

*1786

Wissenswerte
Seiten unserer
HEIMAT

Inklusive
Gewinnspiel für
Kochbegeisterte

Mehr auf Seite 31

Wo die Kleinen groß rauskommen

Volle Entfaltung durch
Förderprojekte

Über Hürden hinwegbewegen
Behindertensport in der Region

**Für mehr Nachhaltigkeit:
unbedingt nachmachen!**
Unsere Tipps – effektiv und alltagstauglich

Kulinarischer Herbst
Facettenreich, fein und farbenfroh

*Nähe heißt, gemeinsam
etwas zu bewegen.*





Liebe Leserinnen, liebe Leser,

Menschen brauchen Bewegung. Wir können sonst nicht (gut) leben. Das gilt sogar als erwiesen. Sich selbst – und damit gemeinsam etwas – zu bewegen, setzt Energie frei, inspiriert und bringt uns einander nahe.

Das gilt für das Team vom Barßeler Ruderverein, das auf diesem Bild einen Vierer durch die Soeste gleiten lässt, ebenso wie für die Rollstuhlbasketballer des RSC Oldenburg, die über Hürden hinweg Erfolge feiern. Sie machen bewusst, dass wir selbst darüber entscheiden, wo unsere Grenzen liegen.

Mit zahlreichen Förderaktivitäten möchten wir von der LzO insbesondere die Kleinsten in der Region dabei unterstützen, sich von Beginn an bestmöglich und nach ihren individuellen Fähigkeiten zu entfalten. Mehr zu einzelnen Projekten erfahren Sie in dieser Ausgabe.

Sie zeigt auch, dass vieles für uns bewegend sein kann: sein eigenes Zuhause zu schaffen wie LzO-Mitarbeiter Sascha Uschkurat oder auch der Blick auf unsere Erde, wie ihn Raumfahrer Dr. Thomas Reiter beschreibt. Damit sie wunderbar und vor allem bewohnbar bleibt, entwickeln findige Köpfe Ideen für eine nachhaltigere Lebensweise, die effektiv und trotzdem alltagstauglich sind. Probieren Sie unsere Tipps doch gleich einmal aus!

Übrigens: Dank S-Cashback Regional können Sie sogar bares Geld zurückbekommen, wenn Sie Waren oder Dienstleistungen bewusst in der Region einkaufen. Wir verraten Ihnen, wie's funktioniert. Und bewegen so gemeinsam im Kleinen Großes!

Bis zur nächsten Ausgabe und viele Grüße aus der Nähe!

Ihre Jutta Schinzing

*aus dem LzO-Redaktionsteam *1786*





Inhalt

06 **Wo die Kleinen groß rauskommen** *Volle Entfaltung durch Förderprojekte*

10 **Über Hürden hinwegbewegen**
Behindertensport in der Region

16 **Für mehr Nachhaltigkeit:**
unbedingt nachmachen!
Unsere Tipps – effektiv und alltagstauglich

14 **Nähe ist ...**

18 **Landkreis Friesland**
Meer und mehr – über sichtbare und unsichtbare Sehenswürdigkeiten



18



20

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.



28

20 **Landkreis Oldenburg**
Immer der Hunte nach: ein Fluss mit allem, was man braucht

22 **Faktastisches Oldenburger Land**
Hätten Sie's gewusst? Spannende Fakten über die Landkreise Friesland und Oldenburg

24 **Das ehrliche Dutzend**
Im Gespräch mit Dr. Thomas Reiter

25 **Rätselspaß**

26 **Money Talks**
Geld zurück beim Zahlen! Mit Cashback.

28 **LzO-Mitarbeiter im Porträt**
Sascha Uschkurat, Teamleiter Fuhrpark

30 **Kulinarischer Herbst**
Facettenreich, fein und farbenfroh

34 **Lust, noch mehr zu entdecken?**
Topthemen auf allen Kanälen

Wo die Kleinen groß raus- kommen

Volle Entfaltung durch Förderprojekte

Gutes tun: Darum ging es schon Peter Friedrich Ludwig, als er am 1. August 1786 die Ersparungscasse gründete. Damals lautete der Anspruch, dass „der etwanige Vortheil, welcher bey der Ersparungscasse [...] gemacht werden mögte, [...] lediglich zum Besten der Armuth verwandt werden“ sollte. Gutes tun: Darum geht es uns bei der LzO auch heute noch.

Jedoch hat sich das Engagement deutlich verändert. Es ist umfangreicher, vielfältiger und langfristiger. Bei vielen unserer Förderaktivitäten dreht sich alles um Kinder und Jugendliche. Wir begleiten sie beim Großwerden – auch außerhalb der Bank. Weil's um mehr als Geld geht.







LANDKREIS CLOPPENBURG

WALDSPIELPLATZ DWERGTE

Wie sieht ein idealer Spielplatz aus? Vor allen Dingen sollte er für alle da sein. Für die sehr Kleinen und die etwas Größeren. Für die vorsichtigen Beobachter und die wilden Draufgänger. Für Kinder mit Beeinträchtigungen und ohne. Genau das zeichnet den inklusiven Waldspielplatz Dwertge aus. Er ist ein erfüllter Kindertraum: offen und einladend, spannend und motivierend. Kein Wunder, dass es auf dem Platz seit der Eröffnung praktisch immer „brummt“. Er ist eben einer für alle.

Dies ist nur eine kleine Auswahl der Projekte, die uns am Herzen liegen. Unter lzo.com/foerderer finden Sie viele weitere.



LANDKREIS VECHTA

WO WIR WACHSEN LERNEN

Was ist das Allerwichtigste, wenn man noch klein ist? Na klar: groß werden! Bei diesem Projekt des DRK-Kreisverbands Vechta wird schnell klar, dass dieses Prinzip nicht nur für Kinder gilt, sondern auch für Pflanzen. Im eigenen Gewächshaus geht es um ein Verständnis von Landwirtschaft und Lebensmitteln, um Erlebnis, Experiment und gute Ernährung. Letztlich also um vieles, das unser Leben ausmacht. Diese frühe Begegnung mit der Natur sensibilisiert für Umwelt und Nachhaltigkeit. So können Pflanzen und Kinder gemeinsam wachsen. Und wir sind mit dabei.



LANDKREIS OLDENBURG

SPORTIVATIONSTAG

Das Deutsche Sportabzeichen (DSA) ist eine Auszeichnung des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB) für gute und vielseitige körperliche Leistungsfähigkeit. Bis zu einer Millionen Menschen absolvieren es jedes Jahr. Bei dem „Sportivationstag“ des Behinderten-Sportverbandes Niedersachsen findet in Kooperation mit dem KreisSportBund Landkreis Oldenburg e. V. eine großartige Veranstaltung statt. Hier treiben Kinder und Jugendliche mit einer geistigen Behinderung und Kinder ohne Behinderung gemeinsam Sport und absolvieren das DSA. Durch das begleitende Spiel- und Bewegungsfest nehmen auch schwerbehinderte Kinder aktiv teil. Im Mittelpunkt steht an diesem Tag die gemeinsame Freude an der Bewegung. Solche Initiativen unterstützen wir gern, denn Inklusion ist uns ein wichtiges Anliegen, wie auf den folgenden Seiten deutlich wird.



LANDKREIS WESERMARSCH

SCHLAUE KÖPFE TRAGEN HELM

Viele Eltern kennen sie: die ewige Diskussion, ob der Fahrradhelm unbedingt sein muss oder ob es vielleicht – ausnahmsweise! – auch ohne geht. Viel besser als jedes Argument wäre an dieser Stelle etwas anderes, nämlich die eigene Überzeugung des Kindes, den Helm zu tragen. Genau das hat die Aktion „Schlaue Köpfe tragen Helm“ zum Ziel. Auf Initiative des Kreiselternrats haben die Grundschulen des Landkreises für das Thema Verkehrssicherheit sensibilisiert und Hunderte Fahrradhelme verlost. Das ist Wirkung in Theorie und Praxis. Nach der Aktion ist den Kindern völlig klar: Schlaue Köpfe tragen Helm! Diese Erkenntnis schont Eltern-Nerven. Vor allem aber schützt es die jüngsten Verkehrsteilnehmer – und das ist uns viel wert.



