

Mit kostenlosem Gewinnspiel (Seite 14)

Moin moin!

Alljährlich wird uns von allen Leuten eine besinnliche Weihnachtszeit gewünscht. Aber irgendwie kommt es uns vor, dass gerade in den Tagen vor Weihnachten die Hektik rapide ansteigt. Da braucht unser Körper geradezu die freien Tage, um sich wieder davon erholen zu können. Und wo ist der Sinn des Weihnachtsfest geblieben? Auch Ihnen ist sicher aufgefallen, im Vergleich zu den letzten Jahren wird die Weihnachtsbeleuchtung immer mehr. Ob es schön ist oder einfach nur kitschig und übertrieben, es bringt doch etwas Licht in diese trübe und dunkle Jahreszeit. Wir hoffen, dass Sie Ihr Weihnachtsfest im Kreise Ihrer Familie harmonisch verbracht und den Jahreswechsel gebührend empfangen haben und wünschen Ihnen für das gerade angebrochene Jahr 2003 alles erdenklich Gute.

Ihr Uplengen Blattje-Team

Proost Neijohr ut Groot-Sanner

Alte Tradition lebt durch Modernisierung fort / Nachwuchsprobleme

dbu Großsander. Es ist ein schöner alter Brauch, das abgelaufene Jahr mit Getöse zu verabschieden, um böse Geister zu vertreiben. Also werden alljährlich zu Silvester Millionen von Mark, Tschuldigung: Euro, ausgegeben, um diese in Form von Böllern, Raketen und anderen Krachmachern in die Luft zu jagen. Eine andere Tradition bei uns ist das „Karbidschießen“. Mithilfe von Kalziumkarbid, chemisch betrachtet, einer Verbindung aus Kohlenstoff und einem Metall oder Bor bzw. Silicium, das mit Wasser zum hoch explosiven Gas Acetylen reagiert, wurde der Deckel einer ausgedienten 50 l-Milchkanne einige Hundert Meter weggeschleudert. In Großsander fing man wieder im Jahr 1972 mit diesem Brauch an, der sich jetzt zum 30sten Male jährte. Seit zehn Jahren aber musste sich das „Jungvolk“ nach einer Alternative umschauen, da die Milchkannen rar wurden, hielten sie diese Strapazen nicht allzu



Das seit vielen Jahren bekannte Organisationsteam Günther Bohlen, Johann Wünsche, Wolfgang ter Vehn und Detlev de Buhr (v.l.n.r.)
Foto: de Buhr

lange aus. Also machten sich Fachleute ran und schweißten sich eine Kanone mit Füllstutzen für die Knallgasmischung Propangas und Sauerstoff, die mittels einer Gaslunte sicher entzündet werden konnte. Das Thema Sicherheit wird seit Jahren groß geschrieben, denn

noch nie ist auch nur das Geringste passiert. Die Zuschauer sind ca. 50 Meter vom Geschehen durch eine Absperrung getrennt. Hoffen wir, dass sich diese Tradition auch noch auf die junge Generation überträgt. Diese scheinen lieber am Computer herum zu ballern...

Wir sind Ihr Ansprechpartner rund um Ihr neues Dach. Egal ob...

- Dachstuhl
- Dacheindeckung
- Dachsanierung (An-/Umbauten)
- Innenausbau



Schulte Röchel Dachbau GbR

Hauptstraße 613 □ 26683 Strücklingen
Tel. (0 44 98) 91 94 80 □ Fax (0 44 98) 91 94 81
www.schulte-ruechel.de



Fahrschule & Ferienfahrschule Wilken

Führerschein für alle Klassen kann man gut bei Wilken machen

5 x im Norden

Ausbildung in allen Klassen!

Mofa Ausbildung • Motorrad Fahrausbildung
PKW Fahrausbildung
LKW Fahrausbildung **mit eigenem LKW**
Bus Fahrausbildung
Traktor Fahrausbildung
Nachschulungen
Praxis-Auffrischung
Punkte-Abbauseminar

*Sie werden ausgebildet von:
Waltraud, Ulli, Helmut, Dennis
und Helmut R.*

Schulungsräume befinden sich in:	Telefon	Funktelefon
Remels (hinter ARAL)	04956-2651	0172-4243522
Detern (Auto Gruben)	04956-1374	0172-4246307
Holtland (Alte Molkerei)		0172-4210416
Augustfehn (Hauptstraße)		0175-2083025
Filsum (bei Bäckerei Bruns)		

ISH geht an den Start

dbu Hollen. Schon desöfteren gab es Anläufe, einen Gewerbeverein für die Region Hollen und Umgebung entstehen zu lassen. Leider war es bisher nicht dazu gekommen.

Im November des vergangenen Jahres wurde es endlich ernst: An der konstituierenden Sitzung nahmen fast 30 Selbstständige aus Hollen und Umgebung teil, die größtenteils prompt ihre Beitrittserklärung unterschrieben. Nach dem Motto: „Gemeinsam gehts besser“ wurde die „Interessengemeinschaft der Selbstständigen in Hollen“, kurz ISH ins Leben gerufen. Alle waren sich außerdem einig, sich möglichst

schnell der Bevölkerung durch eine Aktion vorzustellen und so wurde kurzerhand eine Nikolausaktion ins Leben gerufen.

Am Nikolaustag sollte gegen 18 Uhr der Nikolaus bei der Kirche vorfahren und zum Glockenklang die braven Kinder belohnen. Auch die Erwachsenen sollten nicht zu kurz kommen: Es wurde ein richtiger kleiner Weihnachtsmarkt mit Glühwein-, Bratwurst- und Waffelstand. Außerdem gab es eine Verlosung und einen weihnachtlichen Basar im Gemeindehaus der Kirche. Nach der Verlosung gab es noch ein Weihnachtsständchen vom Posaunenchor.



Nicht nur für die Kleinen war die Freude groß. Die Erwachsenen waren größtenteils sehr von den niedrigen Preisen fürs leibliche Wohl angetan. Foto: de Buhr

VERANSTALTUNGSHINWEISE

der kommenden Wochen und Monate in Uplengen

Samstag, 25. Januar 2003

20:00 Uhr Gasthof „Zur Post“ Hollen
Rot-Weiße Nacht FTC Hollen
 Zum alljährlichen Winterfest des FTC Hollen lädt der Vorstand seine Mitglieder, Freunde und Einwohner Hollens und Umgebung recht herzlich ein.
 Veranstalter: FTC Hollen

Samstag, 29. März 2003

08:30 Uhr Mühle Remels
Müll-Sammelaktion
 In und um Remels herum sammeln viele fleißige Hände das ein, was verantwortungslose Zeitgenossen entsorgt haben. Jeder ist willkommen mitzumachen. Infos bei Folkert Fecht, Telefon 04956/2698 oder Harm Schlachter, Telefon 04956/755
 Veranstalter: Fremdenverkehrsverein und Freiwillige Feuerwehr Remels

Sonntag, 27. April 2003

13:00 Uhr Remels
Frühlingsfest Remels
 Im Zentrum Remels drehen sich wieder die Karussells, die Flohmarkthändler warten auf Kundschaft, *Bratwurstduft zieht durch die Straßen und viele Geschäfte haben geöffnet.*
 Veranstalter: Gemeinschaft der Selbständigen Uplengen (GSU)

Haben auch Sie Veranstaltungstipps für die nächste Ausgabe im März 2003? Dann nichts wie her damit! Per E-Mail an: blattje@ewetel.net oder per Post an: DRUCKdesign, Am Bargacker 16, 26670 Uplengen-Hollen oder per Fax an: (0 44 89) 92 80 25.

