenstedt persönlich überzeugen. Und nicht nur das. Die bunt bemalten Schaustellerwagen der Familie werden sogar für individuelle Betriebsfeiern vermietet.

## SCHOLLEN

Dieser Fisch ist ein biologischer Verwandlungskünstler. Erst ab einer gewissen Größe wird er zum Plattfisch. In diesem Zusammenhang wandert das linke Auge auf die rechte, obere Körperseite. Die Hauptsaison für den Schollenfang ist der Sommer. Allerdings dürfen die Fischer nur Tiere anlanden, die eine Länge von mindestens 25 Zentimetern erreicht haben. Besonders gern wird dieser Meeresklassiker anschließend als leicht mehlierte und in Butterschmalz gebratene Finkenwerder Speckscholle gegessen.

### Inhester's Fischspezialitäten

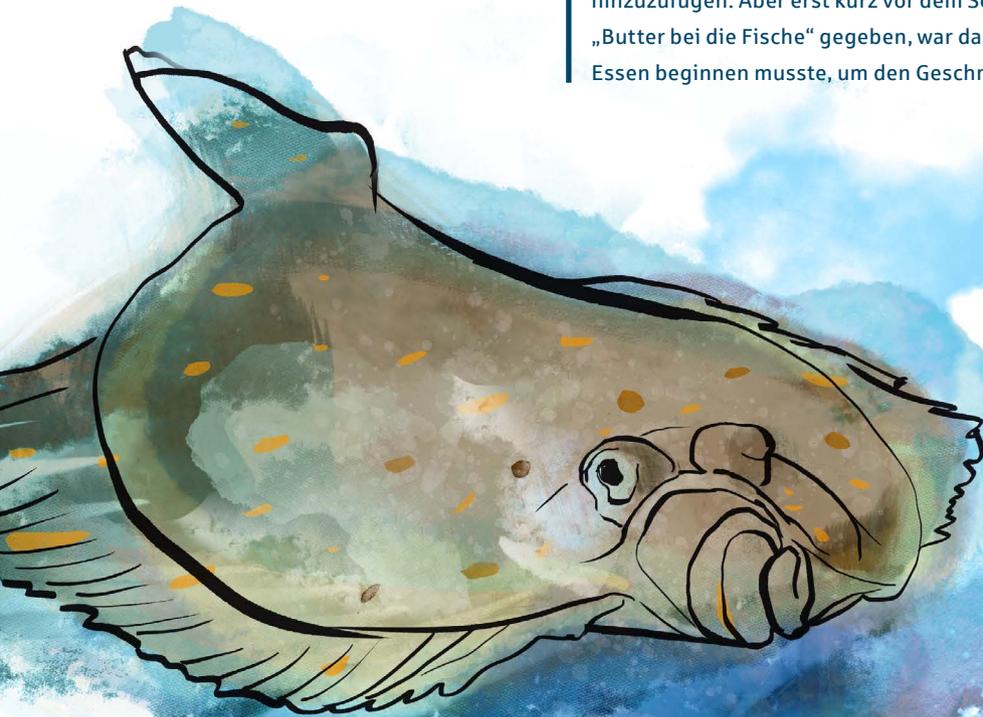
Döller Damm 2b, Visbek

[www.fisch-inhester.de](http://www.fisch-inhester.de)

## INITIATIVE ZUR FÖRDERUNG DES EUROPÄISCHEN AALS E. V. (IFEA)

Der Verein wurde mit dem Ziel gegründet, durch gezielte Maßnahmen zu einer Wiederauffüllung des europäischen Aalbestandes beizutragen. Im Herbst 2018 wurden infolgedessen 400.000 Aale in der Havel ausgesetzt. Die sogenannten Glasaale wurden zuvor an den Küsten Frankreichs gefangen und anschließend in einer Anlage im niedersächsischen Haren an der Ems mehrere Monate lang gefüttert, um das notwendige Gewicht zu erlangen. Damit setzt sich die IFEA konsequent für den nachhaltigen Natur- und Tierschutz ein. Ein Leitbild maßgeschneidert für unsere Region. Zu den langjährigen Mitgliedern des Vereins gehören deshalb verantwortungsvolle Traditionsunternehmen wie die Aalräucherei Baade Ammerland e. K. aus Wiefelstede und die Aalräucherei Friedrich Bruns GmbH aus Bad Zwischenahn.