LANDKREIS FRIESLAND

TRAU DICH! KEINER IST ZU KLEIN, UM HELFER ZU SEIN

Sich was trauen: Das ist manchmal kompliziert. Was ist richtig, was ist falsch? Und wie kann man da sicher sein? Um diese Zweifel zu nehmen, hat der DRK-Kreisverband Friesische Wehde ein Erste Hilfe-Projekt für Kinder ins Leben gerufen. Hier werden verschiedene Fähigkeiten geschult: das Gespür dafür, wann und wie man helfen kann. Das Wissen darüber, was zu tun ist. Und der Mut, all das tatsächlich umzusetzen. Das stärkt Verantwortungsgefühl und Selbstbewusstsein, das verbessert aber auch unser Miteinander. Jeden einzelnen dieser Effekte unterstützen wir sehr gern. Denn wenn man weiß, was man kann, dann ist das Trauen nur noch halb so schwer.



OLDENBURGER LAND

STREETBALL COURTS

LeBron James oder Stephen Curry kennt jedes Kind. Doch auch sie waren mal klein. Bevor sie Stars wurden, haben sie drei Dinge getan: gelernt, trainiert, gespielt. Egal, ob man hoch hinaus will oder einfach Bälle werfen – es braucht Gelegenheiten und Möglichkeiten wie die Streetball Courts von baskets4life. Sie bieten kurze Wege zum großen Wurf, mit den neuesten Plätzen in Bösel und Edeweicht schon an zehn Orten im Oldenburger Land. Und zwar jedem, den es in Fingern und Füßen juckt, egal ob Sportskanone oder nicht, mit oder ohne Erfahrung, mit oder ohne Migrationshintergrund. Gar keine Frage, dass diese Initiative unseren Support hat! Wenn es so weitergeht, kommt der nächste All Star von hier.

Über *Hürden* *hinweg-* *bewegen*

Behindertensport
in der Region



Wheelchair-Longboarding oder -Skating, Para-Surfing oder -Skydiving zeigen: Mit einer Behinderung sportlich aktiv zu sein, dem sind heutzutage so gut wie keine Grenzen gesetzt. Über 50 Sportarten hat der Deutsche Behindertensportverband gelistet. Viele werden auch in der Region angeboten.

Darunter Rollstuhlbasketball. Der gummi-hallige Aufprall des Balls, der enthusiastische Ausruf „Kooorb!“ und dazwischen das klassische Quietschen des Hallenbodens, in diesem Fall nicht von Turnschuhsohlen, sondern von Reifen – was die Geräuschkulisse angeht, unterscheidet er sich kaum von der Variante ohne Rollstuhl. Und noch etwas ist gleich: „Wie auch in anderen Sportarten hat jeder Mensch seinen eigenen Spielstil, ob mit oder ohne Behinderung“, betont Frank Fauerbach, Erster Vorsitzender des RSC Oldenburg.

„Das Spiel hat mich so begeistert, dass ich es auch ausprobiert habe.“

Der Verein wurde 1974 als erster selbstständiger Rollstuhlsportverein Niedersachsens von 15 Sportlern gegründet. Heute zählt er bereits über 100 Mitglieder, die auch in Badminton, Tanzen oder Tischtennis aktiv sind. Fauerbach selbst spielt seit seiner Jugend. „Ich bin mit einem guten Freund aufgewachsen, der von Geburt an auf den Rollstuhl angewiesen ist und früh mit Basketball angefangen hat“, erzählt der 32-Jährige, der mit seiner minimalen Behinderung im Alltag keinen Rollstuhl benötigt. „Das Spiel hat mich so begeistert, dass ich es auch ausprobiert habe.“ Der größte Reiz liege für ihn vor allem darin, sich mit dem Gegner ein Kopf-an-Kopf-Duell zu liefern und den Ehrgeiz der Teammitglieder zu spüren.



„SPORT IST SO VIELFÄLTIG WIE WIR.“

Sport war schon immer ein sehr großer Bestandteil meines Lebens. Wenn ich genauer darüber nachdenke, betrachte ich ihn sogar als meinen persönlichen Lebensretter. Er schaffte neue Perspektiven, als mein weiterer Berufsweg durch eine schwere Verletzung infrage stand, und eine Form der körperlichen und geistigen Zufriedenheit.

Sport verbindet und setzt Zeichen. Er ermöglicht Teilhabe, gemeinschaftliche Erfahrungen, eine Steigerung des Selbstwertgefühls. Auch der Umgang mit Sieg und Niederlage ist wesentliches Merkmal. Und zwar für alle Menschen. Egal, ob sie eine Behinderung haben oder nicht. Sport ist so vielfältig wie wir.



Tim Focken war Berufssoldat, bis er im Afghanistan-Krieg 2010 schwer an der linken Schulter verwundet wurde. Seitdem lebt er mit einer Oberarm-Plexuslähmung und arbeitet als Spitzensportler bei der Bundeswehr. Der 37-Jährige ist Mitglied des SV Etzhorn und war Teil des deutschen Teams bei den Paralympics 2021 in Tokio in der Disziplin Sportschießen.



Sich herauszufordern und mit anderen zu messen, gehört auch im Behindertensport dazu. In der Region bieten sich unter anderem mit dem Sportivationstag (siehe Seite 9) und dem „Sportfest ohne Limits“ verschiedene Gelegenheiten. Initiiert hat Letzteres vor über 20 Jahren die Brettorfer Familie eines

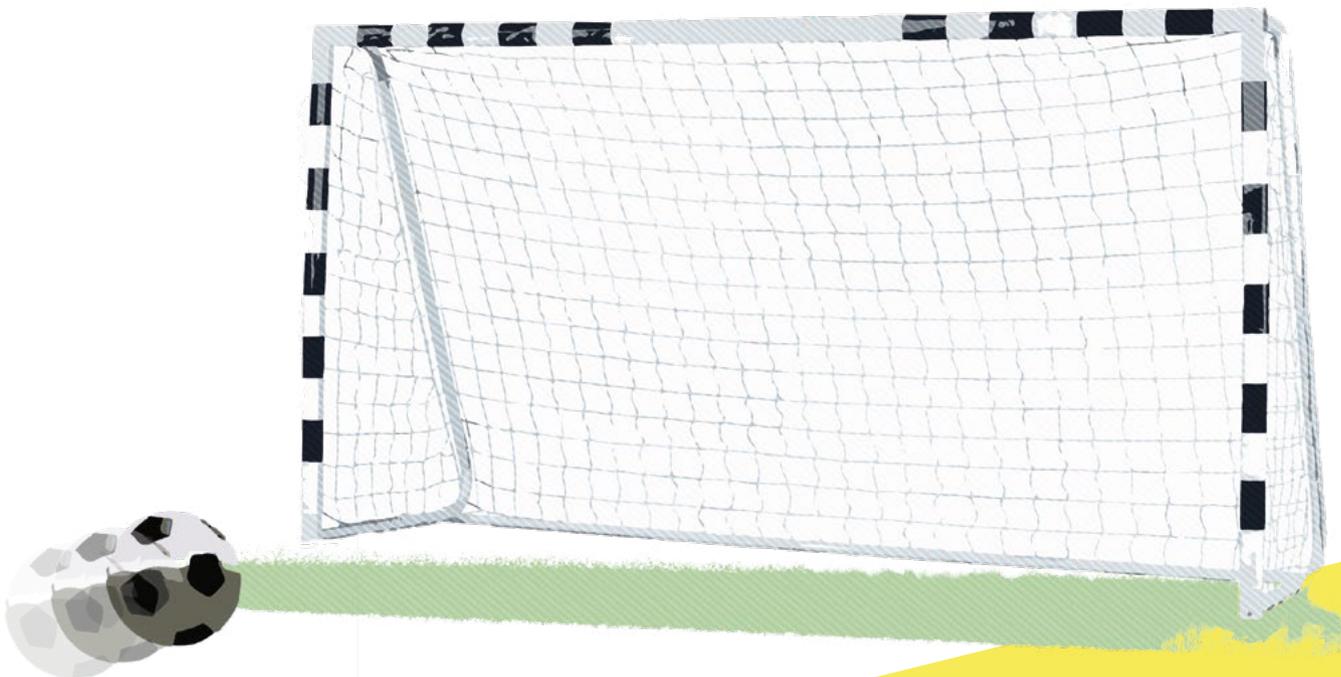
**Auch beim Behindertensport
ist ein wichtiger Bestandteil,
sich mit anderen zu messen.
Und die Auszeichnung dafür.**