AUTO GNIESER

EG-, Neu-, Halb- und Jahreswagen

Seat Alhambra TDI, EG-Neufahrz., v. Extras nur **24 900,-**
 10x Opel Corsa C, Comfort, EZ 2001 bis 2002, z. T. SSD, Klima, 3-/5-trg. ab **7 990,-**

Mercedes Benz:
Vaneo, Vito, Sprinter
 Neufahrzeuge mit Tageszulassung, 11/2002
bis zu 30% Ersparnis zu Dt. UPE

Ford Mondeo Kombi Trend, EZ 2002, Klima, metallic, Winterpaket nur **17 990,-**

2x A3, 3-/5-trg., EZ 2000-2002, Benz./TDI ab **14 990,-**

PT-Cruiser Benz./TDI, EG-Neuf., ab **18 900,-**

Opel Zafira, 1.6/1.8 Eleg. 2.0 DTi, Neu-/Jahrg. ab **16 950,-**

15x Fabia Lim./Kombi, Benz./D., EG-Neuf./Jahreswg. . . ab **9 990,-**

Clio 1.2 16V, 5-trg., met., Klima, Radio, CD, v. Extr. . . . nur **10 990,-**

Volvo V40 1.8, EG-Neuf. Klima, Teilleider, Radio, Audio, viele Extras ab **17 990,-**

5x Volvo V70 D5, Diesel, 120 kW, viele Extras, Klimatr., met. EZ 2002 ab **24 990,-**

Passat Variant TDI, EG-Neufahrz., v. Extras ab **19 990,-**

Octavia Kombi, EG-Neufahrz., Benz./TDI ab **15 990,-**

VW, Seat, Skoda
EG-Neufahrzeuge
besonders günstig!

Seat Leon, EG-Neuf., 77 kW, Klima, met. u. v. m. ab **14 990,-**

Lupo Open Air „Cambridge“, Alu, Faltdach, E-Paket, Sports., Lederlenkrad nur **11 900,-**

10x Seat Arosa 1.0/1.4, EG-Neuf., Benz./TDI, v. Extr. ab **8 590,-**

25x Mégane Scénic verschiedene Modelle, EG-Neufahrz./JW, 1.4/1.6/2.0/1.9 DCI **ab 12 900,-**

Volvo (V40-, V70-, S60-Jubiläumsmodelle), VW, Seat, Skoda, Hyundai (z. B. Terracon, Matrix, Getz und Santa Fe)
EU-Neufahrzeuge zu besonders günstigen Preisen!

Service · Finanzierung · Garantie · Wunschbestellung möglich!
Stahlwerkstraße 116 · 26689 Augustfehn
Telefon 0 44 89 / 67 01 11 · www.auto-gnieser.de

Ca. 100 Fahrzeuge am Lager!

MARIEN APOTHEKE
IBBEKEN
... aktiv für Ihre Gesundheit!
 Apothekerin G. Ibbeken

UNSERE AKTIONEN FÜR SIE:

3. bis 14. Februar:
MESSUNG
FREIER
RADIKALE



3. bis 8. März:
GROSSE
HERZ-
AKTION

Lassen Sie sich von uns beraten, sichern Sie sich einen Termin!

Poststraße 11 - 26689 Augustfehn - Tel. (0 44 89) 12 91 - Fax 39 00

DAS FACHGESCHÄFT

LEISTUNGSSTARK - PREISWERT - GROSSAUSWAHL



- Geschenkartikel
- Porzellan / Glas
- Elektrogeräte
- Kamine / Öfen
- Werkzeuge
- Eisenwaren
- Beschläge
- Gartentechnik
- Motorgeräte
- Industriebedarf
- Fachwerkstatt
- Sportgeräte

(H) CARL HINRICHS
 EISENWAREN - WERKZEUGE - HAUSRAT

Südgeorgsfehner Str. 5 - 26689 Augustfehn - Tel. 04489-13 26 - Fax 33 66

Kamine + Kachelöfen

HARK Die Nr. 1



Aktionsmodelle zu absoluten Tiefstpreisen!

Kamin- und Kachelofenstudio
Ferdinand

Direkt an der A 28
Abfahrt Apen/Remels
Am Industriepark 4 - 26670 Uplengen
Tel. 04956-912191 - Fax 912193

www.kaminbau-ferdinand.de
Öffnungszeiten: Mo-Fr 9-18 Uhr
Sa 9-13 Uhr und nach Vereinbarung

2. Februar 2003: Bürgermeisterwahl in Uplengen

hhs Uplengen. Ein historisches Datum! Wählen wir Uplengener doch an diesem Tag zum ersten Mal in der Geschichte der Gemeinde einen **hauptamtlichen** Bürgermeister.

1973 wurde die Einheitsgemeinde Uplengen aus 18 damals selbstständigen Gemeinden gebildet. Vom Gemeinderat wurden von da dann der ehrenamtliche Bürgermeister und der Gemeindedirektor gewählt.

Der ehrenamtliche Bürgermeister war Repräsentant der Gemeinde. Dieses Amt wurde seitdem von Reinhard Ackermann aus Großoldendorf ausgeübt.

Dem Gemeindedirektor, seit 23 Jahren Hartwig Aden, oblag die Leitung der Gemeindeverwaltung u. a. mit den Aufgaben: Organisation einer bürgernahen Verwaltung, Erarbeitung und Kontrolle des jährlichen Finanzhaushaltes der Gemeinde, Zusammenarbeit mit den gewählten Gremien der Gemeinde und staatlichen Institutionen, wie dem Landkreis Leer,



Wer wird hauptamtlich hier ins Rathaus Remels einziehen?

der Bezirksregierung Weser-Ems.

Bis zum 17.05.2003 bleibt diese dann fast drei Jahrzehnte dauernde „Zweigleisigkeit“ bestehen. Ab 18.05.2003 wird der von den Bürgern und Bürgerinnen Uplengens am 02.02.2003 direkt gewählte hauptamtliche Bürgermeister die Repräsentation und Leitung der Gemeinde übernehmen.

Für die Wahl zum hauptamtlichen Bürgermeister kandidieren:



Heinz Kiesow, SPD



Hartwig Aden, CDU

**Nächste Ausgabe:
Ende März 2003**

**Redaktions- und Anzeigenschluss:
7. März 2003**

IMPRESSUM

Herausgeber:
DRUCKdesign Printmediengestaltung
Am Bargacker 16, 26670 Uplengen-Hollen
Tel. (0 44 89) 92 80 26, Fax 92 80 25

in Zusammenarbeit mit den Institutionen, Vereinen, Kirchen und Gruppen

Redaktion:
Ulrich de Buhr (dbu)
Am Bargacker 16, 26670 Uplengen-Hollen
Tel. (0 44 89) 92 80 26, Fax 92 80 25
Hans-Henning Stephans (hhs)
Ostertorstr. 60, 26670 Uplengen-Remels
Tel. + Fax (0 49 56) 41 81

E-Mail: blattje@ewetel.net

Anzeigenverwaltung:
DRUCKdesign Printmediengestaltung

Druck:
Druckerei Joh. Meeuw & Sohn, Remels

Erscheinungsweise: zweimonatlich

Vertrieb: Deutsche Post AG

Auflage: 5500 Exemplare

Namentlich gekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Fotos wird keine Haftung übernommen.

Redaktions- und Anzeigenschluss
für die nächste Ausgabe: 7. März 2003

Gerdes BACKPARADIES
weil's schmecken soll!

NEU: Laufend frische Backwaren aus unserem neuen Laden-Steinbackofen!

Unsere Monats-Knüller:

JANUAR	Graubrot 1000 g	1.75
FEBRUAR	Butterkuchen gefüllt Fam.-Stück	1.99

Alter Postweg 70 □ 26670 Remels
Tel. (0 49 56) 15 89

Neuanfertigung und Aufarbeitung sämtlicher Polstermöbel

Rufen Sie uns an, wir machen Ihnen ein unverbindliches Angebot.