... und außerdem Norddeutsch für Anfänger: „Butter bei die Fische.“ Diese Redewendung bedeutet nichts anderes, als dass man schnell auf den Punkt kommen soll. Seinen Ursprung hat der Satz allerdings in der Küche längst vergangener Tage. Seinerzeit war es üblich, zum gebratenen oder gebackenen Fisch ein Stückchen Butter hinzuzufügen. Aber erst kurz vor dem Servieren, damit sie nicht verläuft. Hat man also „Butter bei die Fische“ gegeben, war das der Hinweis dafür, dass man sofort mit dem Essen beginnen musste, um den Geschmack auch optimal genießen zu können.



# Gegrillte Saltimbocca von der Scholle mit Bohnensalat

Zuerst für den Salat die Bohnen putzen, in kräftigem Salzwasser garen und abgießen. Mit kaltem Wasser abschrecken, bis sie nur noch lauwarm sind, und anschließend in ca. 5 cm große Stücke schneiden. Mit Salz, Pfeffer, Balsamico und Öl marinieren. Die Knoblauchzehen schälen, fein hacken, die Tomaten halbieren und den Mozzarella würfeln. Alles mit den Bohnen vermengen. Nach Wunsch mit Basilikumblättchen garnieren.

Nun den fransigen Flossenbereich der Schollenfilets abschneiden, ggf. Grätenreste entfernen. Die Filets mit der Hautseite nach unten auf die Arbeitsfläche legen. Je ein Salbeiblättchen und eine Schinkenscheibe darauflegen, mit Pfeffer würzen und zusammenklappen. Mit jeweils 1–2 Zahnstochern fixieren.

Die Fische auf Alufolie oder in einer Alu-Grillpfanne von jeder Seite etwa 5 Min. grillen und anschließend mit dem Bohnensalat servieren.

Gut passt dazu

frisches Ciabatta!

Marc Schulze  
aus Bockhorn

- 500 g Bohnen, grüne
- Salz und Pfeffer
- 2 EL Aceto balsamico
- 4 EL Olivenöl
- 2 Knoblauchzehen, nach  
Belieben mehr
- 250 g Kirschtomaten
- 250 g Mozzarella
- Basilikum
- Salz
- 8 Fischfilets (Schollenfilets)
- 8 Blätter Salbei, große
- 8 Scheiben Parmaschinken
- Pfeffer

4 Personen





# früher Gen

## Bärlauchpesto

**W**ilder Knoblauch – so wird Bärlauch oft auch bezeichnet. Bärlauch wächst vor allem in lichten Wäldern und ist für seine blutreinigende und verdauungsfördernde Wirkung bekannt. Die Erntezeit im Frühjahr ist jedoch recht kurz, weshalb Sie ihn für später konservieren sollten – zum Beispiel als würziges Bärlauchpesto.



## SO GEHTS:

Den Bärlauch waschen, trocken schleudern und fein hacken. Die Pinienkerne ohne Fett in einer Pfanne leicht anrösten, danach in der Küchenmaschine zerkleinern. Den Parmesan reiben. Die übrigen Zutaten dazugeben und zu einer sämigen Masse mixen. Wenn das Pesto zu trocken ist, Öl nachgießen. Mit Salz, Pfeffer und Zitrone abschmecken. Das Pesto lässt sich auch mit dem Stabmixer zubereiten, wenn die Pinienkerne zuvor in einem Mörser zerkleinert wurden.

Arbeitszeit: ca. 15 Min.  
Ruhezeit: ca. 4 Std.  
Schwierigkeitsgrad: simpel

2 Bund Bärlauch, frisch  
100 ml Olivenöl  
1 EL Pinienkerne  
50 g Parmesan  
Nach Geschmack: Zitrone  
1 TL Pfeffer  
1/2 TL Salz

Im Kühlschrank aufbewahrt hält das Pesto ca. 4 Tage.

Die Bärlauch-Saison beginnt

Mitte März und endet Anfang Mai.

Unser Tipp: danach einfach durch

Basilikum oder Mangold ersetzen!