Mädchens mit Behinderung. Die bis zu 200 Teilnehmer mit Handicap überwinden einen Parcours mit Aufgaben wie Büchenschießen, Balancieren oder Skateboard-Paddeln. Und erhalten am Schluss eine Urkunde. „Bei der Ehrung schallt schon mal ein Jubelschrei über die Sportanlage, die Teilnehmer sind mit sehr viel Ehrgeiz dabei“, weiß Helmut Koletzke, Erster Vorsitzender des TV Brettorf.

Für die Gestaltung des Fests hat der Verein sogar den Inklusionspreis des Landkreises Oldenburg erhalten. „Das war für uns eine schöne Anerkennung“, so Koletzke.

Gemeinsam etwas – wortwörtlich – zu bewegen, über körperliche Limitierungen hinweg, empfinden Veranstalter wie Spieler als Bereicherung. So auch Jana Tran, Trainerin der inklusiven Fußballmannschaft des VfL Wittekind. Derzeit besteht sie aus zehn Personen mit und ohne Gehbehinderung im Alter von 13 bis 47 Jahren, die sich jeden Freitagabend in Wildeshausen zum Training, aber auch zu Freundschaftsspielen und Turnieren treffen. „Wir versuchen, die Teilnehmer in faire Mannschaften einzuteilen“, erzählt die 23-Jährige. Es seien aber ohnehin alle rücksichtsvoll und hätten einfach Spaß am gemeinsamen Sport.

„Das Gemeinschaftsgefühl ist extrem motivierend“, bestätigt auch Rollstuhlbasketballer Fauerbach und ergänzt: „Deswegen kann ich nur allen Menschen mit Behinderung ans Herz legen, sich trotz der alltäglichen Hürden sportlich zu betätigen. Wir freuen uns über jeden Nachwuchs!“



Anke Marien, seit 2020
Inklusionsbeauftragte des Kreis-
sportbunds Oldenburg-Land



Weil niemand unfehlbar ist

3 Fragen an Anke Marien

1.

Frau Marien, was ist Ihre Aufgabe als Inklusionsbeauftragte?

Ich bin an der Entwicklung von Ideen beteiligt, wie Vereine behinderte und nicht behinderte Menschen dazu bringen, gemeinsam Sport zu machen. Dabei versuchen wir auch immer, Letztgenannte miteinzubeziehen. Das langfristige Ziel besteht darin, dass sie gleichberechtigt an den Leistungen des Sports teilnehmen können.

2.

Was hat Sie zu diesem Ehrenamt veranlasst?

Bei Begegnungen mit Menschen mit Behinderung hat mich beeindruckt, dass Perfektion für sie keine oder nur eine untergeordnete Rolle spielt. Diese Haltung passt zu meiner Philosophie: Niemand sollte sich für unfehlbar halten. Vielmehr hat jeder von uns eine mehr oder weniger starke Beeinträchtigung.

3.

Worin liegt die Bedeutung von inklusivem Sport für die Gesellschaft?

Dass er dabei helfen kann, die Wahrnehmung von Menschen mit Behinderung positiv zu beeinflussen. Durch die gemeinsame Aktivität erleben Sportler ohne Beeinträchtigung, dass Anderssein normal ist, und tragen diese Erfahrung in die Gesellschaft.



AUF DER SUCHE NACH EINEM PASSENDEN VEREINSANGEBOT IN DER UMGEBUNG?

Dann folgen Sie einfach diesem Link des
Behinderten Sportverbands Niedersachsen:
www.bsn-ev.de/vereine/vereinsuche

**Ein Hauch
von Harmonie**

Sich bei Minusgraden noch vor dem Sonnenaufgang an die See zu begeben, kostet zwar Überwindung, wird aber belohnt.

Mit einem Meer, das die Augen für einen anderen Blick öffnet – wie hier die zugefrorene Nordsee bei Dangast. Mit zarten Farben. Den ungeahnten Landschaften einer hingehauchten Eisschicht. Mit sanftem Einklang.

Fotograf: Thomas Weber
aus Oldenburg
phothomas.de

**Nähe ist, mit der Umgebung
zu verschmelzen.**





Für mehr Nachhaltigkeit: unbedingt nachmachen!

Unsere Tipps – effektiv und alltagstauglich

Mit kleinen Kniffen seinen Alltag nachhaltiger gestalten – klar geht das!
Fahrrad statt Auto fahren, mit Jute- statt Plastikbeutel einkaufen und mit
Mehr- statt Einwegbecher Kaffee genießen ist mittlerweile selbstverständlich.
Wir zeigen Ihnen, wie Sie darüber hinaus jeden Tag einfach und kreativ die
Umwelt schonen können. Und zwar nachhaltig!



ESSEN

Lebensmittel nicht zu verschwenden, ist eine der wichtigsten Maßnahmen gegen den Klimawandel, sagen Experten. Dazu gehört, sie möglichst vollständig zu verwerten und Reste einzufrieren. „Food Waste“ können Sie aber auch im größeren Stil vermeiden: zum Beispiel die App „Too Good To Go“ herunterladen und beim Restaurant, Hotel, Supermarkt oder der Bäckerei um die Ecke übrig gebliebene Lebensmittel abholen! Seitdem die App 2015 an den Start ging, wurden auf diese Weise schon 24 Millionen Portionen Mahlzeiten gerettet.

WASCHEN

Ob Waschnüsse, veganes Shampoo, Handseife ohne Mikroplastik oder mit umweltfreundlicher Verpackung – nachhaltige(re) Wasch- und Körperpflegemittel sind mittlerweile im Sortiment vieler Drogeriemärkte angekommen. Noch besser: Shampoo und Co. selbst herstellen. Für Duschgel braucht es zum Beispiel nur 30 bis 40 Gramm Naturseife, 400 Milliliter Wasser und – ganz nach Geschmack bzw. Geruch – ätherische Öle.

KONSUMIEREN

Jetzt mal ehrlich: Eigentlich sind wir mit allem ausgestattet und brauchen nichts oder nur wenig Neues. Wenn wir uns trotzdem etwas gönnen möchten, dann idealerweise nachhaltige Produkte. Wo es sie gibt, verrät die Plattform utopia.de. Oder in Oldenburg auch die sogenannte „Fairführung“, eine Stadtführung, die regelmäßig stattfindet. Weitere Infos unter oldenburg-handelt-fair.de

GÄRTNERN

Unsere Welt braucht Bienen. Sie sorgen durch die Bestäubung dafür, dass das Ökosystem funktioniert. Mit einer „Seed Bomb“ aus Ton, Erde und (Wildblumen-)Samen helfen Sie dabei, den stark bedrohten Tieren wieder mehr Lebensraum zu schaffen. Die Kugeln können auf ein Stück Erde nach Wahl platziert werden, saugen sich mit Wasser voll und beginnen nach einiger Zeit zu sprießen. Ihr Daumen ist eher braun als grün? Dann werden Sie Blühpate und lassen Sie Profis gegen eine Spende blühende Landschaften anlegen! Übrigens: Sie können quasi vom Schreibtisch aus Bäume retten. Mit dem elektronischen Postfach der LzO sparen Sie viel Papier. Hier können Sie es freischalten lassen: lzo.com/elpo

SCHENKEN

Zeug haben wir alle mehr als genug, Zeit dagegen oft nicht. Deswegen dachte sich der findige Michael Volkmer, Geschäftsführer der Kreativagentur Scholz & Volkmer, warum nicht unseren Liebsten genau das schenken: „Zeit statt Zeug“? Auf der gleichnamigen Webseite können Sie wählen, wie Sie die Stunden mit dem Beschenkten verbringen wollen. Und vermeiden damit gleichzeitig die Produktion von potenziellen Staubfängern.