Raumausstatter
bruns
Remels □ Ostertorstraße 37
Telefon (0 49 56) 6 77

SIEMENS Dual-Band-Handy MT 50

- WAP
- GPRS
- EMS
- Java-Technologie
- Vibrationsalarm
- blaue Display-Beleuchtung
- Standby bis zu 260 Std.
- Sprechzeit bis zu 5. Std.
- Gewicht ca. 96 g



0.-*
inkl. DVD-Player + debitel Startgeschenk

* Preis und Leistung gelten nur bei gleichzeitigem Abschluss eines kostenpflichtigen debitel Kartenvorgabes für das T-D1-Netz.

EP:Rademacher

ElectronicPartner
HiFi, Video, TV, Elektro Groß- und Kleingeräte
Mobilfunk, ISDN-Telefonanlagen, PC's, Software
Hajo Rademacher
Alter Postweg 64
26670 Uplengen-Remels
Telefon: (0 49 56) 10 27
Telefax: (0 49 56) 30 27

...über uns der blaue Himmel!



Gruppenbild ohne Dame. Der Shanty-Chor Nordgeorgsfehn ist seit 1994 nicht mehr wegzudenken von den Veranstaltungen in und um Uplengen.

dbu Nordgeorgsfehn. Die Idee, eine Gesangsgruppe zu gründen, hatten im Frühjahr 1994 neun sangesfreudige Männer aus Nordgeorgsfehn. Aus der kleinen Gruppe wurde sehr schnell der Shanty-Chor Nordgeorgsfehn gegründet, dem heute 35 aktive Mitglieder, darunter drei Akkordeonspieler, ein Gitarrist, ein Schlagzeuger und zwei Techniker für die Übertragungsanlage

angehören. Die Sänger, die aus Nordgeorgsfehn und den umliegenden Dörfern, sowie aus dem Leda-Jümme-Gebiet und dem angrenzenden Ammerland kommen, haben sich unter der Leitung von Günther Peters musikalisch ständig weiter entwickelt. Zum Repertoire gehören standesgemäß vor allem Seemannslieder, in denen von Seefahrt, Fernweh oder auch Heimweh die

Rede ist, aber auch Volkslieder, Weihnachtslieder und Choräle sind selbstverständlich. Vielzählige Auftritte in der ostfriesischen Heimat und im gesamten norddeutschen Raum sind ein Beweis für den Erfolg und der Beliebtheit des Chores.

Eigene CD produziert

Mit dieser eigenen Produktion

geht für Chorleiter Günther Peters und allen Aktiven schneller als erwartet ein großer Wunsch in Erfüllung, der zugleich Lohn für ungezählte Übungsabende und Ansporn für die musikalische Zukunft ist. Mit besonderem Stolz werden auf dieser Produktion zwei Titel präsentiert, die eigens für den Shanty-Chor Nordgeorgsfehn komponiert und getextet wurden und damit als echte Welt-Uraufführungen gelten.

Erwerben kann man die CD, die es auch als MC gibt, bei jedem Mitglied des Shanty-Chores Nordgeorgsfehn. Auch kann sie per Post angefordert werden (zzgl. Versand- und Nachnahmegebühr) Für weitere Informationen steht der „Kontaktmann“ der Norderfehntjer zur Verfügung (Heinrich Pleis, Mittelende Nord 76, 26670 Nordgeorgsfehn, Tel. 04957-671).

Natürlich kann der Shantychor Nordgeorgsfehn auch gebucht werden. Ob für privat, für Vereine oder auch für Gewerbe, gegen eine geringe Aufwandsentschädigung kommen die Norderfehntjers auch zu Ihnen. Als Ansprechpartner steht hierfür ebenfalls Heinrich Pleis zur Verfügung.

Wir haben was gegen Fernweh!

3 Tage Harz mit Walpurgisnacht
29.04.-01.05.2003
2 * Ü/HP, Walpurgisfeier
Inklusivpreis: € 179,00

4 Tage Prag
06.03.-09.03.2003
3 * Ü/FB im ****-Hotel, 1 * Abendessen, Stadtrundfahrt
Inklusivpreis: € 155,00

5 Tage Usedom - Seebad Bansin
24.05.-28.05.2003
4 * Ü/HP, Schifffahrt, Usedomrundfahrt
Inklusivpreis: € 345,00

10 Tage Baltikumrundreise
06.06.-15.06.2003
9 * Ü/HP, Fährüberfahrt, Reiseleitung
Inklusivpreis: € 1111,00

Fordern Sie unseren kostenlosen Farbkatalog an

Wissmann
Ert Wissmann | Omnibusbetrieb GmbH
26670 Uplengen-Hollen
Telefon (0 44 89) 18 88
Telefax (0 44 89) 28 28

Was ist wenn...?

...Sie im Dunkeln sitzen
...Ihr Elektro-Herd kalt bleibt
...Ihre Waschmaschine sich nicht dreht

04956/1427 anrufen!
Wir schaffen Abhilfe

Renken
Elektrotechnik □ Hausgeräte □ Telekommunikation
26670 Uplengen-Selverde

Unser Bestell- und Lieferservice

Wir liefern jeden Di. Nachmittag und Sa. Vormittag die Ware aus. Ab einem Bestellwert von € 25,- ohne Aufpreis. Ansonsten berechnen wir eine Pauschale von € 1,-.

Ihr Fleischer-Fachgeschäft
H. Düring
Tel. (0 49 56) 12 06
Ostertorstr. 115
26670 Remels

Se bruken Hülpe – wi helpen hör.

Wir bieten alle Leistungen der ambulanten Pflege

- 24 Stunden am Tag, 7 Tage die Woche, 365 Tage im Jahr
- immer zur gleichen vereinbarten Zeit
- kein ständiger Personalwechsel
- halbjährliche Pflegeberatung für die Pflegekasse
- Zulassung für alle Kassen

Wir vermitteln

- ein 24-Stunden-Hausnotrufsystem
- Essen auf Rädern
- Friseur/in, Fußpflege

Hollener Landstr. 21 □ 26670 Hollen □ Tel. (0 44 89) 941 88 88

Sprechzeiten im Büro nach telefonischer Vereinbarung oder in Ihrer gewohnten Umgebung.

Dat Pflögem ut Hol're

Großsander. Der Verein für traditionellen Budo-sport e.V. ist ein gemeinnütziger Sportverein, der 1993 gegründet wurde.

Zurzeit hat der Verein über 1000 Mitglieder, die primär in den alten Budokünsten ausgebildet werden und die Tendenz ist steigend.

Auf die Nachwuchsförderung und das Kindertraining wird besonderen Wert gelegt.

Der VTB e.V. bietet unterschiedliche Kindergruppen an, so dass eine dem Alter und Leistungsstand angemessene Betreuung gewährleistet ist. Es gibt Gruppen für Anfänger, Fortgeschrittene und Kinder im Vorschulalter (3-6 Jahre).

Die Kinder werden während des 45 min. Unterrichts spielerisch unter fachmännischer Aufsicht an den Budo-sport herangeführt. Das Angebot des Verein für traditionellen Budo-sport e.V. umfasst folgende Sportarten:

- **Traditionelles Taekwon-Do**
- **Karate-Do**
- **Koreanisches Karate**
- **Tai Chi Chuan**
- **Kickboxen**
- **Boxen**

Zusätzlich bietet der VTB aber auch Lehrgänge für Atemtechniken und Meditation an.

Dem Verein stehen zur Schulung dieser Angebote neben 8 DAN-Trägern noch 19 lizenzierte Übungsleiter zur Verfügung.

