Monatsmagazin kostenlos zum Mitnehmen!

Frühlingsanfang: 20.03.
Ostern: 01.04.

DAS Magazin

Ausgabe Nr. 103 | März 2018

SG Hoya, SG Br.-Vilsen, SG Thedinghausen, SG Schwaförden, Wietzen und Städte Bassum, Syke, Sulingen

BAU + ENERGIE
MESSE
NORD Posthausen

23. + 24. März

Fr. 09.30 - 22.00 Uhr
Sa. 09.30 - 20.00 Uhr

dodenhof

www.BAUMESSE-NORD.de

Veranstalter: act event
E-Mail: info@act-event.de
Tel. : 04791 / 96 53 30

Bensemann's
AFFINGHAUSEN

Jeden Samstag ... LED-DISCO-SHOW...
OSTER-KULT-FETEN
Ingo ohne Flamingo
United Four • Into the Light
DJ TrueBeatz & Freunde

Sulinger Str. 5 • 27257 Affinghausen
Tel. 04247 / 325 • E-Mail: info@bensemann.de
www.bensemanns.de

Die Terrasse frühlingsfit machen

Neue Textilien für einen frischen Look

(djd). Kälte und Schmuddelwetter sind überstanden und endlich lockt die Frühlingssonne die Hausbesitzer wieder nach draußen. Bis zur Eröffnung der Sommersaison gibt es aber noch einiges zu tun, damit Garten und Terrasse wieder in frischem Glanz erstrahlen. Kleine Reinigungs- und Renovierungsarbeiten sowie neue Textilien und Dekoideen machen Vorfreude auf die warmen Tage.

Böden reinigen und schützen

Terrassenböden haben durch die feuchte Witterung häufig grüne Beläge. Stein-, Fliesen- oder Holzböden lassen sich dann problemlos mit einem Dampfstrahler behandeln, zudem gibt es Spezialmittel zur Entfernung von Grünbelägen. Bei Holzböden kann eine Behandlung mit schützenden Pflegemitteln sinnvoll sein, ebenso bei Holz-Terrassenmöbeln.

Markise frisch machen

Auch die Markise kann ein bisschen Pflege vertragen. „Schmutz vom Markisengestell lässt sich in der Regel mit Seifenwasser oder einem Neutralreiniger entfernen“, raten Experten vom Markisenhersteller Lewens: „Sinnvoll ist es auch, zu überprüfen, ob die Regenablauflöcher frei von Verschmutzungen sind.“ Kleine Flecken auf dem Markisenstoff können in vielen Fällen mit verdünnter Lösung aus Feinwaschmittel oder neutraler Seife behandelt werden. Hierzu die Lösung mit einem Schwamm aufschäumen und auftragen, ohne zu reiben. Dann mit viel Wasser abspülen.

Mit harten Bürsten oder einem Hochdruckreiniger sollte man hingegen nicht arbeiten. Loser Schmutz und Staub lassen sich mit dem Gartenschlauch anlösen und danach vorsichtig abspritzen. Die Markise sollte nicht nass eingefahren werden, sondern zum Trocknen ausgefahren bleiben.

Akzente setzen mit Textilien und Farben

Nach der Grundreinigung geht es an die schöneren Gestaltungsarbeiten: Wenn der Markisenstoff schon in die Jahre gekommen ist oder das Dekor nicht mehr dem aktuellen Geschmack entspricht, dann lässt er sich erneuern. Infos und Stoffkollektionen gibt es zum Beispiel unter www.lewens-markisen.de. Passend dazu lassen sich auch die Polster, Bezüge und Kissen der Gartenmöbel gestalten. Jetzt fehlen nur noch liebevolle Details wie Pflanztöpfe oder andere Dekoartikel, die zum Farbstil passen, damit sich die Terrasse als harmonisches Gesamtbild präsentiert.

Fotos: djd/Lewens-Markisen

Impressum
Herausgeber: Firma Sommer
Marketing u. Eventservice GmbH
Geschäftsführer: Michael Sommer
Verlag: Am Gaswerk 4
27305 Bruchhausen-Vilsen
Telefon: 04252-9380202
Internet:
www.das-magazin-online.de
Email:
info@das-magazin-online.de
Fotos & Texte:
Saskia Sommer; Heidi Sommer, Wikipedia; djd.
Fotolia; frei;
Titelbild: fotolia
Ausgabe: 103 | März 2018
Erscheinung: monatlich, kostenlos, kein Anspruch auf Erhalt
Anzeigen:
Heidi Sommer, Saskia Sommer
Für unverlangt eingesandte:
Manuskripte, Bilder, Bücher und sonstige Unterlagen wird keine Gewähr übernommen. Rücksendung erfolgt nur, wenn ausreichend Porto beiliegt. Es besteht kein Anspruch auf Veröffentlichung
Für gewerbliche Anzeigen wird keine Haftung übernommen, insbesondere bei Druckfehlern o.ä. Nachdruck, Vervielfältigung, Übersetzung, Einspeisung in elektronischen Anlagen, Mikroverfilmung o.ä. ist nur mit vorheriger schriftlicher Genehmigung von der Firma Sommer und mit Quellenangabe gestattet.
Vertrieb: Mario Sommer, Dennis Geske
Auslagestelleninfo unter:
www.das-magazin-online.de

Liebe Leserinnen und Leser,

kaum war das neue Jahr da, steht schon Ostern vor der Tür. Dieses Jahr sehr früh, am 01.April 2018

Am 20.März ist aber erstmal Frühlingsbeginn, welchen wir hoffentlich mit Sonnenschein und angenehmen Plusgraden begrüßen dürfen.

Wir wünschen Ihnen mit dieser Ausgabe von DAS Magazin wieder viel Freude!

DAS Magazin-Team

Bitte achten Sie auf die Veranstaltungshinweise und Anzeigen unserer Kunden in dieser Ausgabe!

Ostern mit der Familie

Tipps zum kreativen „Mitmachfest“ für Groß und Klein

(djd). Wann ist denn endlich Ostern? Nicht nur Kinder können die spannende Eiersuche kaum erwarten - auch den Großen liegt das Familienfest am Herzen. Vor allem das Basteln und Werkeln im Kreis der Lieben stärkt den Zusammenhalt und steigert die Vorfreude. Pünktlich zum Osterfest lässt die selbst gefertigte Dekoration das Haus und die Festtafel in bunten Farben erstrahlen. Damit Ostern für Groß und Klein ein fröhliches Miteinander wird, gibt es einiges zu beachten.

- Zwar wird im Kindergarten fleißig gebastelt, doch mit Mama oder Oma zusammen macht es doppelt so viel Spaß. Dreikäsehochs können beispielsweise ein Osterkörbchen aus Filz oder Wellpappe bauen, das man mit Moosgummi und Tonkarton verzieren kann. Fehlt die Zeit zum Selbermachen, hält die Marke kinder beispielsweise ein fertiges Modell mit einem Schokohasen und zwei weiteren Figuren bereit.

- Beim Verzieren der Eier brauchen die Kleinen die Hilfe der Erwachsenen. Bemalen lassen sich hartgekochte Eier je nach Alter mit Fingerfarben oder Filzstiften - die Farben sollten allerdings lebensmittelecht sein. Zudem können mit Tapetenkleister, buntem Papier, Perlen, Sticker oder Wollresten Ostereier hübsch gestaltet werden.

- Kinder wollen bei den Vorbereitungen für das österliche Familienfest keine Zuschauer sein, sondern aktiv mitmachen. Sie können Blumen für die Vase pflücken, Obst für den Nachtisch schnippeln, beim Staubsaugen helfen, den Tisch decken oder Ostereier in die Büsche im Garten hängen. Eine besondere Belohnung für die stolzen Helfer sind die Figuren der lustigen Osterbande von kinder Schokolade.

- Schon die Kleinsten verstehen, wie anstrengend es für den Osterhasen sein muss, durch Gärten und Häuser zu hoppeln und all die Ostergeschenke zu verstecken. Sie helfen daher gerne mit, ihm ein Nest als Rastplatz zu bauen. Auf Zweigen, Blättern und Stroh kann es sich Meister Lampe gemütlich machen und sich mit einer Möhre stärken. Groß ist die Freude bei den Kindern, wenn der Osterhase als Dankeschön für sein schönes Lager ein Geschenk wie den Nestbesetzer zurücklässt. Die plüschige Handpuppe trägt eine Leckerei in ihrem Inneren und ein Schild, das mit dem Namen ihres neuen Besitzers beschriftet werden kann.

- Kinder in jedem Alter lieben es zu kneten: Aus Salzteig lassen sich hübsche Kränze flechten oder österliche Figuren formen - der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt. Zur Herstellung der Knetmasse zwei Tassen Mehl, zwei Tassen Salz und eine halbe Tasse Wasser miteinander vermengen. Ausreichend getrocknet, lassen sich die Werke der Kinder bemalen und an Verwandte verschenken.