URLAUBEN

Schiebetür auf und Meer vor der Nase – damit verbinden viele den Trip mit einem Bulli oder Wohnmobil. Kauft sich jeder ein eigenes, ist aber nicht nur die Autobahn voll, sondern auch die Umwelt extrem belastet. Deswegen: Fragen Sie bei der nächsten Urlaubsplanung doch in der Nachbarschaft oder über Plattformen wie paulcamper.de nach, ob jemand sein privates Wohnmobil vermieten möchte.

Das Oldenburger Land steht für eine einmalige Willkommenskultur. In loser Folge stellen wir deshalb Botschafter dieser gelebten Gastfreundschaft vor. Dieses Mal erzählt Maren Tapken davon, wie der Landkreis Friesland sie mit wohltuender Weite begeistert. Auf der Folgeseite verrät Gaby Schneider-Schelling, warum sie über den Landkreis Oldenburg von Liebe auf den zweiten Blick spricht.

Meer und mehr

Über sichtbare und unsichtbare Sehenswürdigkeiten





Strand Dangast

preisgibt, ist eine wahre Rarität. Bei uns liegt sie direkt vor der Haustür! Ich gehöre auch nicht zu denen, die bei Ebbe sagen: Schade, das Meer ist weg. Ich sage: Hurra, der Schlick ist da.

Aber Friesland ist mehr als Meer. Ich bummle zum Beispiel gern durch Varel. Vor allem die tausend Jahre alte Schlosskirche mit ihrem prächtigen Münstermann-Altar ist einen Besuch wert. Das gilt übrigens auch für Jever. Die Altstadt ist ein wunderbares Ensemble aus historischen Gebäuden und gepflegten Grünanlagen. Besonders gern gehe ich dort ins kulturhistorische Museum.

Zu den schönsten Ausflügen gehören die Radtouren entlang der Küste. Mein Favorit ist der Skulpturenpfad „Sieben Tage der Schöpfung“ auf dem Außendeich zwischen Dangast und Wilhelmshaven. Im Landesinneren beeindruckt mich immer wieder die Vogelwelt auf den Groden und Seen, ein Eldorado für Hobby-Ornithologen! Kurztrips führen mich immer wieder zu Diedel Klövers Yard Art Garten – ein „Muss“ für alle Kunstfans.

Mein zentraler Bezugspunkt bleibt aber Dangast. Hier erlebe ich viele „Heimat-Momente“: Am Hafen kaufe ich Granat direkt vom Kutter, am Höftdeich schaue ich in Sonnenuntergänge, am Strand beobachte ich Sternschnuppen und Meeresleuchten. Und einmal im Jahr gibt es das „Watt en Schlick“, ein wunderbares generationsübergreifendes Kulturfestival. Viele Künstler:innen kommen immer wieder, weil sie sich in unsere Region verguckt haben. Und ich? Ich bleibe einfach und genieße Tag für Tag unsere vielen Sehenswürdigkeiten – die sichtbaren und unsichtbaren.

Wenn ich über meine Heimat nachdenke, kommt mir immer wieder eine Frage in den Sinn: Können Sehenswürdigkeiten unsichtbar sein? Und ich glaube: ja! Denn zu den Attraktionen Frieslands gehört zweifellos die endlose Weite. Der ungestörte Blick in die Ferne macht den Kopf frei und sorgt für frische, klare Gedanken. Ich genieße das jeden Tag.

Und genauso sehr die Nähe zum Meer. Wenn ich gefragt werde, was das Leben in Friesland ausmacht, dann antworte ich: genau das! Dabei denke ich – wie viele andere – zuallererst an die Wellen, das Rauschen; und ans Schwimmen. Ich tue das, so oft ich kann. Ich denke aber auch ans Wattenmeer. Eine Bucht wie der Jadebusen, die vollständig trockenfällt, und dabei eine andere Lebenswelt



Zusammen mit ihrem Mann und ihren drei Kindern betreibt Maren Tapken (47) in der fünften

Generation das Kurhaus Dangast. Die studierte Kunstpädagogin und gelernte Hotelfachfrau verbindet dort Gastronomie und Kultur mit individuellen Akzenten. Viele Gäste würden neben dem Wattenmeer auch ihren Rhabarberkuchen zum UNESCO-Welterbe erklären. Doch hier geht der Blick über diesen Tellerrand hinaus – und widmet sich dem Landkreis Friesland.



Immer der Huunte nach:

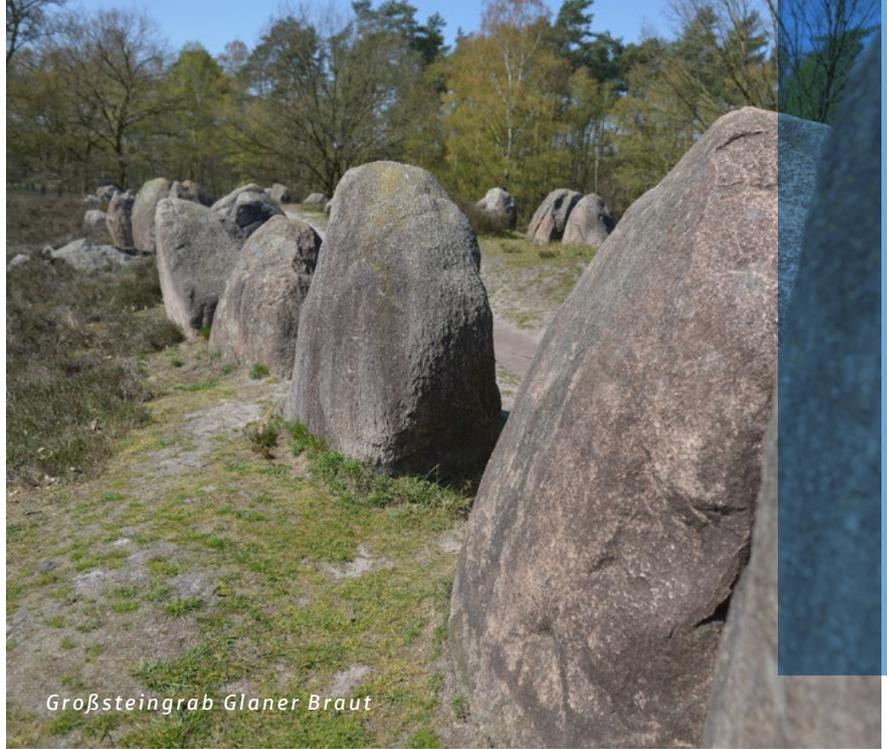
ein Fluss mit allem, was man braucht



Meine erste Begegnung mit dem Landkreis Oldenburg fand Mitte der 1980er-Jahre statt.

Ich wechselte damals in die neue Lokalredaktion Wildeshausen. Es war keine stürmische Liebe, sondern eher eine scheue Romanze. Ich habe die vielen Vorteile gesehen, aber mein junges Herz wollte auch Großstadt. Zum Glück durfte ich schnell lernen, dass Wildeshausen so viel Stadt bot, wie ich brauchte – und noch viel mehr.