CHEFTRAINER beim VTB e.V. ist: Jürgen Paterok. Er ist, Großmeister in den folgenden Kampfkünsten:

Karate-Do, Taekwon-Do, TAEKIDDO und Karate-Do, Hapkido und TAEKIDO. Großmeister Jürgen Paterok wurde kürzlich vom Deutschen Karate Verband e.V. (DKV) mit der „Ehrenmedaille für besondere Verdienste“ ausgezeichnet.



Wie der Präsident des DKV, Roland Hantzsche, betonte, hat sich Großmeister Paterok, der auch Bundesstilrichtungsreferent für Koreanisches Karate im DKV ist, über Jahrzehnte große Verdienste um die Kampfkunst Karate erworben und als Vorbild maßgeblich an der Verbreitung und Anerkennung des Karate in Deutschland mitgearbeitet.

Nach eingehender Überprüfung durch Prof. Dr. Richard Chun erhielt Großmeister Paterok vor



Viele nationale wie auch internationale Erfolge feiern konnten die Aktiven des VTB e.V. in Großsander.

kurzem den 8. DAN Taekwondo von der United States Taekwondo Association (USTA). Prof. Dr. Richard Chun, Präsident der USTA, zählt neben Großmeister S. Henry Cho, 9. DAN, einem weiteren Lehrer von Jürgen Paterok, zu den Pionieren des Taekwondo in den USA. Prof. Chun. Er ist Cheftrainer und technischer Berater des US-Taekwondo Teams und fungiert als erfahrener internationaler Taekwondo Kampfrichter auf Meisterschaften und den olympischen Spielen.

1999 wurde Großmeister Chun zum speziellen Berater von Dr. Un Yong Kim, dem Präsidenten der World Taekwondo Federation (WTF), der auch gleichzeitig Vizepräsident des Internationalen Olympischen Komitees (IOC) ist, berufen.

Dem über jahrzehntelange Erfahrungen verfügenden Vorstand verdankt der VTB in erster Linie das professionelle Management. Unter anderem auch der 1. Vorsitzende Rainer Schmidt. Er hat jetzt an der Führungsakademie in Berlin die Vereinsmanager A Lizenz erhalten, die höchste durch den Deutschen Sport Bund verliehene Lizenz für Vereinsführungs-kräfte an der Führungsakademie in Berlin.

Der VTB fiel während der Seminare in Berlin immer wieder durch sein außergewöhnlich professionelles Management auf und wird für weitere Ausbildungen an der Führungsakademie des Deutschen Sportbundes als "VORZEIGE-VEREIN" in die Schulungen mit einbezogen werden.

Ein bekanntes Mitglied im VTB ist die Sportwissenschaftlerin, Profi-Boxerin Heidi Hartmann. Sie ist und amtierende Europameisterin im Superweltergewicht im Profi-Boxen und mehrfache Deutsche Meisterin im Kickboxen.

In den Jahren 2000 und 2001 gewann Heidi jeweils die Wahl zur Sportlerin des Jahres der Ostfriesen-Zeitung. Im Jahr 2002 wurde Heidi bereits in Oldenburg

(NWZ) zur Sportlerin des Jahres gewählt.

Weiterhin zu erwähnen ist auch Axel Markner, 4. DAN Taekwon-Do und Karate-Do, der im nächsten Jahr sein Studium zum Diplom-Trainer an der Sporthochschule in Köln beginnt. Axel Markner ist bereits Inhaber der Trainer A-Lizenz.

Eine Bereicherung für den VTB ist auch die Frauenwartin Dagmar Heinowski, die im Kunstturnen mehrere Erfolge auf Weltmeisterschaften errang (1x Silber, 3 x Bronze).

Im Jahre 1988 wurde sie Vizeolympiasiegerin am Stufenbarren.

Trainingszeiten in Großsander:

- Kinder:**
Montags 18:00 - 19:30 Uhr,
Freitags 16:30 - 18:00 Uhr
Erwachsene:
Montags 20:00 - 21:30 Uhr,
Freitags 20:00 - 21:30 Uhr.

Weitere Informationen erhalten Sie in der Geschäftsstelle des VTB e.V. Niekampsweg 2, 26670 Uplengen-Großsander, Tel.: 04956/912828, e-mail: info@vtbev.de
Internet:
www.vtbev.de
www.koreanischeskarate.de
www.itbf.de



**Umfassende Altersvorsorge,
auf den Bedarf
zugeschnitten - darauf
kommt es an.**

Sie wollen mehr über unsere Leistungsangebote wissen? Rufen Sie einfach an - wir informieren Sie gerne:

Versicherungsagentur Nannen

Inh. Ute Nannen & Karl Heinz Jelken GbR

Oberlandsweg 7 □ 26670 Uplengen-Hollen

Tel. (0 44 89) 92 80 30 □ Fax 92 80 31



Württembergische

DER FELS IN DER BRANDUNG

Ein Unternehmen der Wüstenrot & Württembergische AG

Adventslauf 2002 der LG Uplengen



Start Lauf 3, Schüler M9 und jünger.

Mit dieser Veranstaltung verabschieden sich die treuen Starter der LG Uplengen Willi und Herbert. An dieser Stelle noch ein herzliches Dankeschön von den Verantwortlichen für die jahrelange Treue.



dbu Uplengen. 235 Teilnehmer waren in diesem Jahr am Start des bereits traditionellen Adventslaufes (lesen Sie bitte auch nebenstehenden Artikel) im Naturschutzgebiet Hollsand. Bei insgesamt gutem Wetter wurden sogar zwei Streckenrekorde durch Wilma Weerts und Petra Kuhr aufgestellt. Die Ergebnisse standen ausführlich in der Ostfriesen-Zeitung bzw. können noch im Internet nachgelesen werden (www.lg-uplengen.de) Der Termin für den nächsten (34.) Adventslauf steht auch schon: 30. November 2003

STICHWORT: ADVENTSLAUF

Diese sportliche Veranstaltung ist eine feste Institution im gesamten Weser-Ems-Gebiet. Einer der Mitbegründer, Bernhard Buhr aus Ockenhausen teilte dem Blattje die genauen Umstände der Entstehung dieses Sportevents mit, das seit über 30 Jahren existiert. Der damalige Vorstand des VfB Uplengen (1968) unter dem Vorsitz von Johann van Loh und seinen Mitstreitern Werner Dawert, Willi Scheidt, Didi Lüschen, Gerd Stöter, Carl Dirksen und Bernhard Buhr hatten in einer Sitzung im Wohnzimmer der Vorsitzen den diese Idee „ausgebrütet“. Man wollte mal etwas Besonderes, etwas Außergewöhnliches auf die Beine stellen. Es sollte etwas aus dem Bereich Leichtathletik sein und für Jung und Alt bestimmt sein. So wurde der Vorschlag gemacht, am Vormittag des 1. Advents im Hollsand eine Veranstaltung für die ganze Familie auf die Beine zu stellen. Und der Name „Adventslauf“ war somit auch geboren.

Die Modellfluggruppe Uplengen informiert



dbu Uplengen. Die Modellfluggruppe Uplengen e.V. ist auch jetzt im Winterhalbjahr aktiv. Jetzt kümmern sie sich um Wartung und Pflege der Flugzeuge. Besonders erwähnenswert hierbei ist die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen in der Jugendgruppe. Hier bekommen auch Nichtmitglieder Grundkenntnisse mitgeteilt, wie man Flugzeuge baut, in die Luft und auch sicher wieder auf dem Boden zurück bekommt. Dieses findet an jedem Mittwoch Abend von 18 bis 20 Uhr in geschlossenen Räumen statt. Wer Näheres wissen möchte, kann sich im Internet informieren (www.modellflugshow.de) oder bei den Mitgliedern Marcus Conners (Tel. 04488/78975) oder Gerald Weihe (Tel. 04956/894).

Mit uns gesund dör de Tied!