## NICHT VERWECHSELN:



**+ BÄRLAUCH** kommt in schattigen und nährstoffreichen Laub- und Auwäldern vor. Seine Wurzel erinnert an eine Zwiebel. Er hat breite, ovale Blätter, die jeweils einen dreikantigen Blattstängel besitzen. Die Blattunterseiten sind matt, die Blattnerven verlaufen parallel. Zerreibt man Bärlauch zwischen den Fingern, riecht es intensiv nach Knoblauch. Isst man ihn, riecht es aber nicht. Deshalb kann er bedenkenlos verzehrt werden.



**× MAIGLÖCKCHEN** haben rhizomartige, waagerechte Wurzeln. Anders als der Bärlauch bilden sie zwei große Blätter aus, die am selben Stängel sitzen und ihn umfassen. Zusätzlich sind sie in das Hüllblatt eingerollt, welches sich später bräunlich verfärbt. Ein weiteres, auffälliges Unterscheidungsmerkmal sind die glänzenden Blattunterseiten. **VORSICHT GIFTIG!**



**× HERBSTZEITLOSE** bilden ihre Blüten im Herbst aus und entwickeln erst im Frühling hellgrüne, glänzende Blätter. Diese wachsen wie beim Maiglöckchen ungestielt aus einer Rosette. Ein weiteres, klares Unterscheidungsmerkmal ist der Standort der Pflanzen: Im Gegensatz zum Bärlauch sind Herbstzeitlose eher auf Wiesen zu finden. **VORSICHT GIFTIG!**

Wiss



# Next Stop BBQ

Trends und Dauerbrenner  
auf dem Prüfstand

**G**eben Sie zu: In diesem Jahr wurde bei Ihnen doch bestimmt schon gegrillt. Doch jetzt wird es langsam wärmer und mit dem guten Wetter kommen endlich die guten Abende. Die, für die wir gerne mal die vierte Tour der Woche zum Metzger um die Ecke machen. Aber wie viel Kohle muss man für einen guten Grill in die Hand nehmen? Und was gehört diesen Sommer auf den Teller? Dazu haben wir unsere Köpfe für Sie rauchen lassen.

## DIE HITZE BEHERRSCHEN

Mit dem Gasgrill. Schon mal Sear Station oder Sizzle Zone gehört? Nein? Am Ende versprechen diese beiden Namen der Hersteller Weber und Napoleon vor allem eines: das perfekt gegarte Steak – durch perfekt kontrollierte Hitze. Zusätzliche Brenner und gusseiserne Grillroste verteilen die intensive Hitze gleichmäßig in eben dieser Zone. 800 Euro muss man für ein Gerät mit diesem Feature allerdings in die Hand nehmen. Spannend ist auch, wie wir ab jetzt den Garpunkt kontrollieren. Temperaturfühler und Timer verbinden sich mit dem Handy und geben je nach Fleischart an, wann wir es wenden müssen. So eine technische Spielerei macht doch Spaß. Und die funktioniert auch auf dem Holzkohलगrill. Wir wissen, wo es hier bei uns die heiß begehrten Geräte gibt: unter anderem bei Holzland Vogt in Oldenburg, Nordwest BBQ in Westerstede oder Th. Bley in Cloppenburg.

## IST DAS SELBST GEMACHT?

Eines ist klar: Mit Bratwurst und Ketchup locken Sie heute keinen mehr hinter dem Ofen hervor. Kreative Gerichte mit regionalen Zutaten müssen es sein, das steht fest. Außerdem selbst gemacht. Diese Regel gilt auch und besonders für die Beilagen, Salate, Dips, Rubs und Saucen. Am besten probieren Sie gleich mal mit der BBQ-Sauce für Ihre nächsten Hähnchenschenkel aus (siehe Rezept). Das kann man übrigens sehr gut in einem Seitenkocher am Gasgrill erledigen. So spart man sich die Extrarunde in der Küche. Schon einmal vorweg: Wir lieben sie!



### Lasst uns zusammen Fett verbrennen

Lieblingsrezept fürs nächste Grillfest auf [lzo.com/](http://lzo.com/) gewinnspiele einreichen und ein Weber-Grillseminar für zwei Personen im Wert von 180,00 Euro bei Holzland Vogt gewinnen!