Am bekanntesten ist vielleicht das Gildefest. Zu Recht, wie ich finde. Es ist ein traditionsreiches und sympathisches Markenzeichen. Aber natürlich gibt es viele weitere Liebenswürdigkeiten zu entdecken. Ein idealer Ort dafür ist der Wochenmarkt: Ich mag es, durch die Gänge zu schlendern, auch der Klönschnack gehört fest dazu. Immer wieder streift mein Blick dabei die Kulissen: den gotischen Treppengiebel des Rathauses, die spätromanische Alexanderkirche.



Großsteingrab Glaner Bräut



Gaby Schneider-Schelling (61) ist stellvertretende Chefredakteurin der Nordwest-Zeitung. Die dreifache

Mutter mag ihren Arbeitsplatz in Oldenburg-Etzhorn und ihre Geburtsstadt Nordenham, doch zu Hause ist sie im Landkreis Oldenburg. Hier erzählt sie, warum das so ist – und so bleibt.

Natur ist ein wahrer Genuss. Man taucht förmlich in sie ein und lässt die Alltäglichkeiten hinter sich.

Natürlich lohnt sich auch die Straße der Megalithkultur. Mich persönlich faszinieren aber weniger die Großsteingräber, sondern vielmehr die Umgebungen, in die sie eingebettet sind. Sehr reizvoll sind aber auch behutsame Weiterentwicklungen wie am Falkensteinsee in Ganderkesee oder an der Klosterruine in Hude. Dort sind wunderbare Orte mit Seele und Genuss entstanden. Mir fällt das Wort „sanft“ dafür ein. Und ich meine es als Kompliment – für die gesamte Gegend.

Wer die Altstadt erfassen will, sollte unbedingt einen Spaziergang durch die Wallanlagen machen. Man spürt die Geschichte.

Der schönste Weg aus Wildeshausen hinaus ist natürlich die Hunte. Hier im Landkreis ist sie noch ursprünglich, fließt gemächlich in vielen gewundenen Kurven. Auf dem Rad kann man ihr kilometerweit folgen, zum Beispiel zum Künstlerdorf Dötlingen mit seinen Ateliers und Galerien. Die größtenteils noch vollkommen unverbaute

Gab es einen Moment, in dem mir klar wurde, dass der Landkreis Oldenburg meine Heimat geworden ist? Nein, nicht direkt. Plötzlich war ich hier zu Hause. Und es fühlte sich genau richtig an: Als wäre ich angekommen. Es mag anfangs eine scheue Romanze gewesen sein, aber es ist definitiv eine mit Happy End!



Radvergnügen entlang schöner Alleen

Faktastisches Oldenburger Land

Landkreis Oldenburg & Friesland



1.200

Jahre alt: Der älteste Baum Niedersachsens und gleichzeitig die zweitälteste Eiche ganz Deutschlands steht im Hasbruch bei Ganderkesee. Genannt wird er die Friederikeneiche.

30 Hektar

ist das Pestruper Gräberfeld groß. Damit ist es die größte noch erhaltene Begräbnisstätte im nördlichen Mitteleuropa und stammt noch aus der Stein- und Eisenzeit. Diese Größe entspricht etwa 42 Fußballfeldern!

Fakt ist, das Oldenburger Land hat viel Interessantes zu bieten. Und weil wir am liebsten mit Zahlen hantieren, haben wir Ihnen auch in dieser Ausgabe ein paar spannende Fakten zusammengestellt. Dieses Mal über den Landkreis Oldenburg und den Landkreis Friesland. Vorbeischauen lohnt sich!

130.000

Einwohner zählt der Landkreis Oldenburg.

12, 11, 10 ...

Wenn die Zeit rückwärtsläuft, dann ist die Uhr noch längst nicht kaputt! In Wildeshausen steht die sogenannte „Gildeuhr“, die den Countdown für das nächste Gildefest angibt.





1.350

Strandkörbe

lassen sich auf Frieslands beliebter Nordseeinsel Wangerooge zählen. Damit hat Wangerooge knapp mehr Strandkörbe als Einwohner zu verzeichnen!

6,5x

so viele Touristen, wie es Einwohner gibt, kommen jährlich nach Friesland. Bei rund 100.000 Einwohnern sind 650.000 Besucher eine ganze Menge!

Im letzten Jahr wurde **2020** Friesland offiziell zum Fairtrade-Landkreis ernannt. Dabei legt Friesland insbesondere Wert auf Umwelt und Klimaschutz in der Region.

60.000

Flaschen werden im Friesischen Brauhaus zu Jever pro Stunde abgefüllt und sorgen für friesisch-herbe Momente. Garantiert nicht nur in Friesland.

4,5

Quadratmeter

Up'n Prüfstand – am Vareler Hafen steht sie: die wahrscheinlich kleinste Kneipe der Welt!

Weitere faktastische Infos über die Landkreise Friesland und Oldenburg finden Sie auf lzo.com/1786/gutzuwissen





Dr. Thomas Reiter (63) gehört zu Europas prominentesten Raumfahrern. Er verbrachte insgesamt 350 Tage im All. Unsere Fragen beantwortete er jedoch in seiner Wahlheimat Wahnbek bei Oldenburg.

1

Zu den Stationen Ihres Lebens gehörten Frankfurt, München, Mir und ISS. Was führte Sie ins Oldenburger Land?

Das war meine Stationierung beim Jagdbombergeschwader 43 auf dem Oldenburger Fliegerhorst im Herbst 1984.

2

Was hat das Ammerland, was das Weltall nicht hat?

Meine Frau und Kinder und unser Zuhause. Ansonsten gibt es hier alles, was man sich so wünscht: tolle Landschaft, liebe Freunde und Nachbarn.

3

Haben Sie einen Lieblingsplatz in der Region?

Den Rhododendronpark in Gristede und den Schlosspark in Rastede.

4

Was haben Sie gedacht, als Sie die Erde erstmals von oben gesehen haben?

Was für ein wunderschöner Ort, der in der Unendlichkeit des Weltraums seine Bahnen um unsere Sonne zieht.

5

Auf Raumstationen klappt internationale Zusammenarbeit besser als auf der Erde. Haben Sie einen Tipp für Regierungschefs?

Die großen Probleme lassen sich nur lösen, wenn alle an einem Strang ziehen. Davon sind wir leider noch weit entfernt. Vielleicht hilft ja der Blick von „außen“.

6

Welche Alltäglichkeit haben Sie während Ihrer „All-Tage“ am meisten vermisst?

In den ersten Monaten nichts. Nach einiger Zeit sehnt man sich aber nach Natur, frisch zubereitetem Essen und natürlich Familie und Freunden.

Das ehrliche Dutzend

Im Gespräch mit Dr. Thomas Reiter

7

Erfindungen aus der Raumfahrt schaffen es immer wieder in unseren Alltag. Was hätten Sie gern mit runtergenommen?

Die internationale Zusammenarbeit. Tatsache ist, dass unser Alltag schon viel mehr von der Raumfahrt profitiert, als es den meisten Menschen bewusst ist.

8

Früher kümmerten sich Staaten um Raumfahrt, heute Milliardäre. Ist das eine Banalisierung – oder eine Chance?

Eine Chance: Musk, Bezos und Branson haben mit eigenem Kapital neue Trägerraketen entwickelt, die die Transportkosten massiv senken können.

9

In Oldenburg gibt es eine Zweigstelle des Deutschen Instituts für Luft- und Raumfahrt. Kann unsere Region mitmischen?

Definitiv! Hier gibt es viele kluge Köpfe, die z.B. neue Anwendungen für Satellitendaten- und neue Raumfahrttechnologien entwickeln.

10

Sie halten viele Vorträge. Ist es Ihnen wichtig, Ihr Wissen weiterzugeben?

Ja, denn es freut mich immer wieder, wie groß das Interesse an der Raumfahrt, den Erfahrungen meiner beiden Missionen zu Mir und ISS ist. Junge Menschen für MINT-Themen zu begeistern, ist mir ein besonderes Anliegen.