Unsere Veranstaltungen in den kommenden Wochen:

BABY-TAG
22. Januar 2003

Wie fit sind Sie?
Messung der freien Radikale im Körper
27. bis 31. Januar 2003

Knochendichtemessung
10. bis 14. Februar 2003

Plötzlicher Kindstod
Vortrag: Dr. Tiedemann
Kinderarzt
11. Februar 2003

Anmeldung erbeten



Apotheke in Remels

Inh. Meidine Oltmanns

Tel. (0 49 56) 99 03 33
Ostertorstraße 39
26670 Uplengen

Tischkultur

Decken nach Maß

rund, oval

Mitteldecken

Wollboutique in Remels
Radmann

Die Gesundheitskolumne



Runter mit dem Blutdruck!

Apothekerin Meidine Oltmanns informiert

Bluthochdruck tut nicht weh. Warum also sollte man etwas dagegen unternehmen? So denken sicher viele. Und nahezu 95 Prozent aller Bluthochdruckpatienten leiden unter einer sogenannten essentiellen Hypertonie, einem Bluthochdruck, für den es keine fassbare Ursache gibt. Nicht wenige Betroffene wissen auch um die Gefahr, die zu hoher Blutdruck verursacht. Allerdings wird die potenzielle Gefahr, die von Medikamenten ausgeht, fälschlicherweise oft als noch größer eingeschätzt. Auch wenn die Liste der Nebenwirkungen im Beipackzettel oft lang ist und bedrohlich klingt, bei den meisten Anwendungen treten diese Nebenwirkungen nicht oder nur in einem erträglichen Maße ein. Bei der Vielfalt an Blutdruckhemmern gibt es jedoch heute praktisch für jeden Menschen mindestens ein modernes Medikament, das gut vertragen wird. Mit Hilfe des Arztes lässt sich die optimale Therapie herausfinden. Dennoch kann jeder Betroffene selbst eine ganze Menge tun, um seinen Blutdruck auf natürliche Wei-

se zu reduzieren. So setzen sich Bluthochdruckpatienten oft selber „unter Druck“, stellen sehr hohe Anforderungen an sich selbst. Entspannung ist dann eine der wichtigsten Maßnahmen, um die Blutdruckwerte in den grünen Bereich zu bekommen. Dabei helfen Yogaübungen, Autogenes Training oder Muskelentspannung nach Jacobsen. Außer dem Salzverzicht ist eine gemüesereiche Kost wichtig. Diese enthält viel Kalium, den natürlichen Gegenspieler von Natrium. Auch das Anti-Stressmineral Magnesium - in allen grünen Gemüsen und Salaten sowie in Vollkornprodukten enthalten - kann zur Blutdrucksenkung beitragen. Unterstützend können darüber hinaus bestimmte Mineralstoffe in höherer Dosierung, als wir sie üblicher Weise mit der Nahrung zu uns nehmen, eingesetzt werden. So helfen nachgewiesenermaßen 300 bis 400 mg Magnesium, 1000 mg Kalzium oder 1000 mg Vitamin C mit, einen hohen Blutdruck zu senken.

Cholesterin-Messwoche

Messung Ihrer Cholesterinwerte in der Linden-Apotheke in Remels vom 27.01. – 01.02.03

Herzinfarkt – lieber nicht!

Cholesterin ist ein natürlich vorkommendes Blutfett und daher lebensnotwendig. Zu hohe Cholesterinwerte können aber zu Herzinfarkt und Schlaganfall führen. Mehr als 1/3 der Bevölkerung zwischen 25-69 hat erhöhte Cholesterinwerte. Kaum einer ist sich über die Folgen dauerhaft erhöhter Werte bewusst. Die Linden-Apotheke möchten die Bürger umfassend informieren und zu eigenverantwortlichem Handeln aufrufen. Mit diesem Engagement möchte die Linden-Apotheke einen aktiven Beitrag zur Gesundheitsvorsorge leisten. Von Montag, den 27.01. bis Samstag den 01.02. wird Ihnen deshalb zum Sonderpreis die Bestimmung Ihrer Blutfettwerte in der Linden-Apotheke angeboten. Zusätzlich wird ihr persönliches Herzinfarkttrisiko ermittelt.



Gleich zu Anfang des Marktes waren viele Uplengener auf den Ostertorplatz gekommen, um sich bei Glühwein und Waffeln auf die Adventszeit einzustimmen. Auch wurden Weihnachtsschmuck für den heimischen Weihnachtsbaum erworben.



Weihnachtsmarkt in Remels

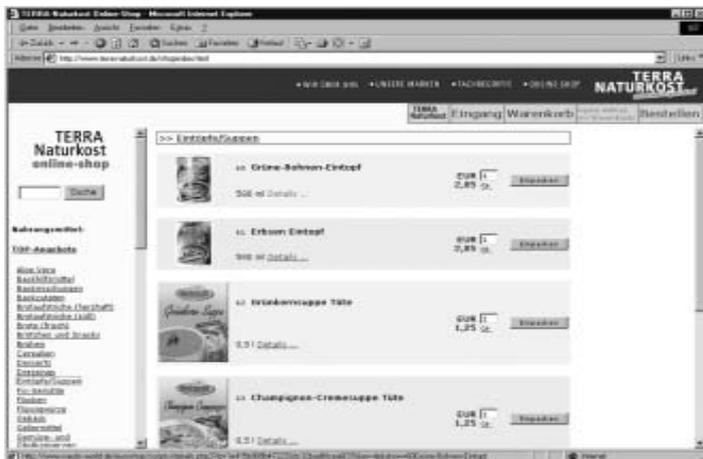
dbu Uplengen. Auch in 2002 organisierte die Gemeinschaft der Selbstständigen in Uplengen (GSU) wieder einen Weihnachtsmarkt.

Am Sonntag, dem 1. Dezember 2002 (1. Advent) fanden sich wieder viele Besucher aus Uplengen und Umgebung auf den Ostertorplatz gegenüber der Kirche ein, um sich bei acht Grad plus mit zeitweiligem Sonnenschein auf die schöne Adventszeit einzustimmen.

Viele weihnachtlich geschmückte Buden mit Weihnachtsschmuck, einige Verzehrer- und Verkaufsstände und ein Kinderkarussell sorgten für Kurzweil bei den Gästen. Für die Kinder kam dann um 15 und um 16 Uhr dann auch noch der Nikolaus und verteilte an alle braven Kinder die obligatorischen Stutenkerle. Außerdem war ein Kaspertheater zu Gast. Im Festzelt sorgten diverse musikalische Einlagen für die gute Unterhaltung und die Landfrauen mit selbstgebackenem Kuchen und leckerem Tee und Kaffee für das leibliche Wohl. Der Erlös aus den Einnahmen wurde gespendet.

Alles in allem für Besucher und Veranstalter ein voller Erfolg.

Naturkost online



dbu Hollen. Man muss keinem erzählen, dass man sich gesund ernähren soll. Aber worauf kann man sich denn noch verlassen, wenn nicht auf die Angaben der Produkthersteller? Garantieren kann das seit dem 1. August 2002 der Betreiber des Internet-Shops „www.terra-naturkost.de“ Theo Horst aus Hollen. Seine Familie weiß aus eigener Erfahrung, wie schwierig eine vernünftige, ausgewogene Ernährung für Personen mit einer Nahrungsmittelallergie sein kann. So entschloss er sich, es selbst in die Hand zu nehmen und präsentiert seitdem im Internet eine

breite Palette an Naturkost und -kosmetik, Aloe-Vera-Produkten und vielem mehr und ist erstaunt, wie viel Nachfrage herrscht. Bestellen kann man „online“, per Fax oder auch telefonisch. Für „Nicht-Surfer“ bietet man auch einen gedruckten Katalog, den man unter der Telefonnummer (Tel. 04489-9409217) anfordern kann (Unter dieser Nr. gibts auch Infos über die Produkte). Erwähnenswert ist auch, dass die bestellten Produkte durch eigenen Lieferservice im gesamten Weser-Ems-Gebiet zugestellt werden. Für Abholer gibts einen Rabatt von drei Prozent.