Fotos: djd/Ferrero/thx

BUDDY in concert

die Rock ’n’ Roll-Show

Fr, 23.03.2018, 20:00 Uhr
Syker Theater

Schon einmal konnten die Musiker des Musicals „BUDDY - Die Buddy Holly Story“ das Publikum im Syker Theater begeistern. Sie wurden gefeiert mit Standing Ovations und konnten nur nach etlichen Zugaben die Bühne verlassen. Am 23.3.2018 ist es nun endlich wieder soweit. Die Musiker kommen für einen Abend zurück nach Syke. Im Gepäck haben sie einen neuen Frontmann und mit ihm ihr neues Programm. In ihrer aktuellen Show widmen sie sich wie immer mit Leidenschaft den größten Hits der Rock ’n’ Roll- und Twist-Ära. Heraus kommt eine atemberaubende, temporeiche Show mit Petticoat und Smoking, voller Witz und Esprit, bei der nicht nur Rock ’n’ Roll-Fans auf ihre Kosten kommen.

www.buddyholly.de

Karten gibt es ab 24 €
im Bürgerbüro der Stadt Syke

Kaffeehaus Orlamünde im Vilser Ortskern

„Reinkommen und sich wohlfühlen. Das war das Ziel, das sich Familie Orlamünde gesteckt hat, als sie die Planung für eine Renovierung des Cafés in der Bahnhofstraße aufgenommen hat. Es waren sehr umfangreiche Baumaßnahmen nötig, um die Räume auf den heutigen Stand zu bringen. Ohne eine barrierefreie Toilettenanlage, die auch von Rollstuhlfahrern problemlos genutzt werden kann, ist in der heutigen Zeit eine öffentliche Einrichtung nicht mehr denkbar.

Eine Akustikdecke wurde eingebaut, um die Geräuschentwicklung gering zu halten und viele gestalterische Elemente, wie abgehängte Decken und schöne Raumteiler zur Auflockerung des Cafés wurden ebenfalls realisiert. Ein neuer Fliesenfußboden, neue Wandanstriche und viele harmonische Dekorationen verleihen eine wunderschöne, gemütliche Atmosphäre, die zum Verweilen einlädt. Auch an die warmen Sommermonate wurde gedacht und eine Klimaanlage integriert.

„In dieses Kaffeehaus im Vilser Ortskern sind unsere Erfahrungen aus zwei anderen Kaffeehäusern in Thedinghausen und Langwedel eingeflossen. So wussten wir schnell, was wir wollten und wie wir die Umbaumaßnahmen in möglichst kurzer Zeit bewerkstelligen können“ so Holger Orlamünde.

Viel Herzblut hat Ulrike Orlamünde wieder in die Gestaltung der Kreidetafeln gesteckt. Auch die Hängelampen über den Tischen sind teilweise in Handarbeit von ihr mit Kreidestiften wunderschön gestaltet worden.

Sehr gerne wird auch das freie Wlan und der kleine Kinderladen angenommen. Insgesamt ist hier ein Café entstanden, dass modern und gleichzeitig urgemütlich ist. Ob nur eine Tasse Filterkaffee gewünscht wird, eine Kaffeespezialität aus der Siebträgermaschine mit einem tollen Stück Kuchen kombiniert, oder ein herzhafter Snack – hier bleiben keine Wünsche offen. Das umfangreiche Sortiment der Bäckerei Orlamünde kommt in dem neuen Tresen sehr gut zur Geltung. Hier werden nicht nur Brot und Brötchen angeboten, sondern auch tolle Kuchenkreationen und ungewöhnliche Sahnegebäcke runden das Bild gekonnt ab.

Alle Gebäcke werden nach den Richtlinien des Natur-Pur Verbandes gebacken, was bedeutet, dass weder Emulgatoren, Geschmacksverstärker, Farbstoffe oder andere künstliche Zutaten zum Einsatz kommen. Nur mit ungewöhnlich langen Teigruhezeiten und Vorteigen entsteht in den Gebäcken ein unvergleichlich intensives und natürliches Aroma. Die tolle, farbenfrohe Optik in der Kuchentheke wird ausschließlich mit Fruchtsäften und frischen Früchten erreicht, auch hier wird konsequent auf vorgefertigte Convenienceprodukte verzichtet.

Bei den Kaffee- und Teespezialitäten, Kakaogetränken und vielen Kaltgetränken werden nur Bio-Rohstoffe verwendet, die zudem auch noch fair gehandelt werden.

„Durchdacht bis ins letzte Detail, konsequent umgesetzt und nun mit viel persönlichem Einsatz von uns und unseren Mitarbeitern mit Leben erfüllt.“ Ist das Fazit von Merle Orlamünde. „Unsere Gäste sollen sich bei uns wohl fühlen, sich verwöhnen lassen und gerne wiederkommen. Das ist nun unser Ziel.“

Die Kundenreaktionen aus den ersten Wochen sind allesamt durchweg positiv. Die Begeisterung über die Gebäckvielfalt geht einher mit dem „heimeligen Gefühl“, dass sich sofort beim Betreten des Cafés einstellt. Schon nach dieser kurzen Zeit kann man mit Sicherheit sagen, dass das neue Café im Vilser Ortskern der beliebte Treffpunkt bleiben wird, der er auch schon immer war. Fotos: DAS Magazin

Wer hat an der Uhr gedreht?

Wenn der innere Takt durch Schichtarbeit oder Zeitumstellung ins Wanken gerät

(djd). Jedes Jahr wird mit der Umstellung auf die Sommerzeit die Nacht der Mitteleuropäer um eine Stunde verkürzt. Dadurch soll das Tageslicht besser ausgenutzt und Energie gespart werden - so die Theorie. Doch vielen Menschen misslingt die reibungslose Anpassung an die neuen Zeitverhältnisse. Etwa die Hälfe der Bundesbürger leidet laut einer Studie der Goethe-Universität in Frankfurt am Main unter der Zeitumstellung im Frühjahr. Die Beschwerden reichen von gedrückter Stimmungslage über Konzentrationsprobleme bis hin zu massiven Schlafproblemen. Besonders betroffen sind Personen in Nachtarbeit und Schichtdienst. Denn sie leben dauerhaft entgegen ihrem eigenen biologischen Rhythmus. Das kann zu chronischer Erschöpfung und Herz-Kreislauf-Erkrankungen führen. Durch den Mangel an Tiefschlaf leidet das Immunsystem, sogar die Darmflora kann beeinträchtigt werden.

Gutes Schlafmuster fördert die Gesundheit

Aus Studien der US-Forscher Jeffrey C. Hall, Michael Rosbash und Michael W. Young, die für die genetische Entschlüsselung der inneren Uhr im letzten Jahr den Medizin-Nobelpreis erhielten, geht hervor, wie wichtig ein regelmäßiges, gutes Schlafmuster für den Menschen ist. Ist der innere Rhythmus etwa durch die Zeitumstellung aus dem Takt geraten, kann ein natürliches Arzneimittel wie Neurexan dazu beitragen, schneller wieder ins Gleichgewicht zu kommen. Die Wirkstoffkombination aus Passionsblume (Passiflora incarnata), Hafer (Avena sativa), Kaffee in homöopathischer Dosierung (Coffea arabica) und Kristallen eines Wirkstoffes aus der Baldrianwurzel (Zincum valerianicum) sorgt für innere Ruhe, Entspannung und für einen erholsamen Schlaf. Während der Einnahme bleiben die Aufmerksamkeit, Konzentrationsfähigkeit und Fahrtüchtigkeit jedoch voll erhalten. Die Anwendung ist aufgrund der guten Verträglichkeit bei Schlafproblemen auch längerfristig möglich.

An die Müdigkeit gewöhnen

Eine gewohnte Abendroutine kann auf Dauer ebenfalls wie ein „natürliches“ Schlafmittel wirken. Entspannende Sportarten wie Yoga, ein Saunabesuch, ein warmes Bad, eine bestimmte Meditationsmusik oder eine Tasse Kräutertee - über kurz oder lang reagiert der Körper auf Rituale vor dem Zubettgehen mit Müdigkeit. Gut wirkt sich auch das Einhalten fester Schlafenszeiten aus - auch am Wochenende und an freien Tagen. Was den Schlaf zusätzlich stören kann und wie sich Schlafkiller beseitigen lassen, lesen Interessierte unter www.entspannung-und-beruhigung.de. Wer wissen möchte, wie viel Schlaf er eigentlich braucht, kann die Schlafdauer um 30 oder 60 Minuten verkürzen und beobachten, wie das Befinden am nächsten Tag ist. Für die meisten Menschen sind sieben bis acht Stunden Schlaf optimal.

Foto: djd/Neurexan/thx

Tipps zur Zeitumstellung

Winterzeit:

- einige Tage vor der Zeitumstellung etwas später zu Bett gehen

- Wecker morgens früher stellen und die Zeit für einen Spaziergang an der frischen Luft nutzen

- das Tageslicht so lange wie möglich nutzen

- am Abend helles Kunstlicht verwenden

Sommerzeit:
- an den Tagen vor der Umstellung jeweils früher zu Bett gehen

- helles Licht in Wohnung und Büro geben Signale für die innere Uhr

- auf den Mittagsschlaf verzichten, auch wenn man müde ist

- am Abend eher auf Schummerlicht setzen

- abends müde machende Kohlenhydrate verzehren, aufputschende Getränke meiden

Männergesundheit: Hormone im Lot?

Ein Androloge über Auswirkungen und Behandlung eines Testosteronmangels

Prof. Dr. Michael Zitzmann, Endokrinologe, Androloge und Diabetologe am Centrum für Reproduktionsmedizin und Andrologie des Universitätsklinikums Münster. Dort erforscht er die Zusammenhänge zwischen Fertilität, Genetik, Sexualhormonen und metabolischen Störungen.