11

Was können wir Erdlinge von der Raumfahrt lernen?

Das Bewusstsein für die Einzigartigkeit des „Raumschiffs Erde“, es zu erhalten, und die Begeisterung für die Geheimnisse, die jenseits der Grenzen unserer Atmosphäre auf uns warten.

12

Ein Blick ins Jahr 2500. Wo leben Ihre Nachfahren: Ammerland oder Mars?

Ich hoffe, sie leben dann immer noch auf der Erde, und das Ammerland ist da eine exzellente Wahl! Es wäre allerdings toll, wenn man dann zu anderen Planeten reisen könnte. Unser Zuhause ist und bleibt aber dieser wunderschöne blaue Planet.

Finden Sie die richtigen Worte?

SUCHWORTRÄTSEL

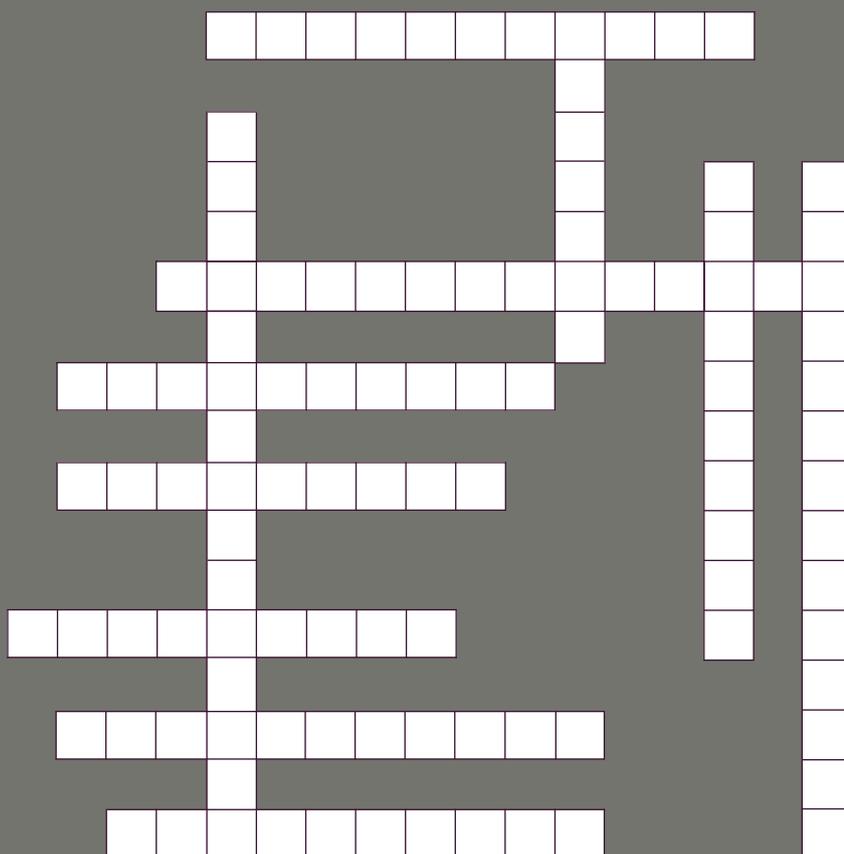
SUCH-
RICHTUNGEN:



- | | |
|--------------|--------------|
| ACHTERNMEER | OBERHAUSEN |
| AUSTEN | OSTRITTRUM |
| BAKENHUS | PRINZHOFTE |
| DOETLINGEN | SANDTANGE |
| HOLZHAUSEN | SIMMERHAUSEN |
| MAIBUSCH | STEINLOGE |
| NORDENHOLZER | VIELSTEDT |
| MOOR | WRAGGENORT |

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

GITTERBASTEL



Setzen Sie die aufgeführten Wörter so ein, dass sich ein Kreuzworträtsel ergibt. Damit es etwas kniffliger ist, sind die Wörter alphabetisch sortiert.

- CHRISTIANSBURG
- DRIEFELER WIESEN
- FELDHAUSER MOOR
- FISCHHAUSEN
- HEILIGTUM
- HEXENEICHE
- JADEBUSEN
- KLOSTERPARK
- MOORHAUSEN
- UPJEVER
- WANGEROOGE

Money Talks

Geld zurück beim Zahlen!
Mit Cashback.



Die Frisur sitzt nicht mehr, das Auto ist dreckig und der Hund braucht neues Futter. Unsere täglichen Erledigungen kosten Zeit und Geld. Umso erfreulicher, wenn wir zumindest einen Teil der Ausgaben zurückbekommen. Genau das ermöglicht Cashback.

So stärken Sie den regionalen Handel, vermeiden unnötige Warentransporte und Umweltbelastung.

„Geld zurück“ heißt dieses System übersetzt und hält, was es verspricht. Denn dahinter verbirgt sich ein Bonusprogramm, über das Kunden ihren Vorteil direkt – also ohne Umwege über Rabattpunkte – als Geldbetrag ausgewiesen und dem Kundenkonto gutgeschrieben bekommen.

Cashback basiert auf einem System aus Partnern – über 4.000 sind das bei „S-Cashback Regional“, deren Produkte und Dienstleistungen bundesweit, aber auch in der Region mit unterschiedlichen Vorteilen bezogen werden können.

Um das Beispiel vom Anfang des Artikels aufzugreifen: Bei „Friseur Scholz“ in Neerstedt, bei „Carwash Tazi“ in Friesoythe und beim Spezialisten „Knabberland“ für Tierbedarf und -nahrung in Apen erhalten Nutzer jeweils zwei Prozent Cashback bei Kartenzahlung.

Ob Blumen oder Bürobedarf, Geschenkartikel oder Gastronomie, Kunst oder Kultur – Sparkassen-Kunden können aus 18 Branchen wählen. Über die gezielte Suche auf lzo-vorteilswelt.com finden Sie alle Unternehmen, die teilnehmen. Indem Sie vor Ort kaufen, stärken Sie den regionalen Handel, vermeiden unnötige Warentransporte und Umweltbelastung.

Über das Cashback-Prinzip bekommen Kunden also bares Geld wieder und können beim Konsum gleich der Region und der Umwelt etwas zurückzahlen. Cashback eben. Weil's um mehr als Geld geht.



Jetzt für S-Cashback Regional der LzO anmelden und die praktische S-Cashback-App herunterladen!



Wenn Sascha Uschkurat Lust auf eine Fahrt mit einem seiner selbst umgebauten Motorräder hat, wählt er meist einen Einsitzer. Dann ist er einfach nur für sich – und der Kopf frei.



LZO

Mitarbeiter im Porträt

Offen. Allem und allen gegenüber.

Wer auf den Wohnsitz von Sascha Uschkurat in Oldenbrok (Ovelgönne) zugeht, dem springen zwei riesige Tore ins Auge. Die Einfahrten zum ehemaligen Mehlspeicher könnten als Symbol stehen für die Persönlichkeit des 47-Jährigen. Genauer: die Offenheit, die er allem und allen entgegenbringt. Auch diesem denkmalgeschützten, sanierungsbedürftigen Objekt. „Ich habe mich sofort in den Speicher verliebt!“, erzählt er rückblickend.

Kurzerhand verkaufte er das Einfamilienhaus in Wardenburg und legte los, gemeinsam mit guten Freunden. Und einer klaren Vorstellung: Das Loft in der zweiten Etage breitet sich heute auf 130 Quadratmetern aus; durchbrochen nur von Säulen und ausgewähltem Mobiliar. Viel Platz also zum Atmen und Wohnträume-Verwirklichen.