Windows Office Internet

Comdiwell

Computerkurse für Kinder und Erwachsene

Jetzt auch Seniorenkurse und neue Kinderkurse

Fordern Sie unser aktuelles Seminarprogramm an!

Ringstr. 11 | 26670 Uplengen
fon: 04956-912591 | fax: 926524

www.comdiwell.de | elke@wellstein.de

NEUERÖFFNUNG SELVERDE

- Kinder- und Umstandsmode
- Spielzeug und Artikel rund ums Kind

Öffnungszeiten:
Di.–Sa. 9–12 Uhr, Di./Do./Fr. 15–18 Uhr



Selverder Str. 62, Upl.-Selverde
Tel. (0 49 56) 92 74 11

TREFFPUNKT LINDE

Aktionswochen in Ihrer Linden-Apotheke

Knochendichtemesswoche 20.01. – 25.01.03

Knochenschwund ist ein Schicksal, dem man bei Früherkennung durch Messung der Knochenqualität vorbeugen kann.

Messung Ihrer Knochenqualität und ihres Frakturrisikos zum Aktionspreis
- völlig schmerzfrei - in ca. 5 Minuten

Cholesterinmesswoche 27.01. – 01.02.03

Herzinfarkt? - lieber nicht!

Wir ermitteln vom 27.01. – 01.02.2003 Ihr persönliches Herzinfarkttrisiko! Soforttest in nur ca. 5 Minuten!

Zusätzlich bestimmen wir Ihre Blutfettwerte („gutes und schlechtes Cholesterin“, Gesamtcholesterin, Triglyceride)- und Ihren Blutzuckerwert zum Aktionspreis.

Um persönliche oder telefonische Anmeldung unter 04956/92960 wird gebeten.

Wir freuen uns auf Sie!
Ihr Team der Linden-Apotheke in Remels

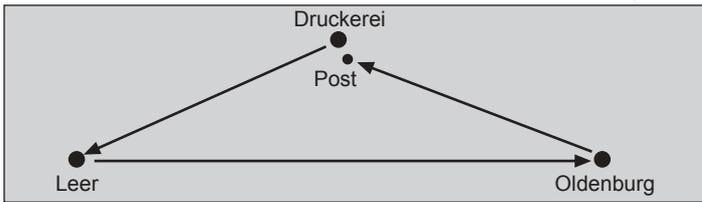


LINDEN
APOTHEKE
SANITÄTSHAUS

Hans-Joachim Gerdes
Fachapotheker für Officinpharmazie-Gesundheitsberatung
Ostertorstr. 60, 26670 Uplengen-Remels
Tel. (0 49 56) 92 96-0 · www.linden-apo.de

Viele Wege führen nach Uplengen-Remels...

...oder: „Warum einfach, wenn's auch kompliziert geht?“



Diesen Weg hat das Blattje genommen, bevor es von Remels aus zugestellt wurde.

dbu Uplengen. „Wir werden das weltweit größte Logistikunternehmen!“ So heißt es in einem TV-Werbespot, in denen die Gottschalk-Brüder sich über die Post unterhalten. Logistik hat aber scheinbar nichts mit Logik bei der Post zu tun, wie wir es bei der Verteilung des „Blattjes“ hautnah miterleben durften. Grundsätzlich muss man erst einen Antrag stellen, um überhaupt Postwurfsendungen einliefern zu dürfen, mindestens sechs Wochen den ersten geplanten Streutermine. So weit, so gut. Das Blattje ist in Remels gedruckt worden und es sollte auch nur im gesamten Gemeindegebiet zugestellt werden. Das heißt, die Auflage hätte man im Anhänger oder größerem PKW-Kofferraum zur Post im alten Gebäude bringen können, von wo aus die Postzusteller immer noch zu ihren Touren aufbrechen.

Die Vorschriften für die Aufgabe von Postwurfsendungen besagen aber, dass diese nur in so genannten Center-Filialen wie Leer oder Oldenburg eingeliefert werden können. Selbst nach telefonischen Anfragen in Oldenburg oder Leer sagte man uns: „Es ist einfach so!“ Die Druckerei Meeuw hat nun die Blattjes nach Leer zur Hauptpost gefahren. In Leer wiederum hat man dann die Blattjes auf einen LKW geladen und nach Oldenburg zum Briefverteilzentrum Tweelbäke gefahren. Von Oldenburg ist dann die Lieferung mit dem LKW wieder nach Remels zur Post gefahren worden... Locker hätten wir zwei Tage Zeit sparen können. Außerdem hätte sich die Umwelt auch bedankt. Vielleicht ist der Grund für diesen Umweg ganz einfach: Es gibt noch nicht das passende Formular...

Im Wandel der Zeit

Bildimpressionen von Gestern und Heute



Dort wo seit kurzem Drogerieartikel bei Rossmann im neugebauten Wohn- und Geschäftshaus in Remels gibt, stand vorher ein anderes Gebäude. Links daneben war die Gaststätte „Bierzapfen“, rechts davon die Freie Tankstelle „Score“.

Foto: Stephans



Lange Zeit beherbergte das Gebäude das Elektrogeschäft Hochhaus und danach die Praxis für Krankengymnastik Marianne Koch

Erbaut 1928 von Friederike Janßen



Fotos freundlicherweise zur Verfügung gestellt von Herrn Reinhold Buß.

Jeden Sonntag Schautag
 von 14 bis 18 Uhr in Augustfehn II
 Besuchen die unsere großzügige Ausstellung!!!

i&M Bauzentrum

- Paneele von Terhürne • Innentüren und Treppen
- Parkett und Laminat • Fliesenabteilung

Alles rund ums Bauen!!!

PLAGGE Holz- und Baustoff-Fachhandel
 Augustfehn II
 Tel. (0 44 89) 9 58 70

SMIT Holz- und Baustoff-Fachhandel
 Warsingsfehn
 Tel. (0 49 54) 95 10 10

VERLAAT Holz- und Baustoff-Fachhandel
 Ostrhauderfehn
 Tel. (0 49 52) 55 04

Bildung und Verkauf nur für den geschäftlichen Gebrauch.

Ihr kompetenter Partner rund ums Bauen

Hartwig de Buhr Baugeschäft
 über 15 Jahre

Neubau - Umbau - Anbau - Altbausanierung

Neukamp 15 · 26655 Westerstede
 Telefon (0 44 88) 7 18 87 · Fax 7 30 42 · E-Mail: de.buhr@t-online.de

Stressless®

Fühlen Sie sich ganz wie zu Hause.

Entdecken Sie jetzt den original Stressless® Bequemsessel. Denn eine weitere, weltweit patentierte Funktion sorgt für maximalen Sitzkomfort. Das neue Plus™ System mit der Schlaf-Funktion. Der einzige Nachteil: Sie werden gar nicht wieder aufstehen wollen...

EILERS MOBEL
 Gewerbegebiet I · 26689 Apen · Tel. (0 44 89) 95 89-0 · Fax 95 89-58

patentiert

EKORNES®

Fit fürs neue Jahr!

Ein Angebot des VfB Uplengen e.V., Remels

Wenn einer Deiner Vorsätze ist, Deine allgemeine Fitness zu verbessern, Dein Gewicht zu reduzieren, Deine Körperhaltung zu stabilisieren, Deine Problemzonen in den Griff zu bekommen oder auch einfach nur einen Ausgleich zum Alltag zu finden, dann könnte meine innovativ durchdachte Aerobic-Stunde Deinen Ansprüchen gerecht werden.