Holzland Vogt, Bremer Heerstraße 83, 26135 Oldenburg,  
[www.holzland-vogt.de](http://www.holzland-vogt.de)

Auf [lzo.com/1786](http://lzo.com/1786) gibts übrigens weitere Tipps für die nächste Grillrunde. Oder Sie besuchen einen der zahlreichen Grillkurse, welche die Firma Weber regelmäßig mit lokalen Händlern veranstaltet. Eine Übersicht hierzu gibts auch online auf [lzo.com/1786](http://lzo.com/1786)

Zum Schluss noch ein Tipp für Profi-Griller und solche, die es werden wollen: Eine riesige Auswahl an Fleisch- und Wurstwaren aus traditioneller, handwerklicher Herstellung gibt es bei der Firma Kalieber in Lastrup. Zudem werden hier auch hochwertige Grills, Zubehör und Grillkurse angeboten. Mehr Informationen und einen Onlineshop finden Sie auf [kalieber.de](http://kalieber.de)

## Knusprige BBQ-Hähnchenschenkel vom Grill

Für die	Für die BBQ-Sauce:
<b>Hähnchenschenkel:</b>	1 Zwiebel
4 Hähnchenschenkel	4 EL Butter
1 TL Paprika edelsüß	2 Knoblauchzehen
1 TL Salz	220 g Ketchup
1/2 TL Pfeffer	100 g brauner Zucker
	50 ml Apfelessig
	100 ml Orangensaft
	2 EL Worcestershire Sauce
	150 g Honig
	2 rote Chilischoten

Und so gehts: Zunächst die Zwiebeln schälen und fein würfeln. Den Knoblauch hacken und beides in einem Topf mit Butter glasig dünsten. Dann die restlichen Zutaten für die Sauce dazugeben, alles verrühren und bei mittlerer Hitze ca. 1 Std. köcheln lassen. Gelegentlich umrühren. Zum Schluss mit einem Stabmixer pürieren. Als Nächstes den Grill anheizen. Die Hähnchenschenkel unter fließendem Wasser abwaschen, trocken tupfen und von allen Seiten mit Paprika, Salz und Pfeffer würzen. Dann mit der Hautseite auf den Grillrost legen und etwa 10 Min. knusprig grillen. Wenden und mit BBQ-Sauce einpinseln. Weitere 5 Min. bei geringer Hitze garen und erneut einpinseln. Das Ganze zwei- bis dreimal wiederholen, bis die Hähnchenschenkel eine Kerntemperatur von 75 bis 80° C erreicht haben. Anschließend direkt vom Grill mit restlicher BBQ-Sauce servieren.

# Is dat noch Wetter of is dat all Klima?

**I**n de lesde Winter hebb ick mie echt överlegt, of ick noch miene Winterreifens uptrecken sull of nich! Ick bün ja nuh nich mehr taufirsch un daarom kann ick mie ok noch daarop besinnen, dat wie in miene Kinnertied mehr Winter harrn. Wat is blots mit uns Natur los?

Nich erst siet Greta marken wie doch all, dat sick wat verännert hett. Toerst was dat blots en Geföhl, man nuh köhnt ok de Wissenschaftlers dat belegen: de Temperatur is in de verleden 20 Jahr ansteegen, konstant. Dat wart dröger un de Wetterkapriolen nehmen to. Vör allem de Buuren hebbt to kämpfen. In de lesde Sömmer sünd, as in olle Westernfilme ut Amerika, Stoffwulken över de Straaten trucken. Bie uns was de Boden so hart, dat he kien Water mehr upnehmen kunn. De

Tuffels, dat Korn of Früchte sünd an de Struiken verdröögt. Up de Rhein kunnen blots noch lütte Scheepen föhrrn. To'n Glück hett dat bie uns noch nich so brannt as in Australien, nich uttodenken, wat dann hier passeert was.