Foto: djd/privat

(djd). Männer sind im wahrsten Sinne des Wortes „testosterongesteuert“. Und zwar nicht auf die leicht abfällige Art, in der dieser Ausdruck oft verwendet wird, sondern im positiven Sinne. Denn das männliche Sexualhormon erfüllt viele Aufgaben im Körper, die wichtig für Gesundheit und Wohlbefinden sind. „Das fängt mit psychischen Faktoren an wie der Förderung von guter Stimmung, Antriebskraft und Libido“, erklärt der Androloge Prof. Dr. med. Michael Zitzmann vom Centrum für Reproduktionsmedizin und Andrologie des Universitätsklinikums Münster. „Testosteron hilft aber auch, die Knochendichte zu erhöhen, die Muskelmasse aufzubauen und das Fettgewebe zu reduzieren. Zudem hält es Blutzucker und Blutfette im Normbereich und erhöht die Anzahl der roten Blutkörperchen, wirkt also einer Anämie entgegen.“

Metabolisches Syndrom fördert Testosteronmangel

Sinkt der Testosteronspiegel im Blut zu weit ab, kann dies deutlich spürbare Folgen haben. Körperlich können etwa Erektionsstörungen, Muskelabbau oder Osteoporose auftreten, aber auch die psychischen Symptome können schwerwiegend sein: „Niedrige Testosteronspiegel führen oft zu Niedergeschlagenheit und Antriebslosigkeit, Libidoverlust und sogar Depressivität“, weiß Prof. Zitzmann. Die Ursachen für einen Hormonmangel können vielfältig sein. So kommen nach Aussage des Experten beispielsweise Schädigungen der Hoden oder der Hirnanhangdrüse, die die Hormonproduktion steuert, infrage. Auch chronische Krankheiten, psychischer Stress und körperliche Überlastung, etwa ein Übertraining bei Sportlern, können dazu führen, dass die Testosteronwerte sinken. „Häufig findet sich ein Testosteronmangel auch beim metabolischen Syndrom, also der Kombination aus Übergewicht, hohem Blutzucker und hohen Blutfetten. Dieses fördert den Testosteronmangel, welcher dann wiederum dazu beiträgt, dass sich die Situation weiter verschlechtert. Ein Teufelskreis entsteht“, erläutert der Experte. Die Vermeidung von Übergewicht und maßvoller Sport könnten deshalb vorbeugen.

Foto: djd/123rf

Behandlung mit Spritzen oder Gel möglich

Behandelt werden müssen niedrige Testosteronwerte laut Prof. Zitzmann nur, wenn sie Symptome auslösen. Dann gibt es verschiedene Präparate, zwischen denen sich betroffene Männer entscheiden können: Depotspritzen, die im Abstand von mehreren Wochen verabreicht werden, und Gele, die auf die Haut aufgetragen werden. „Wirksam und verträglich sind beide Möglichkeiten, man fängt aber häufig mit einem Testosteron-Gel an, weil sich die Effekte damit besser steuern lassen, denn die Dosis kann schneller angepasst werden“, so der Hormonspezialist. Steigen die Testosteronspiegel durch die Behandlung wieder in den Normbereich, verschwinden in der Regel auch die Beschwerden.

Auto Service Hadeler

- Reparaturen aller Fabrikate
- Unfallinstandsetzung und Fahrzeuglackierung
- Autogasumrüstung für PKW und Autoteile-Shop
- Werktags täglich: Abgasuntersuchung + TÜV
- Tag + Nacht Abschleppdienst und Mietwagen

Tel.: 04241-1222 | FAX: 04241-5553
Bremer Strasse 77, 27211 Bassum

E-Mail: Hadeler-Bassum@t-online.de

Gebrauchtwagenkauf ist Vertrauenssache, vertrauen Sie uns!!!

Europas beste Naturfotografien

Prämierte Fotos im Deutschen Pferdemuseum zu sehen (2.03.2018 – 13.05.2018)

Eindrucksvolle und faszinierende Szenen aus der Tier- und Pflanzenwelt, festgehalten in brillanten Bildern: Zum nunmehr vierten Mal in Folge präsentiert das Deutsche Pferdemuseum in Verden (Aller) in der Zeit vom 2.3.2018 bis 13.05.2018 die besten Fotografien des Wettbewerbs „Europäischer Naturfotograf des Jahres“, ausgelobt von der Gesellschaft Deutscher Tierfotografen e.V.

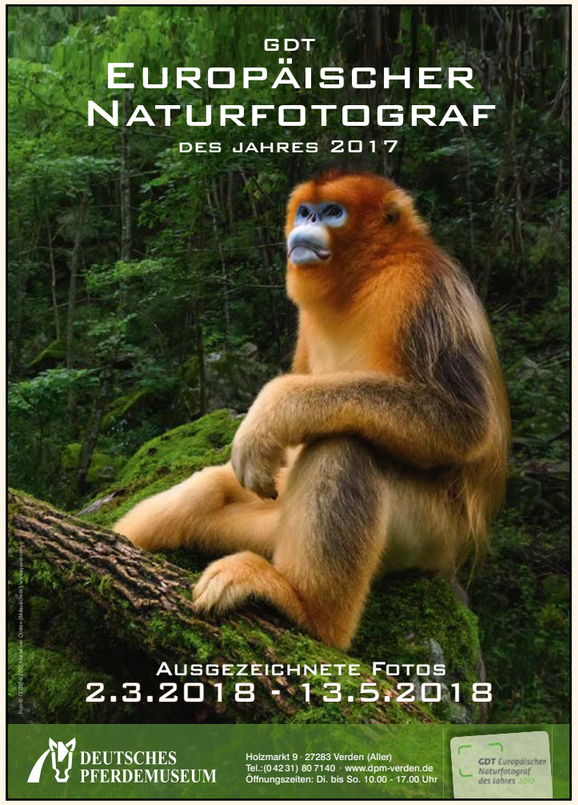
Bereits seit 17 Jahren prämiert die Gesellschaft Deutscher Tierfotografen e.V., kurz GDT, einmalige und innovative Naturfotografien europäischer Profi- und Hobbyfotografen. Im Jahr 2001 zunächst als einmalig stattfindendes Ereignis geplant, entwickelt sich der Wettbewerb in den folgenden Jahren zu einer festen Größe von internationalem Rang mit stetig steigenden Teilnehmerzahlen und einem ebenso kontinuierlich wachsenden öffentlichen Interesse. Mit fast 18.000 eingereichten Fotografien unterstreicht der europaweite Wettbewerb im Jahr 2017 erneut seine Bedeutung.

Nun sind über 80 ausgezeichnete Fotografien in einer Ausstellung im Deutschen Pferdemuseum zu sehen. Aufgenommen von Fotografinnen und Fotografen aus 31 Ländern, bestechen sie durch ihre Vielfältigkeit und ihre speziellen und faszinierenden Entstehungsgeschichten. Denn nur mit viel Geduld und Besonnenheit, gründlicher Planung, viel fotografischem Können und Kreativität sowie einem großen Naturwissen und Respekt für die Umwelt lässt sich der perfekte Moment mit der Kamera einfangen. Ohne Einsatz von Bildmanipulationsprogrammen begeistern die Fotografien die Betrachter durch die Vielfalt und Einzigartigkeit der Natur, veranschaulichen aber gleichzeitig auch die Verwundbarkeit unseres Planeten.

Erstmals in seiner Geschichte bringt der Wettbewerb 2017 zwei Gesamtsieger hervor, deren Fotografien gegensätzlicher kaum sein könnten: die eine magisch, die andere erschreckend Brutal. Die Fotografin Britta Jaschinski aus Deutschland dokumentiert mit ihrem Foto „Konfisziert“ das große Leid der Tiere, die allzu oft Opfer von Vergnügungs- und Geltungssucht, Habgier und Aberglaube sind und führt ein gestörtes Verhältnis von Mensch und Tier vor Augen. Dem Norweger Erlend Haarberg ist es mit seiner Aufnahme „Streit im Schnee“ gelungen, ein extrem seltenes Motiv einzufangen, da die nachtaktiven Schneehasen als gefährdete Art eingestuft sind. Beide Fotos fesseln den Betrachter, sie zeigen wie kraftvoll und verletzlich unsere Erde ist und unterstreichen die Bedeutung und Notwendigkeit von Natur- und Artenschutz. Die Ausstellung zeigt, neben den beiden Gesamtsiegern, Fotos aus den acht Kategorien des Wettbewerbs – von der Tier- und Pflanzenfotografie über Landschafts- und Unterwasseraufnahmen bis zu Bildern, die sich auf künstlerische Art mit den Farben und Formen der Natur beschäftigen. Begleitend zur Ausstellung ist im Tecklenborg-Verlag ein Bildband erschienen, der am Museumsshop des Deutschen Pferdemuseums angeboten wird. Die Fotoausstellung ist bis zum 13.05.2018 Dienstag bis Sonntag von 10.00 bis 17.00 Uhr geöffnet. Mehr Infos unter: www.dpm-verden.de