Wenn Du außerdem Spaß daran hast, Dich zu guter Musik in der Gruppe zu bewegen, sollte der gute Vorsatz in Taten umgesetzt werden.

Ein Warm-Up wird Dich auf das Herzkreislauftraining vorbereiten, welches mal als klassische Aerobic, mal tänzerisch oder auch als Kraftausdauertraining gestaltet wird. Ausdauer und Koordination werden verbessert und die Kalorienverbrennung durch eine Erhöhung der Stoffwechselrate angeregt.

Typischen Herzkreislaufbeschwerden, wie z. B. zu hoher oder zu niedriger Blutdruck können beeinflusst werden. Arteriosklerotischen- und Alte-

Karin Jelken
DTB-Aerobic-
Trainerin



rungsprozessen kann entgegengewirkt werden.

Nach Senkung der Pulsfrequenz ist der Körper nun optimal für die Kräftigung vorbereitet. Mit Einsatz von Hanteln, Tubing- und Terra-Bändern etc. geht's nun den Problemzonen an den Kragen.

Großen Wert lege ich auf die Kräftigung der Rumpfmuskulatur, damit die Wirbelsäule stabilisiert wird.

Zum Abschluss jeden Trainings erfolgt ein ausführliches Stretching, damit die beanspruchte Muskulatur gedehnt wird, um dann die Stunde entspannt verlassen zu können.

Interesse geweckt?

Dann sollten Sie Kontakt zu der Gruppe aufnehmen. Karin trifft sich mit Ihren Teilnehmern jeden

Mittwoch 18.30 - 20.00 Uhr, Sporthalle Alter Postweg. Um Anfängern den Einstieg zu erleichtern, wird Karin im Januar 2003 damit beginnen, die Teilnehmer langsam an die Grundschriftmuster heranzuführen. Für Fortgeschrittene bedeutet dies, dass sie ihre Technik nochmals optimieren können.

Übrigens, es ist völlig egal ob jugendlich, Frau oder Mann, Karin und die Gruppe freuen sich über jeden, der mitmachen möchte.

Wer das gesamte Programm des VfB Uplengen interessiert, findet es im Internet unter der Adresse: www.vfb-uplengen.de

Der Dreck muss weg!

Traditionelles Müll sammeln in Remels

Seit einigen Jahren treffen sich freiwillige Helfer in Remels und sammeln den Unrat auf. Leider gibt es immer noch verantwortungslose Bürger, die ihren Müll am Straßenrand entsorgen. Damit das Ortsbild in Uplengen für die Touristen und die Einwohner weiterhin so attraktiv bleibt, laden der Fremdenverkehrsverein und die Freiwillige Feuerwehr Remels die Uplengener Bürger zum Säubern ein.

Die Aktion startet am Samstag, dem 29. März 2003 um 08.30 Uhr bei der Mühle in Remels. Der Mitinitiator Harm Schlachter: "Wir hoffen wieder auf eine rege Beteiligung der Remelser Bürger. Im letzten Jahr haben wir mit etwa 40 Helfern immerhin rund 150 Säcke voll Müll gesammelt." Um 12.30 Uhr endet die Aktion mit einem großen Essen und Getränken für die aktiven Helfer. Das Essen und die Getränke werden von einigen Geschäftsleuten aus Remels gesponsert. Ansprechpartner für die Aktion sind: Folkert Fecht vom Fremdenverkehrsverein (Tel.: 0 49 56 - 26 98) und von der Freiwilligen Feuerwehr Harm Schlachter (Tel.: 0 49 56 - 7 55).

„Bodd d` r för !“

Große Beteiligung bei Auktion in Kleinoldendorf.



Im November 2002 führte die Firma Spieker KG aus Remels eine öffentliche Versteigerung in Kleinoldendorf durch. Keiner konnte sich erinnern, dass am Achterbargsweg je ein solcher „Volksauflauf“ stattgefunden hat. Bei winterlichem Wetter versteigerte der öffentl. vereid. Auktionator Folkert Folkerts das gesamte Inventar des verstorbenen Eigentümers.

Von Stühlen, Tischen, Betten, Schränke bis zum Ackerschlepper, Pflug, Anhänger und Auto fand alles einen neuen Besitzer. Viele waren gekommen, nur um endlich wieder einmal an einer – leider immer selteneren - Versteigerung teilzunehmen.

Hier bot sich die Möglichkeit, ältere Möbel, Werkzeuge, Maschinen und Geräte zu ersteigern,

die man sonst nicht kaufen kann. Mit Witz und verkäuferischem Geschick konnten auf der Diele am Achterbargsweg alle Verkaufsgegenstände an den Mann bzw. an die Frau gebracht werden. Nach Barzahlung konnten die Gegenstände mitgenommen werden.

Dank der guten Organisation durch die Firma Spieker konnte alles reibungslos abgewickelt werden.

Bei leckerer Bratwurst und wärmenden Glühwein gab es Gelegenheit zum Klönschnack.

Der Verkauf des Grundbesitzes fand ebenfalls im Wege einer öffentlichen meistbietenden Versteigerung statt. Im vollbesetzten Saal des Waldhauses Hollsand wurde ein guter Verkaufserlös erzielt.

Schützenstraße 5
26670 Uplengen-Remels

Telefon (0 49 56) 91 85-0
Telefax (0 49 56) 91 85 20
Handy 01 72 - 9 53 19 06

...weil es um mehr geht!
SPIEKER
IMMOBILIEN · FINANZIERUNGEN · VORSORGE

IMMOBILIEN

Beraten - Bewerten - Verkaufen -
Verwalten - Bauland erschließen
- Festpreishäuser in hoher Qualität

FINANZIERUNGEN

Unabhängige Baufinanzberatung
"Fachberatung statt Geldverkauf"
Wir helfen Ihnen, das
beste Angebot zu finden.

Ihr Berater:

Herr Folkert Folkerts
Öff. best. u. vereid. Auktionator
Immobilienfachwirt

Ihr Berater:

Herr Herbert Betten
Dipl. Bankbetriebswirt ADG

www.spieker-immo.de

Neufirrel zeichnet sich durch seine Einigkeit aus



Zeichnung von Lehrer Aper: Schule Neufirrel 1926

hhs Neufirrel. Aufschluss über das Gründungsjahr Neufirrels gibt das Buch „Erdbeschreibung des Fürstentums Ostfriesland und des Harlingerlandes“ von Friedrich Ahrends aus dem Jahre 1823. Auf Seite 181 hieß es dabelbst:

„Kolonie Firrel, welche zu den größten Heidekolonien gehört, 1764 angelegt ist und 384 Einwohner zählt. Viel Torf wird dabelbst gegraben und zu Wagen nach Leer gefahren, daher die

Groß-Oldendorfer „Weide“ pachteten. 1824 wurde das Land von der „Ehe“ bis zum großen „Schlot“, genannt „Feldangel“, ausgegeben. Neufirrel gehörte kirchlich zur Parochie Längen, politisch zunächst zu Großoldendorf. Der Ortsvorsteher in Großoldendorf hatte für Neufirrel einen Beigeordneten (Oltmann Jelden Meyer).

Die Kolonie wuchs rasch empor. Tagelöhner und Knechte aus den Bauerndörfern hatten sich angesiedelt. Sie wollten sich ein Eigentum schaffen und haben es durch saure Arbeit und Genügsamkeit erreicht.

Erster Gemeindevorsteher in Neufirrel war Albert Wiegmann. Seit Michaelis 1828 unterrichtete der Privatschullehrer Hinrikus Hildebrand Peters die Kinder von Neufirrel.