Gewerkelt hat der gebürtige Ofenerdiker immer schon gerne, mit fünf Jahren etwa Matchbox-Autos geschliffen und neu lackiert. Es folgten Mofas und anschließend Motorräder: Wo früher Lkw zum Getreideabladen standen, parken in Uschkurats Mehlspeicher derzeit fünf Zeugen einer seiner größten Leidenschaften. „Wenn ich eine

Überhaupt ist ihm wichtig, selbstbestimmt und im Gleichgewicht zu sein. Dabei hilft ein weiteres Hobby: Taekwondo. Was er hier bis zur Stufe des dritten „Dan“ – des Meisterschülers – gelernt hat, gibt er gerne weiter, etwa in Selbstverteidigungskursen für Frauen. Ob Taekwondo, Motorräder, Bausanierung oder auch seine Tätigkeit als Teamlei-

„Mich in etwas zu entfalten, das mich begeistert, macht mich glücklich.“

Sascha Uschkurat
Teamleiter Fuhrpark LZO-Zentrale

neue Maschine habe, optimiere ich sie nach meinen individuellen Anforderungen.“ Auch für seinen Sohn hat er ein Motorrad umgebaut. Bestens motorisiert, geht er mit ihm auf Tour und fühlt sich dabei „frei im Kopf“, wie er sagt.

ter des LZO-Fuhrparks – Sascha Uschkurat lässt sich auf Dinge und Menschen ein. Ohne Vorbehalte. Vielmehr: mit Überzeugung, Loyalität und Anspruch.

Kulinarischer **Herbst**

Facettenreich, fein und farbenfroh



Rote-Bete-Salat mit Apfel und Senf



für 2 Personen

Für den Salat:

2 Stück Rote Bete
2 Äpfel
50 ml Apfelessig
50 ml Rote-Beete-Saft
10 ml Rapskernöl
20 ml Ahornsirup
Salz, Pfeffer

Für den Senf:

100 g Senfkörner
1 Daumen Ingwer
kleine halbe Chili
100 g brauner Zucker
Saft einer Zitrone
200 ml Wasser

„Rote Bete gehört zu meinen Lieblingsgemüsen. Ob gekocht, gebacken, geräuchert oder roh mariniert, ob als Salat, Beilage oder Hauptgericht – sie lässt sich mit ihrem süßlich-erdigen Geschmack vielseitig zubereiten.“

Jan Linne | Vinea Wein & Speisen
aus Oldenburg

Die Senfkörner in einer Pfanne ohne Fett kurz rösten. Die Gewürze dazugeben und mit Wasser angießen. Alles in ein verschraubbares Glas füllen und mindestens einen Tag ziehen lassen. Der Senf quillt und gibt dem Salat Schärfe und Crunch. Die Marinade ist für längere Zeit verschlossen im Kühlschrank haltbar. Also ruhig eine größere Menge zubereiten.

Die Rote Bete waschen und in Alufolie wickeln. Bei circa 180 °C (je nach Größe) im

Ofen garen. Sie ist fertig, wenn die Knolle beim Durchstechen mit der Gabel abrutscht. Die Rote Bete abkühlen lassen und pellen. Dann in gleich große Würfel schneiden. Die Äpfel schälen und ebenfalls in gleich große Würfel schneiden. Aus den restlichen Zutaten eine Marinade verrühren und die Rote Bete und den Apfel marinieren.

Nun etwas vom Senf zum Salat geben und alles final abschmecken.



Auf den Geschmack gekommen?

Dann nehmen Sie jetzt an unserem Gewinnspiel teil und gewinnen Sie eins von zehn Kochbüchern „Kochen vor und hinterm Deich“ von Jan Linne. Was Sie dafür tun müssen? Nennen Sie uns Ihr liebstes Gemüse für die kalte Jahreszeit. Alle Details zum Gewinnspiel gibt's auf lzo.com/gewinnspiele

Wir wünschen viel Glück!

Für die Krautfleckerl:

300 g gemischtes Hackfleisch
500 g Spitzkohl
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
3 Zweige frischer Estragon
1 TL Kümmelsamen
(alternativ gemahlener Kümmel)
1 Prise Zucker
Salz & Pfeffer
200 g Nudeln nach Wahl

Für die Rotweinsauce:

375 ml Rotwein
1–2 Esslöffel Zucker
1 Esslöffel kalte Butter

für 4 Personen



„Dieses Gericht ist für mich ein echtes Erlebnis! Und zwar eines, das auch in der dunklen Jahreszeit garantiert die Stimmung aufhellt. Soulfood durch und durch! Und wir alle wissen: Geht es dem Körper gut, tanzt die Seele!“

Nadine Erkelenz | von Mende Marketing GmbH
aus Oldenburg

Krautfleckerl nach Matrosenart

Olivenöl in einen breiten Topf geben und erhitzen. Das Hackfleisch dazugeben und scharf anbraten, bis es von allen Seiten Farbe bekommt. Die Zwiebel und den Knoblauch in Streifen schneiden und zum Fleisch geben und kurz mit anbraten. Den Spitzkohl in Streifen schneiden und in den Topf geben, gut umrühren und mit anrösten. Der frische Estragon wird ebenfalls fein geschnitten und hinzugegeben. Mit Kümmel, Zucker, Salz und Pfeffer würzen. Währenddessen schon einmal die Lieblingsnudeln kochen. Anschließend wird alles miteinander vermengt. Gegebenfalls nachwürzen.

Für die Rotweinsauce den Zucker in einer Pfanne goldbraun karamellisieren. Mit dem Rotwein ablöschen (Achtung, Spritzgefahr!) und auf circa ein Drittel einkochen. Die kalte Butter hinzugeben und verrühren. Gegebenfalls kurz noch einmal aufkochen. Es soll eine sämige Reduktion entstehen.

Die Krautfleckerl auf einer großen Platte anrichten und mit der Rotweinsauce übergießen.



Hähnchen-Wraps mit Kartoffelspalten

Den Backofen auf 220 °C Ober-/Unterhitze (200 °C Umluft) vorheizen. Kartoffeln in ein bis zwei Zentimeter breite Spalten schneiden. Backblech mit Backpapier belegen und Kartoffelspalten auf eine Hälfte des Blechs verteilen. Spalten mit Öl, Salz und Pfeffer vermengen und für circa 30 Minuten im Ofen backen.

Nach circa 15 Minuten Backzeit Hähnchengeschnetzeltes und Kirschtomaten neben die Kartoffeln aufs Blech geben. Mit Öl beträufeln und mit Salz und Pfeffer würzen. Alle Zutaten für weitere 14 bis 15 Minuten im Ofen backen, bis das Fleisch innen nicht mehr rosa ist.

Salatherz halbieren, Strunk herausschneiden und Salatblätter quer in schmale Streifen schneiden. Für die Sauce in einer kleinen Schüssel Senf, Mayonnaise und Joghurt verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Wraps für ein bis zwei Minuten im warmen Ofen anwärmen. Erst Sauce darauf verstreichen, dann Salat, Kirschtomaten, Hähnchen und Hartkäse auf dem unteren Drittel des Wraps verteilen. Die Seiten links und rechts nach innen, die untere Seite nach oben über die Füllung klappen und fest aufrollen.



„Klar, manche mögen’s deftig, wenn die Wochen dunkler und kälter werden. Aber seit einigen Jahren ernähre ich mich bewusster und bevorzuge eine leichte, frische Küche – wie die Wraps mit viel Gemüse und fettarmem Fleisch. Für ‚mehr Substanz‘ gibt’s Kartoffelspalten dazu.“

Sascha Uschkurat | Landessparkasse zu Oldenburg
aus Oldenbrok



für 2 Personen

Für die Kartoffelspalten:

400 g Kartoffeln
1 EL Öl
Salz, Pfeffer

Für die Sauce:

10 ml mittelscharfer Senf
35 ml Mayonnaise
75 g Joghurt
Salz, Pfeffer

Für die Wraps:

250 g Hähnchengeschnetzeltes, mariniert
125 g Kirschtomaten
1 EL Öl
Salz, Pfeffer
1 Romana-Salatherz
20 g Hartkäse, geraspelt
2 Tortilla-Wraps

Lust, noch mehr zu entdecken?