Foto1: Nr. 13_Gefangen_F. Smit (c) GDT ENJ2017, Florian Smit

Foto2: Nr.2_Gesamtsieger Erlend Haarberg_Streit im Schnee



POGGENKROG
Restaurant
Burchhard Homfeld
Bruchhöfener Straße 3 • 27305 Bruchhausen-Vilsen
gastro@poggenkrog.de • www.poggenkrog.de
Telefon: 04252-2556
Geöffnet:
Mo., Do.-Sa. ab 18:00 Uhr
Sonntags ab 12:00 Uhr
Dienstags und Mittwochs Ruhetag

Weinscheune
EXKLUSIVE WEINE & MEHR
Weine, Spirituosen, Feiern, Weinabende, Veranstaltungen, Meetings, Spezialitäten, modernes Fachwerkambiente
Präsente
Öffnungszeiten:
Fr. 15 - 19 Uhr | Sa. 10 - 14 Uhr
und nach Vereinbarung
KRAFT WEINHANDEL
Carsten Kraft
Inhaber
KRAFT Handelskontor
Gehlbergen 5
27305 Bruchhausen-Vilsen
TEL. 0160-9736 3647
carsten@kraft-hk.de
www.kraft-hk.de
www.facebook.com/kraft.hk

TAXI SCHWEERS
wir fahren Sie!
Samtgemeinde Schwaförden 04247 971 999
Stadt Syke 04242 16 80 800
Samtgemeinde Bruchhausen-Vilsen 04252 2359+2145
Was wir Ihnen bieten finden Sie unter
www.taxischweers.de

Restaurant
IPIROS
Hauptstraße 48
27318 Hoyerhagen
Tel.: (0 42 51) 4 00
FAX (0 42 51) 67 14 44
www.beim-griechen.de
Öffnungszeiten: Di.–Sa. 17.30 Uhr –23.30 Uhr • So.- und Feiertage 12.00 Uhr –14.30 Uhr und 17.30 – 23.30 Uhr • Montag Ruhetag
Kegelbahn

ZWEI HÄUSER – EINE LEIDENSCHAFT

Forsthaus Heiligenberg

Klostermühle Heiligenberg
Familie Brüning | Restaurant und Hotel GmbH
Heiligenberg 2-4 | 27305 Bruchhausen-Vilsen, Deutschland
Telefon: 04252 93200
info@bruening-hotels.de | www.bruening-hotels.de

Kaffeehaus
Vilsen
Ordamünde
Im Ortskern gemütlich frühstücken oder Kaffeetrinken
Bahnhofstraße 49, 27305 Bruchhausen-Vilsen, Tel.: 04252 9388623
Mo - Sa von 06:00 bis 18:00 Uhr, So von 07:00 bis 18:00 Uhr

Ambiente
Das Lokal im Sportzentrum in Schwarme
...wir richten auch Ihre Feier aus!
...eine gute Grundlage für den Tag schaffen!
Kohlessen • Spargelessen • Konfirmationen
Geburstage • Grillfeste
Weihnachtsfeiern und vieles mehr!
Di.-Fr. ab 17.00 Uhr | Sa.+ So. ab 13.00 Uhr
Mühlenweg 14 – 27327 Schwarme | 04258/9840511

Landhaus Wachendorf
Hotel • Restaurant • Gesellschaftshaus
Hotel
Restaurant
Gesellschaftshaus
Engeler Str. 29
27305 Bruchhausen-Vilsen
Telefon: 04247- 970 32 22
www.landhaus-wachendorf.de

Steimke's Landhotel ...wie zahause
www.steimkes-landhotel.de
Hannoversche Straße 45 | 27330 Graue (Asendorf) | Telefon (05022) 943 843
Restaurant * Saal * Hotel * Catering * Blockhaus * Biergarten

Zum Treppchen
Telefon: 04252/ 2349
Brautstraße 6 • 27305 Bruchhausen-Vilsen
Öffnungszeiten:
Montags Ruhetag
Di.-Fr. ab 17:00 Uhr
Sa. + So. ab 15:00 Uhr

Dillertal
Gastronomische Vielfalt
• Restaurant • Gesellschaftsräume
• Partyservice
Kein Wunsch bleibt bei uns offen!
Rufen Sie uns an oder stöbern Sie
auf unserer Internetseite schon einmal durch unser
umfangreiches Angebot.
☎ 04252-2680 www.dillertal.de
Dille 8, 27305 Bruchhausen-Vilsen, Fax: 04252-678,
E-Mail: dillertal@t-online.de

Eis Café da Angelo
Inh.
Cono Genova Angelo
Bahnhofstr. 36
27305 Br.-Vilsen
Tel. 04252/1478

Uhlhorn's Gasthof
Gutbürgerliche Küche · Bierstube & Kaffeegarten
Alte Heerstraße 23 • 27330 Asendorf
Tel. 04253/410
Öffnungszeiten: Mo.,Do.-Fr. ab 17:00 Uhr | So.: ab 11:00 Uhr
Di. u. Mi. Ruhetag
Bistro Filou
Versuch's mal mit Gemütlichkeit

Landcafé Wechold
Inh. Waltraud Budelmann
Wechold 115, Hilgermissen
Tel.: 04251 9831958

Verliebt am Meer

List auf Sylt: Mit maritimem Flair in den Hafen der Ehe einlaufen

Jawort auf dem Kutter

(djd). Eine Eheschließung im heimischen Standesamt? Das ist vielen Liebenden heute einfach zu profan. Immer mehr Paare entschließen sich dazu, das Jawort an einem besonderen Ort zu zelebrieren. Erinnerungen an den ersten gemeinsamen Urlaub oder den ersten Kuss beim Sonnenuntergang am Strand - Gründe gibt es viele, einen Ort mit persönlichem symbolischen Wert auszuwählen. Sich umgeben von Wasser, Wind und Wellen die ewige Liebe schwören, das ist beispielsweise auf Deutschlands nördlichster Insel Sylt möglich.

Der weiße Sandstrand, die blühende Heide- und Dünenlandschaft, die Wellen der Nordsee, die Weite des Watts: Romantische Orte finden sich etwa in List an der Nordspitze der Insel zuhauf. Wer möchte, kann hier sogar im wahrsten Sinne des Wortes in den Hafen der Ehe einlaufen - an Bord der „Gret Palucca". Der ehemalige Fischkutter wurde liebevoll in ein Ausflugsboot umgebaut und sticht heute auch mit angehenden Eheleuten in See. Die standesamtliche, maritime Trauung auf dem 25 Meter langen Kutter mit seinem urigen Charme können bis zu 50 Gäste begleiten. Mit festem Boden unter den Füßen können sich Paare ebenso auf dem Lister Ellenbogen das Jawort geben, in einer wild-romantischen Kulisse, die wie geschaffen ist für den schönsten Tag im Leben. Die kirchliche Trauung ist in List in der katholischen Kirche St. Raphael oder in der evangelisch-lutherischen Kirche St. Jürgen möglich. Die evangelische Pfarrerin Petra Hansen traut auf Wunsch sogar am Strand, gemeinsam steht dann die ganze Hochzeitsgesellschaft mit den Füßen in der Nordsee und lässt sich den Wind durch die Haare wehen. Unter www.list-sylt.de gibt es mehr Informationen und eine Kontaktmöglichkeit.

Ein Platz für die Liebe

Um den Elementen ganz nah zu sein, gibt es in Deutschlands Norden zudem einen festen Platz für die Liebe. Direkt am Lister Hafen mit Blick auf die Nordsee wurde ein großes metallenes Herz aufgestellt, an dem Sylt-Fans die ewige Liebe mit einem Liebesschloss besiegeln können. Wegen der starken Nachfrage hat die Gemeinde das Metallherz nun um drei Buchstaben ergänzt. Zusammen ergeben sie das Wort „Love" - und bilden am malerischen Hafen den passenden Hintergrund für ein Kuss-Selfie mit dem Partner.

Meine Sonne ist Schwarz

Eine Amy Winehouse - Hommage

08.03.2018 - 20:00 Uhr
Die Kastiane - Martfeld

Inspiriert von der einzigartien Musik von Amy Winehouse und ihrer tragischen, Dynamit geladenen Lebensgeschichte setzt sich „Meine Sonne ist Schwarz" theatralisch, performativ, in deutschen Covern ihrer Songs und in Filmsequenzen mit der Ausnahmekünstlerin auseinander. Die Schauspielerin und Sängerin Sissi Zängerle präsentiert mit ihrem Pianisten Dirk Rosenboom einen mitreißenden Szenischen Konzertabend, der dem Publikum einen sehr persönlichen Zugang zu der unvergesslichen Souldiva öffnet.

Einlass ab 19:30 Uhr,
das Restaurant ist NICHT geöffnet.

Eine tolle Geschenkidee!

Die Fördergemeinschaft Luftkurort Bruchhausen-Vilsen e.V. bietet einen attraktiven, hochwertigen Gutschein an, den Bruvi Gutschein.

Dieser Gutschein kann bei allen teilnehmenden Mitgliedsbetrieben der Fördergemeinschaft Luftkurort Bruchhausen-Vilsen e.V. (Handels-, Gastronomie- und Dienstleistungsbetrieben) eingelöst werden.

Der Ausgabewert beträgt mindestens 10,- €!

Das Besondere an dem Bruvi Gutschein ist, dass er branchenübergreifend verwendet werden kann. Jeder kann diesen Gutschein nach seinen Interessen und Bedürfnissen einlösen.