De Minschen, mit de ick mie unnerholl sünd nich mehr so gliekgütig. De hebben inseh'n, dat dat so nich wiedergahn kann. Man, dat is een Upgaav för all, ok in de lütten Dinge, wat to verännern. Nahhalligkeit is een Schlagwort, of Verzicht up

**Man, dat is een Upgaav för all, ok in de lütten Dinge, wat to verännern.**

Konsum of Flugscham. Ok uns Ünnernehmens hebbt erkannt, dat se mit nahhallen Saken nich blots Ressourcen schonen köhnt. Ne, daarmit kann een ok Geld verdeenen. De Lüüh kiekt jümmers mehr, of de Saken, de se kopen, ut de Region



Ludger Abeln lebt in Ostfriesland. Er arbeitete 25 Jahre als Redakteur und Hörfunk- / TV-Moderator. Auch als Experte für Plattdeutsch.

kamen, waar se produzeert worden sünd, un waar lang se hollen. „Freedags för de Tokunft!“ En groot Thema. De Realschool in Wildeshausen hett sück Fördergelder van de LzO sichert. Daarmit willen se en Hektar Land kopen un de nahhallig bewirtschaften. En Begünn, man well nich anfangt un blots jümmers



# Viele Grüße aus der Nähe!

**W**as, schon vorbei? Schade! Doch kein Grund, traurig zu sein. Die nächste Ausgabe unseres neuen Magazins \*1786 folgt bereits im Herbst. Und bis es soweit ist, freuen wir uns auf Ihr Feedback: Was hat Ihnen gut gefallen? Worüber möchten Sie mehr erfahren? Welche Themen interessieren Sie besonders? Schreiben Sie uns dazu gern eine E-Mail an [1786@lzo.com](mailto:1786@lzo.com)

## Lösungen Seite 31

Gitterbastel

SPIEKER ■ ATEM  
 ER ■ S ■ SINA I ■ O  
 KASPAR ■ ELEM I  
 ■ LP ■ SAAT ■ REN  
 PLATT ■ LZ O ■ E ■  
 O ■ ■ ORAL ■ HERB  
 E I ER ■ SESAM ■ O  
 ■ N ■ FES ■ A ■ I NS  
 T SC ■ Z ■ EXTRAS  
 RAEUBER ■ W ■ GE  
 A ■ NN ■ FLUEGEL  
 BUTSCHERN ■ RN

Suchworträtsel

Grünkohl  
 Moin  
 Klönen  
 Nordsee  
 Kohlfahrt  
 Sturm  
 Schnacken  
 Bonschen

## Impressum:

Die Angaben in diesem Magazin und auf [lzo.com/1786](http://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](http://lzo.com), [lzo@lzo.com](mailto:lzo@lzo.com)

## Konzept, Text und Gestaltung:

von Mende Marketing GmbH, Oldenburg, [www.vonmende.de](http://www.vonmende.de)

## Bildnachweise:

© Stephan Giesers [www.bildwerfer-fotografie.com](http://www.bildwerfer-fotografie.com); S. 2-3 © PhotoArt Heike; © LzO, S. 6-7; © Alamy JBJ49, © Thoren Folkerts, © Getty Images 171590283; S. 8: © Nordenholzer Hof, S. 11: GettyImages 689479491, S.12-15: © Thorsten Kertzel, S. 16-17 © von Mende Marketing, S.18-19 © Stephan Meyer-Bergfeld [www.atelier-smb.com](http://www.atelier-smb.com), S. 20-23 © Niedersächsische Landesforsten, S. 24-25 © LzO; Fotograf: Timo Lutz [www.timo-lutz.de](http://www.timo-lutz.de) © Simone Ahlers, S.26-27 © Annabell Sievert Photography, S.28 © EWE Baskets Fotograf: Ulf Duda, [fotoduda.de](http://fotoduda.de), S.30-31 © GettyImages 1140194401, Adobe Stock 296504032, S.32-33 © Jens Harms, S. 34-37 © von Mende Marketing, © Marc Schulze, S.38 -39 © GettyImages 601823287, © von Mende Marketing, S. 40 © Adobe Stock 247268699, S. 42-43: © von Mende Marketing, © Adobe Stock 255926811

an't Jammern is, dat dat sowieso nix brengen deiht, de hett de Glöven in en goode Tokunft all verloren. Man mutt nich jümmers an Greta denken. Dat reicht all, um uns rum to kieken un elke Daag en beten bewusster to hanneln. Dann hebbt wie ok wieder Wetter un nich blots en schlimmet Klima!

Josefine Niemann  
aus Oldenburg

# Nähe

**ist keine Frage der Entfernung.**

Wir sind zur Stelle. Egal wo Sie gerade sind. In der Filiale, telefonisch, online oder mit unserer App.

Unsere Nähe bringt Sie weiter. Seit 1786.  
Und auch in Zukunft.



**LzO**

meine Sparkasse