Topthemen auf allen Kanälen

Unter der Überschrift *1786 laden wir Sie ein, mit uns die schönsten, ungewöhnlichsten und kreativsten Seiten der Region zu entdecken. Davon gibt es jedoch so viele, dass sie unmöglich alle einen Platz in diesem Magazin finden können.

Ein Glück also, dass *1786 weit mehr ist als „nur“ ein Print-Magazin. Auch online gibt es bei uns eine Menge zu erleben: Auf unserem Blog lzo.com/1786, bei Facebook und Instagram finden Sie nicht nur sehr viel Wissens- und Liebenswertes über unsere Heimat und die Menschen von hier – Sie sind darüber hinaus herzlich eingeladen, mit uns ins Gespräch zu kommen und so aktiv an *1786 mitzuwirken!

Viele von Ihnen haben das sogar schon getan. Ein aufrichtiges Dankeschön noch mal an dieser Stelle für den ausgezeichneten Input! Auch dank Ihrer Mitarbeit konnten wir für unser multimediales Kommunikationskonzept *1786 vor Kurzem den „German Brand Award“ entgegennehmen – eine der begehrtesten Markenauszeichnungen im deutschsprachigen Raum!



IHR WEG ZUM „NOCH MEHR“:

Scannen Sie einfach den QR-Code
und entdecken Sie *1786 digital:
www.lzo.com/1786





Viele Grüße aus der Nähe!

Wird es früher dunkel und draußen kälter, ist es drinnen umso gemütlicher – und bleibt mehr Zeit zum Schmöckern. Dafür liefert Ihnen die fünfte Ausgabe von *1786 hoffentlich unterhaltsame Inhalte. Geben Sie uns gerne Feedback: Was hat Ihnen dieses Mal am besten gefallen? Über welche Themen möchten Sie in Zukunft mehr erfahren? Schreiben Sie uns einfach eine E-Mail an: 1786@lzo.com

Lösungen Seite 25

Gitterbastel

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

Suchworträtsel

F I S C H H A U S E N
 P
 D J E V M O C H
 R I I E V M O O H
 F E L D H A U S E R M O O R I
 F R R H A U S T I
 H E X E N E I C H E H A S T I
 L L A U S E N S B
 J A D E B U S E N A N S B U R
 R W U S E N S B U R
 H E I L I G T U M N S B U R
 E
 K L O S T E R P A R K B U R
 E
 W A N G E R O O G E G

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:

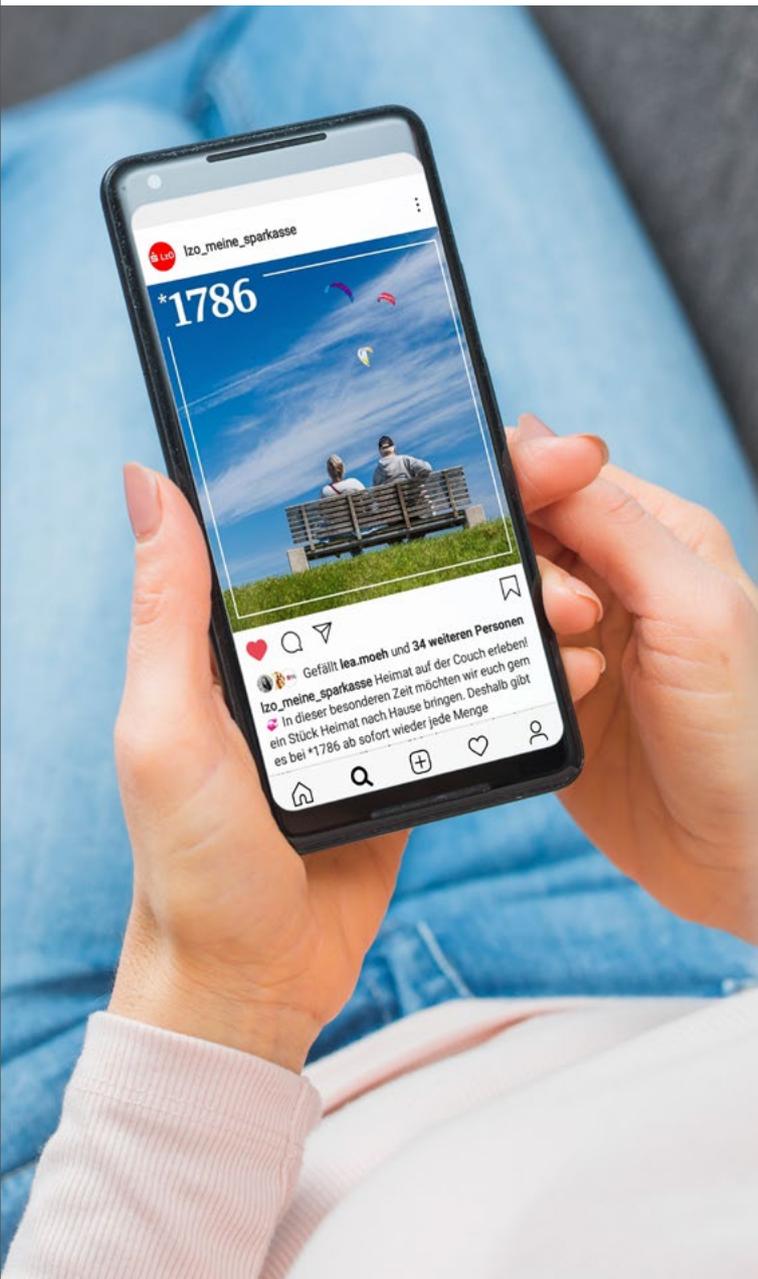
Landessparkasse zu Oldenburg
 Berliner Platz 1, 26123 Oldenburg
 Telefon: +49 441 2300, lzo.com, lzo@lzo.com

Konzept, Text und Gestaltung:

von Mende Marketing GmbH, Oldenburg, www.vonmende.de

Bildnachweise:

Titel: ©LzO, Fotograf: Felix Wenzel; S. 2–3 ©Stefan Maziejewski, mazAPP GmbH; S. 6–7 ©LzO, Fotograf: Felix Wenzel; S. 8–9 ©BSN, Fotografin: Maïke Lobback; S. 10 ©Illustrationen von Mende Marketing, S. 11 ©BSN, Fotograf: Bargiel; S. 12 ©Illustrationen von Mende Marketing; S. 13 ©Anke Marien; S. 14–15 ©Thomas Weber, www.phothomas.de; S. 16–17: ©GettyImages-1249227900; S. 18 ©Waukeshya, Pixabay; S. 19 ©Axel Biewer/Stadt Jever, ©Maren Tapken; S.20 ©Thomas Weber, www.phothomas.de; S. 21 ©ZV Naturpark Wildeshauser Geest, ©Gaby Schneider-Schelling; ©Gemeinde Dötlingen_Klaus Sekuly; S.22 ©commons.wikimedia.org/Billboa ©Pfungstclub M.I.B. - Men In Black; S. 23 ©Wolfgang Krzemien, Pixabay, © Ostfriesland Tourismus GmbH/Fotograf: Hans Albert Dirks; S. 24 ©ESA; S. 26 ©AdobeStock 269537016; S. 27 ©GettyImages 1159483894, ©Illustration von Mende Marketing; S. 28 ©Sascha Uschkurat; S. 30–31 ©AtelierJK; S.32–33 ©Nadine Erkelenz, ©Sascha Uschkurat; S. 34–35 ©von Mende Marketing, ©von Mende Marketing; S. 36 ©LzO



Warum sind Sie mit dem
Janßen-Hof unser Kunde,
Carsten Janßen?



Weil Nähe und Vertrauen auf einem Acker wachsen

Nur wer nachhaltig denkt, kann
auch nachhaltig erfolgreich sein.
Deshalb bin ich bei der LzO.
Weil's um mehr als Geld geht.

Mehr erfahren: lzo.com/weitsicht

Unsere Nähe bringt Sie weiter.



LzO

meine Sparkasse