Der Bruvi Gutschein ist das Geschenk, das immer ankommt!
Mit dem Gutschein erhalten Sie eine Liste, auf der alle teilnehmenden Mitgliedsbetriebe aufgeführt sind.
Außerdem ist in jedem teilnehmenden Mitgliedsbetrieb im Eingangsbereich ein Hinweis angebracht, der diesen als Mitgliedsbetrieb / Teilnehmer kennzeichnet.

Design: www.anneke-freudlin.de · Fotos: Ch. Schumann | Heinz-Dieter Koch

Verkaufsstellen:
TourismusService, Bahnhof 2, 27305 Bruchhausen-Vilsen
Weltladen, Bahnhofstr. 50, 27305 Bruchhausen-Vilsen
Tankstelle „Citi Oil", Am Bahnhof 15, 27305 Bruchhausen-Vilsen
Landhaus Wachendorf, Engeler Str. 29-30, 27305 Engeln
Volksbank, Sulinger Str. 6, 27305 Bruchhausen-Vilsen
Kreissparkasse, Bahnhofstr. 64, 27305 Bruchhausen-Vilsen
Kreissparkasse, Schöne Reihe 6, 27305 Bruchhausen-Vilsen
Geschäftsführer der Fördergemeinschaft, Tel. 04252-2372
Ulrich Holzhandlung-Baumarkt, Am Bahnhof 7, 27305 Br.-Vilsen

Prickelnder Genuss für festliche Anlässe

Geschenktipps für Ostern, Muttertag & Co.

(djd). Ostern bis hin zum Muttertag Anfang Mai: Die erste Hälfte des Jahres ist reich an Anlässen, zu denen edle und originelle Geschenkideen gefragt sind. Mit einem hochwertigen Sekt, um miteinander zu feiern und anzustoßen, liegt man dabei in jedem Fall goldrichtig. Zu besonderen Momenten muss es eben auch etwas Besonderes sein.

Auf Traubenqualität und Reifung kommt es an

Wie fein die Perlage im Glas ist und wie gut ausbalanciert sich die Aromen präsentieren, hängt sowohl von der Qualität der Trauben als auch vom Herstellungsprozess ab. Der traditionelle spanische Cava von Freixenet etwa punktet hier gleich mehrfach. Die in Südeuropa kultivierten Rebsorten sind von der Sonne verwöhnt und stehen für ein harmonisches Zusammenspiel der Aromen. Den besonderen Schliff erhält der Schaumwein in der Flasche. Bei der Flaschengärung, auch „Metódo Tradicional“ genannt, reift der Cava wie ein Champagner mindestens neun Monate und entwickelt so das feine Prickeln und die vielfältigen Aromen. Welches der Favorit wird, hängt vom persönlichen Geschmack ab: Für Liebhaber eines milden, vollmundig fruchtigen Geschmacks ist zum Beispiel der Goldene von Freixenet die richtige Wahl. Wer es lieber trocken mag, greift etwa zum Carta Nevada Extra Dry in der nachtblauen Flasche.

Rezepttipps: Einen Bellini mixen

Cava kann man nicht nur pur genießen. Ohne großen Aufwand lassen sich schnell raffinierte Cocktail-Klassiker kreieren, um jede Party aufzupeppen und die Gäste zu beeindrucken. Ein einfach zu mixender Klassiker ist der Bellini: Dazu 2 bis 3 cl Pfirsichpüree in ein Sektglas geben und mit etwa 10 cl Cava auffüllen. Der fruchtige Sekt und die süßen Pfirsicharomen verbinden sich zu einem besonderen Genuss. Foto: djd/Freixenet

Damit sich der Kunde wieder als König fühlt

Aktuelle Verbraucher-Umfrage: Service

(djd). Der Kundenservice in Deutschland ist besser als sein Ruf - aber nicht so gut, wie Unternehmen denken. Und nicht so, dass er Kunden begeistert. Dabei lassen sich die Faktoren, die sie erwarten und die für sie No-Gos sind, klar benennen. Das ergab eine aktuelle YouGov-Umfrage zum Thema Kundenservice im Auftrag von Salesforce. Insgesamt fiel das Ergebnis durchwachsen aus: 48 Prozent der Befragten waren vom Kundenservice in Deutschland zwar nicht begeistert, fanden ihn aber immerhin gut. Lediglich neun Prozent der Befragten verliehen die Note „sehr gut“. Auf der anderen Seite der Skala sprechen deutlich mehr als ein Drittel der Befragten von lediglich „mittelmäßigem“ Service, sie sehen sich eher in der Rolle des Bittstellers, wenn sie Kundenservice benötigen. Freundlichkeit und Kompetenz sind die wichtigsten Bestandteile eines guten Kundenservices. Herablassendes Verhalten und Inkompetenz dagegen gelten bei Verbrauchern als die mit Abstand größten No-Gos.

Feste Ansprechpartner sind ein großes Plus

Die aktuelle Umfrage ergab auch, dass Kunden einen guten Service generell als etwas Selbstverständliches und nicht als besondere Leistung betrachten. Faktoren wie Schnelligkeit, Erreichbarkeit oder Kompetenz begeistern die Verbraucher nicht - sie verärgern aber bei Abwesenheit. Für Kundenbegeisterung sorgt ein Faktor: ein fester Ansprechpartner. Der Vorteil: Er kennt sie und ihre Belange. Freundlichkeit, Kompetenz, Beratung und Schnelligkeit vermisst je ein Viertel der Befragten: Sie beschreiben den aktuellen Kundendienst als unpersönlich, langsam und unflexibel. Besonders negativ schnitten in Sachen Kundenservice Telekommunikationsanbieter ab, am besten wurde der Einzelhandel beurteilt. In ihren eigenen Unternehmen zählen für die Befragten eine mangelnde Konstanz bei Ansprechpartnern, zu wenige Kommunikationskanäle und eine zu geringe Geschwindigkeit zu den größten Serviceschwachstellen.

Kunden mit Service begeistern

Unternehmen können heute dafür sorgen, dass sich ihre Kunden tatsächlich nicht mehr als Bittsteller und im besten Fall sogar als König fühlen. Moderne Technologie etwa kann jeden Servicemitarbeiter in die Lage versetzen, einen vollständigen Überblick über den Kunden, sein Problem und seine Servicehistorie zu gewinnen. Die entsprechenden Technologien sind weder teuer in der Anschaffung noch aufwändig in der Installation oder Bedienung, sie tragen aber schnell zu einem besseren Kundenservice in Unternehmen bei. Die Customer-Success-Plattform von Salesforce hilft Unternehmen zum Beispiel dabei, sich in einer neuen Art und Weise mit ihren Kunden zu vernetzen. Foto: djd/Salesforce/Getty

STUBBENFRÄSEN weser | aller
sönkeeggers
im ganzen Norden
Fachbetrieb für flächendeckende und punktuelle Wurzelentfernungen
Neddernheide 3 • 28857 Wachendorf
Telefon 0151 / 419 25 292
eMail: info@stubbenfraesen-weser-aller.de
Internet: www.stubbenfraesen-weser-aller.de

40. Heide Park Saison

Neue Themenwelt für Vorschulkinder, exklusive Extras für Thrillseeker und Ankündigung 2019

Das Heide Park Resort kündigt für 2018 die Eröffnung des „Peppa Pig Land“ für Vorschulkinder sowie einmalige, exklusive Extras für Thrillseeker an. 2019 feiert die Holzachterbahn Colossos ihr großes Comeback.

Soltau, Januar 2018 – Im August 2018 feiert Norddeutschlands größter Freizeitpark 40. Geburtstag. Anlässlich der bevorstehenden Jubiläumssaison gab Geschäftsführerin Sabrina de Carvalho im Rahmen einer Pressekonferenz einen Einblick in die Strategie und Planungen des Heide Park Resort sowie des britischen Mutterkonzerns Merlin Entertainments plc. 2018 eröffnet ein neues Themenland für Kinder im Vorschulalter und echte Adrenalin-Junkies profitieren von einzigartigen Thrill-Extras.

Saisonstart 2018: Neue Themenwelt für Vorschulkinder

Als Neuheit für 2018 kündigte Sabrina de Carvalho das erste und einzige „Peppa Pig Land“ in Deutschland an. Basierend auf der beliebten Animationsserie Peppa PigTM von Entertainment One (auf Deutsch Peppa Wutz) erweitert der neue Themenbereich das bestehende Familienangebot des Heide Parks und bietet Vorschulkindern die einzigartige Möglichkeit, in die wunderbare Welt von Peppa und ihren Freunden einzutauchen. „Wir möchten unseren kleinsten Gästen für ihren ersten Freizeitparkbesuch außergewöhnliche Abenteuer und unvergessliche Erlebnisse bieten. Daher freuen wir uns, dass eine starke Marke wie Peppa Pig, die bei Familien auf der ganzen Welt sehr bekannt und beliebt ist, ein Teil unseres Parks wird“, sagt de Carvalho. Insgesamt vier aufregende Attraktionen gehören zum neuen Peppa Pig Land: Familien erkunden Peppas Haus, reiten auf Schorschs Dinosaurier durch sechs spannende Szenen, reisen mit dem Zug von Opa Pig oder erleben eine aufregende Bootsfahrt mit Peppa und ihren Freunden. Beim Meet & Greet treffen die kleinen Gäste auf Peppa und ihren kleinen Bruder Schorsch. Zum Peppa Pig Land gehören außerdem ein passend gestalteter Souvenir-Shop mit einer großen Auswahl an exklusiven Erinnerungsstücken und eine Snackbar. Ab Saisonstart können Peppa-Freunde die ultimative Übernachtung in drei neuen und liebevoll gestalteten Themenzimmer im Heide Park Abenteuerhotel erleben. In den interaktiven Räumen gibt es für Fans aller Altersgruppen jede Menge zu entdecken.

Saison 2018: Exklusive Extras für Thrillseeker

2018 wird ein aufregendes Thrill-Jahr für alle Action-Fans. Erstmals gibt es einen Thrill Season Pass unter dem Motto „1x Tageseintritt zahlen – unbegrenzt wiederkommen“* (*ausgenommen sind die niedersächsischen Sommerferien und ausgewählte bundesweite Feiertage. Alle Infos und Bedingungen unter www.heide-park.de/thrill-season-pass). Für einmalig nur 46 Euro erleben Thrill-Fans Nervenkitzel pur in den sechs großen Achterbahnen des Heide Park, Horror-Attraktionen und Achterbahn-Fahrten im Dunkeln an den Halloween-Tagen sowie zwei ganz neue Thrill Events. An ausgewählten Wochenenden sorgen „Zombie Escape“ und eine Sommeredition der Horror-Attraktion „Grand Hotel Morton“ für den ultimativen Kick (Termine folgen). Der Thrill Season Pass kostet 46 Euro (entspricht dem Kassenpreis für ein 1-Tagesticket für Erwachsene) und ist unter www.heide-park.de erhältlich.

Comeback 2019: Holzachterbahn Colossos 2.0

Außerdem gab Sabrina de Carvalho die mit Spannung erwartete Entscheidung zur Zukunft von Europas höchster und schnellster Holzachterbahn Colossos bekannt: „Die Entscheidung ist gefallen und wir freuen uns sehr, dass Colossos zur Saison 2019 zurück kehren wird. Wir werden unsere ikonische Holzachterbahn in ein noch gigantischeres Abenteuer verwandeln und sind sehr glücklich, dass unser Mutterkonzern Merlin Entertainments plc die beachtliche Summe von 12 Millionen Euro dafür aufwendet.“ Die Kerto-Holzschiene, die Colossos zu einer echten Holzachterbahn macht, wird auf der kompletten Streckenlänge von 1,5 Kilometer erneuert. „Die Entscheidung, wieder Holzschienen zu verwenden, basiert auf unterschiedlichen Umfragen unter Fans und innerhalb der Zielgruppe“, so de Carvalho. Mit welchen zusätzlichen Highlights und Neuerungen Colossos seine Fahrt 2019 aufnehmen wird, bleibt zunächst noch ein Geheimnis.

Weitere Informationen, Preise und

Zaun gefällig?
Schmädeke
... baut Holz- und Metallzäune.
Zäune, Gitter, Wälle und Palisaden geben Grundstücken den richtigen Rahmen. – **Wir bauen Zäune nach Maß:** Schnell, günstig und grundsolide.
Schmädeke
Gartenbau / Zaunbau / Gartenpflege
Telefon 04257-267 / www.gartenbau-schmädeke.de

Dachdecker sind auch Klimaschützer

Attraktiver Ausbildungsberuf mit hohem technischen Anspruch

(djd). Wer beim Dachdeckerberuf ausschließlich an das Verlegen von Dachziegeln und -pfannen denkt, irrt gewaltig. Hinter dem Traditionsberuf verbirgt sich eine Vielzahl an Tätigkeiten, Dachdecker sind heutzutage gefragte Fachkräfte vom Keller bis zur Dachspitze. Vor allem, wenn es um Klimaschutz und erneuerbare Energien geht. Hausbesitzer, die etwa in Solarenergie investieren wollen, werden dabei von örtlichen Fachbetrieben begleitet.

Der Dachdeckerberuf gilt als anspruchsvoll, sicher und abwechslungsreich. Und mit rund 2.300 Ausbildungsplätzen bundesweit pro Jahr finden Schulabgänger attraktive Einstiegs- und Karrierechancen vor.

Im Einsatz für
weniger Energieverbrauch
nd bessere Luft

Was viele nicht wissen: Der Dachdecker als Klimaschützer und Experte fürs Energiesparen wird oft genug auch im unteren Teil des Gebäudes tätig. „Das gilt für Bereiche, wo das Bauwerk gegen Feuchtigkeit und Grundwasser abgedichtet werden muss. Die Arbeiten des Dachdeckers erstrecken sich dann vom Fundament über die Wand und Fassade bis hin zur Kirchturmspitze“, erklärt Claudia Büttner vom Zentralverband des Deutschen Dachdeckerhandwerks (ZVDH). Gerade die energetische Gebäudesanierung werde für Dachdecker immer wichtiger, und das bereits während der Ausbildung: zum Beispiel durch den Einbau von Photovoltaik- oder Solarthermie-Anlagen auf dem Dach oder durch das Anbringen von Wärmedämmung an der Fassade. „Auf Flachdächern legen Dachdecker Gärten und Teiche an und sorgen damit für wertvollen Lebensraum für Menschen und Tiere“, so Büttner weiter. Außerdem werden durch Gründächer die Schadstoffbelastungen in der Luft vermindert und das Wohnklima verbessert.

Ausbildung und Karriere
„ganz oben“ starten

Anspruchsvolle und vielfältige Aufgaben warten also auf angehende Dachdecker. Mit einer sehr guten Bezahlung bereits während der Lehrzeit, einem krisensicheren Job sowie Aufstiegs- und Weiterbildungsmöglichkeiten ist der Beruf bei Schulabgängern beliebt. Junge Leute, die ein Praktikum oder eine Ausbildung „ganz oben“ anstreben, können sich unter www.dachdeckerdeinberuf.de ein eigenes Bild machen. Über eine Postleitzahlsuche kann man hier örtliche Innungsbetriebe finden und direkt Kontakt aufnehmen. Das Reinschnuppern in den traditionsreichen und zugleich modernen Beruf ist in jedem Fall ein Erlebnis. Denn die Entwicklung bleibt nicht stehen: Technische Neuerungen wie der Einsatz von Drohnen oder die digitale Modellierung von Gebäudedaten halten zunehmend Einzug. Auch in puncto Sicherheit wird viel getan. Die Arbeitsschutzprogramme und Präventionsmaßnahmen im Dachdeckerhandwerk gelten als vorbildlich.

Foto 1: djd/dachdeckerdeinberuf.de/ZVDH
Foto 2: djd/dachdeckerdeinberuf.de/ZinCo
Foto 3: djd/dachdeckerdeinberuf.de/Nelskamp/Schoening Fotodesign

Frühlingsfitness für den Gartenteich

Reiner Sauerstoff fördert das Wohlbefinden von Pflanzen und Tiere

(djd). Wenn der Frühling zurückkehrt, ist auch die Zeit für eine gründliche Pflege des Gartenteichs gekommen. Nur mit einer solchen Frühjahrskur sorgt das feuchte Idyll dann auch die gesamte Freiluftsaison hindurch für ungetrübtes Vergnügen im Grünen.

Auf die Wasserqualität achten

Laubreste, abgestorbene Pflanzenteile und anderes Treibgut können bereits Ende März oder Anfang April mit einem Kescher aus dem Wasser entfernt werden. Die Verunreinigungen produzieren im Laufe der Zeit Fäulnisgase und verschlechtern damit die Wasserqualität nachhaltig. Ein zeitig durchgeführter Wassertest gibt schnell Auskunft darüber, ob Sauerstoffgehalt und ph-Wert passen oder zu viele Schadstoffe wie Nitrat im feuchten Element angereichert sind. Experten empfehlen einen ph-Wert von 8,3 als ideal für einen Gartenteich. Ist das Wasser stark verunreinigt, ist ein Teilwasserwechsel von 25 bis 30 Prozent des Gesamtvolumens ratsam. Wer die Wasserqualität seines Biotops verbessern und dauerhaft in Balance halten will, kann auch zu technischen

Hilfsmitteln wie sogenannten
Oxydatoren greifen.

Die Modelle von Dr. Söchtingbeispielsweise gibt es in unterschiedlichen Größen für Teiche mit bis zu 25.000 Litern Wasser. Die nützlichen Helfer sehen aus wie kleine Eimer, die mit einer speziellen Wasserstoffperoxidlösung befüllt sind und die ganz ohne Stromzufuhr arbeiten. Ein Katalysator befördert diese chemische Verbindung nach außen, wobei sie sich an der Spezialkeramik des Geräts in reinen, aktivierten Sauerstoff und in Wasser aufspaltet.

Uferpflanzen zurückschneiden

Diese Art des Sauerstoffs verteilt sich im Wasser viel schneller als seine sonst übliche, gelöste Variante und erreicht damit auch tiefe Bodenschichten und strömungsfreie Nischen und Winkel des Beckens. Zudem entzieht der so freigesetzte Sauerstoff auch den Algen essentielle Nährstoffe und schafft ein Milieu, in dem die grünen Plagegeister nur schlecht gedeihen können. Üppiges Wachstum ist aber bei der Uferbepflanzung des Gartenteichs erwünscht. Sind Wasserlilien, Seegras und Co. im vergangenen Jahr sehr stark gewachsen, lohnt sich deren Rückschnitt oder Teilung im Frühjahr, um auch jungen, schwächeren Trieben zu mehr Kraft zu verhelfen. Geteilte oder neue Teichpflanzen können in Teichkörben wieder eingesetzt und ins Wasser gebracht werden. Im Frühling gibt es auch viele Börsen für Pflanzen, bei denen Teichbesitzer mit Gleichgesinnten ihre grünen Zöglinge tauschen können. Unter www.oxydator.de gibt es noch mehr Tipps für den Frühjahrsputz im Gartenteich.

Fotos: djd/Söchting Biotechnik

Allersymphonie in Verden

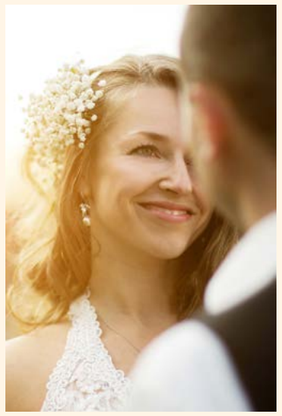
Klassisches Freilichtkonzert am Fluss

28. Juli 2018 - Verden

Mit der „Allersymphonie“ hat der Verein Verdener Domfestspiele e.V. vor drei Jahren neben seinem Freilufttheater ein zweites, großes Kulturereignis für die Verdener Region aus der Taufe gehoben: Ein Freilichtkonzert mit klassischer Musik am Fluss Aller, das bei seiner Premiere auf riesige Begeisterung stieß. „Deshalb soll die ‚Allersymphonie‘ ebenfalls im dreijährigen Rhythmus stattfinden“, so Vereinsvorsitzende Gabriele Müller, die bereits seit Monaten an der Neuauflage bastelt. Rechtzeitig zum Weihnachtsfest wird nun am Freitag, 1. Dezember 2017 der Verkauf der Eintrittskarten starten. In einem ganz besonderen abendlichen Freiluftkonzert im Verdener Allerpark (Reeperbahn) mit grandiosem Wasserorgelspiel der Interessengemeinschaft Wasserorgel im Kreisfeuerwehrverband Verden e.V. können im nächsten Sommer rund 1500 Konzertbesucher am Samstag, 28. Juli 2018, 20.00 Uhr (Einlass ab 18.30 Uhr) das Junge Philharmonische Orchester Niedersachsen (www.jpon.de) sowie hervorragende Gesangssolisten wie Opernsängerin Christiane Artisi und junge Nachwuchssänger erleben. Das Programm soll wieder aus einem Potpourri von berührenden, klassischen Melodien bestehen - ausgewählt unter anderem aus Werken von Komponisten wie Brahms und Bizet über Grieg und Liszt bis hin zu Schubert und Shostakovich. Platz nimmt man im Allerpark wie bei ähnlichen Kulturveranstaltungen, zum Beispiel den Bremer Events „Musik und Licht am Holler See“ oder „Sommer in Lesmona“, auf selbst mitzubringenden Sitzgelegenheiten wie Decken und Stühlen. Orchester und Solisten konzertieren auf einer großen Bühne, während die Wasserorgel der Kreisfeuerwehr jenseits der Aller auf den gegenüberliegenden Wiesen stationiert werden wird. Fachleute sorgen für stimmungsvolle Beleuchtung und professionelle Akustik auf dem gesamten Gelände - für kulinarische Betreuung sind die gastronomischen Betriebe „Portofino“ und „Lugenstein“ zuständig. Parkplätze gibt es in der näheren Umgebung des Veranstaltungsortes. Sanitäre Anlagen sind vorhanden. Karten für die „Allersymphonie“ gibt es ab Freitag, 1. Dezember 2017, unter der Hotline 0421-363636, bei allen an Nordwest Ticket angeschlossenen Verkaufsstellen und unter www.nordwest-ticket.de. Weitere Informationen finden sich unter www.domfestspiele-verden.de.

Die schönsten Hochzeitstrends 2018

Es wird grün, individuell und natürlich - aber auch der Glamour kehrt zurück



(djd). Planung ist die halbe Hochzeit. Wer 2018 „Ja“ sagen will, ist jetzt wahrscheinlich schon mitten drin im Vorbereitungsfieber.
Dabei gibt es viel zu entscheiden - von der Gästeliste über die Location und Deko bis zu Brautkleid, Frisur und Make-up. Aber was ist dieses Jahr in puncto Hochzeit angesagt? Hier einige der schönsten Trends und Ideen zur Inspiration.

Kleine Gästeliste,
große Liebe zum Detail

Grundlage für jede Planung ist die Zahl der Gäste. Hier geht der Trend eher zur „Microwedding“ - also der kleinen Hochzeit. Statt massenhaft entfernter Verwandtschaft werden nur die Menschen eingeladen, die wirklich zählen. Das ist nicht nur günstiger, sondern erlaubt auch mehr Spielraum für eine ganz individuelle Feier mit viel Liebe zum Detail. Dazu passt auch, dass lange Tische, an denen alle Platz finden, die runden Einzeltische ablösen. Bei den Locations steht das Thema Wald und Natur ganz weit oben, Grün ist dank dem aktuellen Greenery-Trend weiterhin die Dekofarbe Nummer eins, Olivenzweige, Lavendel und Rosmarin schmücken die Feier.

Beliebt bleiben auch Pastellfarben wie Pfirsich, Blushrosa und Babyblau, oft kombiniert mit neutralen Tönen wie Beige.
Passend zu grünen Locations und zarten Farben strahlen auch die Bräute in natürlicher Schönheit.

Der Boho-Chic mit Vintagekleidern und Blumenkranz ist weiter in, außerdem Tüllröcke, Spitze, Ethno- und Lagenlook. Bei den Frisuren dominiert der lässige „undone“-Style mit offenen Wellen oder lockeren Steckfrisuren.

Auch in der Kosmetik setzen sich neue Trends durch - besonders im Vorfeld des großen Tages: Da natürliche Looks ohne viel Make-up in sind , muss die Haut von alleine strahlen. Bewährt haben sich hierfür zum Beispiel „Elasten Trinkampullen“ (rezeptfrei, Apotheke) mit bioaktiven Kollagen-Peptiden, die Studien zufolge schon nach vier Wochen die Hautfeuchtigkeit erhöhen und Fältchen reduzieren.
Die Beautykur von innen sorgt so für einen langanhaltenden, strahlenden Glow - mehr dazu auch unter www.elasten.de.

Neuer Glamourtrend

Neben aller Liebe zur Natur zeichnet sich aber auch eine neue Lust auf Glamour ab. So mischen sich edle Accessoires wie goldene Kerzenhalter, Bestecke und glitzerndes Kristall ins Grün. Auch sehr elegante, formelle Feiern wird es wieder zunehmend geben. Allerdings kann hier der „steife“ Rahmen spielerisch durch knallbunte Blumensträuße oder eine üppig-süße Candy-Bar durchbrochen werden.

Foto 1:Foto: djd/Elasten-Forschung/teksomolika-Fotolia
Foto 2: djd/Elasten-Forschung/IVASHstudio - stock.adobe.com
Foto 3: djd/Elasten-Forschung/jh-photo.de-Fotolia

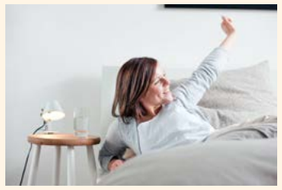
Mehr Zeit für sich selbst

5 Tipps, um Feiertage und freie Stunden intensiv zu nutzen

(djd). Da liegen die Feiertage wie Himmelfahrt und Pfingsten oder einfach ein freies Wochenende vor einem, man könnte so viel Schönes machen - und dann rauscht die Zeit einfach so vorbei. Steuererklärung statt Sofa, Wäsche machen statt Wellness. Schade, denn in unserem hektischen Alltag ist es so wichtig, freie Stunden als Quelle für neue Energie zu nutzen. So machen Sie mehr aus Feiertagen und Co.:

- Weniger ist mehr: Gerade weil freie Zeit so knapp ist, neigen wir dazu, möglichst viel in Wochenenden und Feiertage hineinzustopfen. Die Folge: Stress statt Entspannung. Also lieber nur eine Verabredung oder Unternehmung planen - und die dann in vollen Zügen genießen.

- Highlights setzen: Je älter wir werden, desto schneller vergeht die Zeit. Woran das liegt? „Vor allem daran, dass wir in so vielen Routinen feststecken“, erklärt Dr. med. Tanja Katrin Hantke, Gesundheitsexpertin von der Schwenninger Krankenkasse. Wer weiß schon heute noch, was er vorgestern Abend gegessen hat? Gab es aber selbstgemachtes Sushi mit Freunden, bleibt das im Gedächtnis. Besonderes geht nicht im Alltagstrott unter und schenkt Lebensqualität.



- Bewusst entschleunigen: Einfach mal in den Tag hineinleben und faul sein - im Prinzip eine gute Idee. Wenn der freie Tag dann aber mit dem Tablet auf dem Sofa vergeht, ist der Erholungswert nahe Null. Besser: mit allen Sinnen entspannen. Zum Beispiel bei einem Waldspaziergang - ohne Handy fürs schnelle Selfie. Blätterrauschen und Tannenduft wahrnehmen, Rinde spüren, sehen, wie die Sonne durch die Blätter fällt. Wie positiv sich das auf Körper und Seele auswirkt, zeigen Untersuchungen aus Japan. „Waldbäder“ gehören dort zur Therapie für dauergestresste Menschen.

- Neues ausprobieren: Nichts durchbricht Routine so gut wie ein allererstes Mal. Kinder erinnern sich an die erste Fahrradfahrt ohne Stützräder, den ersten Schneemann, die ersten Ferien am Meer. Und: Für neue Erfahrungen ist es nie zu spät. Ein Tango-Workshop, eine Museumsnacht, ein veganer Kochkurs: Schauen Sie im Veranstaltungskalender Ihrer Stadt nach, was es in Ihrer Freizeit Spannendes zu entdecken gibt. Tipp: Wie Sie mehr aus freien Tagen herausholen, erklärt auch das neue Internetportal Mach-es.de. Dort gibt es Ideen für jeden Freizeittyp.

- Gemeinsamkeit genießen: „Wir müssen uns unbedingt mal wieder treffen“ - setzen Sie diesen oft gesagten Wunsch in die Tat um. Gemeinsame Stunden mit lieben Menschen sind kostbar. Nehmen Sie sich regelmäßig Zeit dafür, nicht nur an Feiertagen.

Foto1: djd/Die Schwenninger/istockphoto-principigalli
Foto2: djd/Die Schwenninger/istockphoto-Nils Hendrick Müller

21 Jahre Kapelle Petra

18.04.2018 Lagerhaus Bremen

21 Jahre. Ein wirklich schönes Alter. Plötzlich ist man voll straffähig, darf in den USA Alkohol trinken oder in Bayern Bürgermeister werden. Toll. Kapelle Petra feiert nun auch 21-Jähriges. Nicht schlecht für eine Rockband, noch dazu in der stetig selben Besetzung, bestehend aus Opa, Ficken Schmidt, dem Täglichen Siepe und der Bühnenskulptur Gazelle. Sie haben aber auch so einiges zusammen geleistet: fünf Studioalben, unzählige Konzerte (wenn man doch zählen will, irgendwas über 500), weit über drei Millionen Klicks auf ihrem YouTube- Clip zum Song „Geburtstag“, Auftritte in TV-Shows wie Circus Halligalli, Ponyhof und neoParadise, aber nun genug der Angeberei.
Da ein 21-jähriges Jubiläum natürlich angemessen zelebriert werden will, tut Kapelle Petra eben das, was sie am besten kann: live spielen.
Dabei wird den ZuschauerInnen keine ganz normale Show geboten, das wäre ja auch langweilig. Vielmehr sollen die sechs Konzerte das gesamte Oeuvre der Band aus Hamm umfassen und jede Show soll dabei einzigartig sein. Kapelle Petra will sich nicht an strikte Regularien wie feste Setlisten halten, sondern jedem Abend mittels Auslosung der Songs und weiteren Kuriositäten seinen ganz eigenen Anstrich verpassen.

März 2018

Freitag 09

19:15 Uhr
Kleines Kammerkonzert der Kammerphilarmonie Bremen
KulturBühne Bassum

Sa. - So. 10.+11.03

Sportfest TVE Nordwohlde
Sporthalle Nordwohlde, Rolandstraße

Samstag 10

20:00 Uhr
Jens Heinrich Claassen
Gleis 1, Syke

Sonntag 11

13:00 - 18:00 Uhr
Syker Frühlingsfest
Mühlendamm & Hauptstraße Syke

Mo. - Fr. 12.-16.03

Ausstellung „...um die Stimmen der Frauen“ – Das Frauenbild der Parteien im Spiegel ihrer Wahlplakate
Berufsbildungszentrum Dr. Jürgen Ulderup
Bogenstraße 3, Sulingen

Sonntag 17

20:00 Uhr
BUDDY in concert, die Rock ’n’ Roll-Show
Syker Theater

Donnerstag 21

20:00 Uhr
Meine Sonne ist Schwarz - Eine Amy Winehouse - Hommage
Die Kastiane, Hollen 30, 27327 Martfeld

Samstag 24

21:30 Uhr
Remmi Demmi Party
Gasthaus Parrmann Eystrup

Sonntag 25

16:00 Uhr
Bremer Kaffeehausorchester
Schloss Erbhof, Thedinghausen

Samstag 31

16:00 Uhr
Street Fodd Festival
Parkplatz Modehaus Maas, Bassum

Oster-Kult-Feten
Bensemann‘s Affinghausen

So. - Mo. 01.+02.04

Osterfahrten der Museumseisenbahn
Bruchhausen-Vilsen
Karten nur im VVK bei Nordwest-Ticket

Kiek mol - wo se un he kickt

VON WILHELM KAPPELMANN aus Bassum

De geschiedene Mudder seggt to ehr’n Söhn Fritz: „Du weest doch wo dien Vadder wohnt? Goh mol röver un segg em, de Moond is üm un de 50 Mark sünd wedder fällig - un denn kickst du mol, wo he kickt“.
Fritz rönnt röver to’n Vadder un seggt: „Mudder schickt mi, de Moond is üm un de 50 Mark sünd wedder fällig un ik schall kieken, wo du kickst“.
Dorophen seggt de Vadder: „Dat stimmt, de Moond is wedder üm un hier hest du de 50 Mark. Da du over gistern 18 Johr oolt worrn büst, gifft dat af nu nix mehr. Segg dat dien Mudder - un denn kickst du mol, wo se kickt.“
Fritz suust röver to’r Mudder un seggt: „Vadder hett seggt, ik bün gistern 18 Johr oolt worrn un dat gifft nu keen Geld mehr - ik schall mol kieken, wo du kickst.“
Do sä de Mudder: „Dat stimmt. Dat gifft nu nix mehr. Suus forts röver un segg Vadder, he här 18 Johr umsüs betohlt. Segg em dat - un denn kickst du mol, wo he kickt.“
Dorophen seggt de Vadder: „Dat stimmt, ik bün nich dien Vadder! Dien richtige Vadder is de Tapseerer vun nevenan, de wohnt en Trepp höger. De weer over al verheirad un wenn sien Fro wüßt harr, dat he mit dien Mudder di hatt harr, so weer dat to ‘ne Scheidung komen. Dormit dat nich rutkeem, heff ik 18 Johr dien Vadder speelt. De Tapseerer geev mi för di jeden Moond 100 Mark – dien Mudder geev ik over blots 50 Mark. Jetzt suus mol röver to dien Mudder un segg ehr dat - un denn kickst du mol, wo se kickt!!“

bremen vier COMEDY CLUB ON TOUR

Veranstalter: Sommer Marketing GmbH · 27305 Bruchhausen-Vilsen

Fr. 06.07.2018
20.00 Uhr
Einlass 18.00 Uhr
Leckere Speisen und Getränke auf der Comedy Karte!

Bahnhofshalle
Am Gaswerk • Bruchhausen-Vilsen

Jonas Greiner

Maxi Gstettenbauer

David Werker

Karten im Restaurant Dillertal,
in der Touristinformation Bruchhausen-Vilsen,
www.dastickethaus.de und www.nordwest-ticket.de
sowie unter 0 42 52 - 93 80 20

Geschenktipp zu Ostern!

DAS Magazin online lesen:

Bis nächsten Monat! DAS Magazin

bremen vier

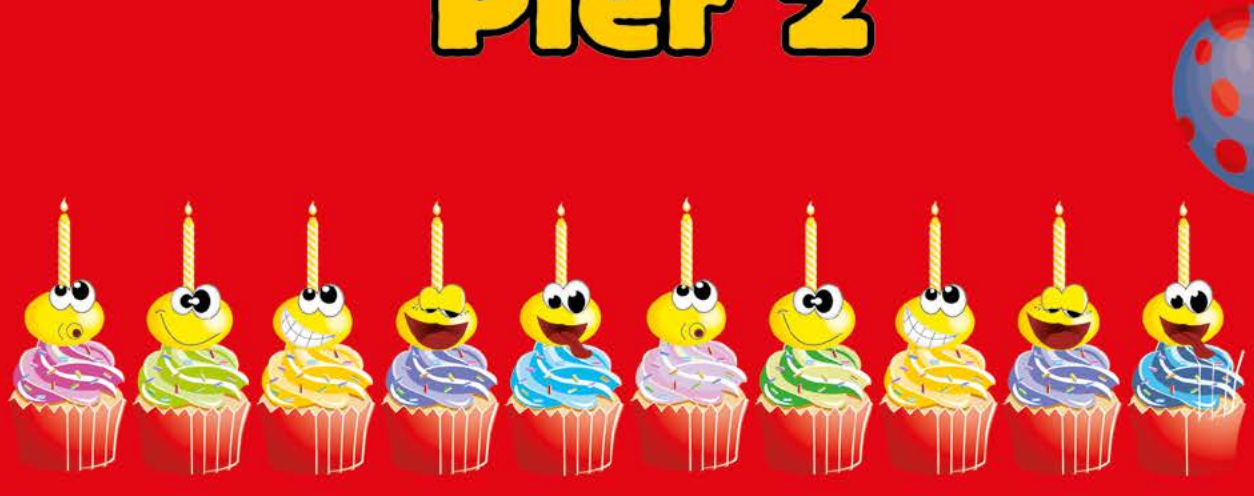
COMEDY CLUB

10 JAHRE

Die Jubiläumsshow

Sa. 28. April 2018

Pier 2



Tickets an allen bekannten Vorverkaufsstellen und unter:

www.comedy-nord.de