Keine der folgenden Zeiten, so schlecht auch immer sie waren, haben die Neufirreler zu Boden drücken können. Als z.B. 1942 die erste Glocke im Turm der Schule ihren luftigen Standort verlassen musste, um in Hamburg für immer zu verschwinden, Nachforschungen ergebnislos

Selbst 3 Branntweinbrennereien sind da

Kolonisten sich gut verstehen; selbst 3 Branntweinbrennereien sind da. **Weiter östlich Bietzerfehn, 40 Einwohner, eine Kolonie, so im vorigen Jahr.**

Neufirrel besteht demzufolge seit 1822. Eine Zeitungsnotiz vom Herbst 1922 bestätigt diese Feststellung: „Die Kolonie Neufirrel kann im Oktober auf ein hundertjähriges Bestehen zurückblicken“. Das Land gehörte früher dem Domänenfiskus, von dem die Oldendorfer 1810 am Postweg die

Bauernhofcafé Ostendorf

Im neuen Jahr bieten wir Ihnen unser

Frühstücksbüfett

jeden 3. Sonntag im Monat
(19.01., 16.02., 16.03., 18.05., 15.06.)

und für Gruppen ab 10 Personen
Anmeldung unter 0 49 56 / 12 31

26670 Uplengen-Poghausen, Brückstraße 2

Der
Jeaus-Spezi
in Remels

z.B. **LEVI's 501** ab € **59.⁹⁵**

Ihr Mode- und Textilhaus in Remels
Telefon (0 49 56) 12 09

ELEKTRO **GRÜSSING** RADIO

Inh.: Klaus Grüssing

ELEKTROMEISTER · FERNSEHTECHNIKER

Planung und Installation von elektrischen Anlagen
in Neubauten, Umbauten, Altbauten

26670 Uplengen-Hollen · Telefon (0 44 89) 92 80 97

Gebr. de Buhr GmbH

Bauunternehmung

Planung und Ausführung sämtlicher Bauarbeiten

26849 Filsum □ Oil Kamp 7 □ Tel. (04957) 99 03 93 □ Fax 99 03 94

PROBLEME ?

mit Ihrem Fernseher
oder der Sat-Anlage

Wir lösen das Problem!

Wir reparieren Geräte aller Fabrikate,
egal wo gekauft. Auf Wunsch holen
wir Ihr defektes Gerät auch ab.

Wir installieren auch Ihre analoge
oder digitale Sat-Anlage.

Noch Zweifel? Dann rufen Sie
uns an und testen Sie uns.

Denn **SERVICE** wird bei uns
groß geschrieben!

F&A
ELECTRONIC
Gerhard & Alex
FECHT

Gastackerweg 6
26670 Uplengen-Selverde
Telefon (0 49 56) 91 29 00
Telefax (0 49 56) 91 29 01
IHR MEISTERBETRIEB

NEU COMPUTER-Komplettsysteme + -zubehör NEU
Beratung, Verkauf, Installation, Einweisung und Wartung

Dorfgemeinschaftshaus in Eigenleistung

verliehen, beschlossen die Dorfbewohner, eine neue Glocke fertigen zu lassen. Die Glockenweihe am 17. August 1949 wurde zu einem Fest, bis spät in die Nacht wurde geläutet.

Auch jetzt, mehr als fünfzig Jahre danach, Neufirrel hat derzeit 410 Einwohner, bringt es Ortsvorsteher Werner Bohlen auf den Punkt: „Neufirrel zeichnet sich

durch seine Einigkeit aus“. Der SV Neufirrel, ein klangvoller Name im Sport Ostfrieslands, der Ortsbürgerverein, die Jägerschaft und die Feuerwehr sind Veranstalter von Festen und Aktionen für alt und jung. Dass sich Urlauber und Touristen im Ort wohlfühlen können, eine Selbstverständlichkeit, Gastfreundschaft wird hier großgeschrieben.



Neufirrel 1949: Haus von Gerd Schneider. Hinten links erkennt man die alte Schule.



Tag des Baumes 1995: Neufirreler pflanzen gemeinsam Obst- und Laubbäume

Das in Eigenleistung geschaffene Dorfgemeinschaftshaus und die dazugehörige Grillhütte sind Anziehungspunkt nicht nur für Neufirreler. Mit dem in letzter Zeit ausgewiesenen Baugebiet „Buschstückenstraße“ ging ein lang gehegter Wunsch in Erfül-

lung, damit sich junge Neufirreler in ihrer Heimat ansiedeln können. Möchten Sie mehr wissen zu Neufirrel? Werner Bohlen beantwortet gerne Ihre Fragen zur Geschichte und zur weiteren Entwicklung des Ortes (Tel: 04956-1766).



NACHTEULE 3 (UPLINGEN)

Fährt in der Nacht von Samstag auf Sonntag. Änderungen vorbehalten.

Bühren - Großsander - Meinersfehn - Stapel - Stapelermoor - Ockenhausen - Neudorf - Neufirrel - Kleinoldendorf - Remels - Selverde - Klein-Remels - Hollen - Südgeorgsfehn - Augustfehn - Tange und zurück (Hält auch an allen dazwischen liegenden Haltestellen, besonderer Fahrpreis)

Abfahrtszeiten					Haltestelle			Abfahrtszeiten			
20.30	22.10	00.40	03.00	04.32	Bühren	Denkmal	↑	22.05	00.40	03.00	04.32
20.33	22.13	00.43	03.03	04.35	Großsander	Jürgens					
20.40	22.20	00.50	03.10	04.42	Stapel	Bührener Str.					
20.43	22.23	00.53	03.13	04.45	Stapel	Berneis					
20.50	22.30	01.00	03.20	04.52	Ockenhausen	Kirche					
20.54	22.34	01.04	03.24	04.56	Neudorf	Alte Schule					
20.59	22.39	01.09	03.29	05.01	Neufirrel	Alte Schule					
21.04	22.44	01.14	03.34	05.05	Kleinoldendorf	Schützenstr.					
21.08	22.48	01.18			Remels	Grundschule					
21.10	22.50	01.20			Remels	Kleihauer		22.03	00.39	02.59	04.29
21.11	22.51	01.21			Remels	Lindenstraße			00.38	02.58	04.28
21.15	22.55	01.25			Selverde	Am Poller			00.35	02.55	04.25
21.18	22.58	01.28			Klein-Remels	Black Jack			00.32	02.52	04.22
21.24	23.04	01.34			Hollen	Behmann			00.27	02.47	04.17
21.26	23.06	01.36			Südgeorgsfehn	Hafemann			00.25	02.45	04.15
21.33	23.13	01.43			Augustfehn	Merlin		21.50	00.18	02.38	04.08
21.40	23.20	01.50			Tange	Disco	↓	21.45	00.10	02.30	04.00

Zur nächsten Disco oder zur kultigen Kneipe in der nächsten Stadt? Mit dem Discobus in Uplengen kein Problem. Ihr "Uplengen Blattje" veröffentlicht in regelmäßigen Abständen den Fahrplan für Uplengen. Die "Nachteule" bringt Sie sicher und komfortabel hin (und natürlich auch wieder zurück ...). Die Gefahr,

sich betrunken ans Steuer zu setzen und sich und andere zu gefährden, entsteht somit erst gar nicht. Seit 1992 gibt es die NachtEulen von Weser-Ems Bus. Über 180.000 Menschen fahren im Jahr mit. Die Linien sind an zentralen Punkten verknüpft. Umsteigen von Linie zu Linie wird durch die kurzen Warte-

zeiten leicht gemacht. Die Tickets für die Busse kosten zwischen 3 bis 5 Euro. Damit können beliebig viele Fahrten im gesamten NachtEulen-Netz des jeweiligen Landkreises unternommen werden. Zusätzlich gilt der Fahrschein auch als Gutschein (für Getränke, Verlosungen usw.).

Ihr Fleischer-Fachgeschäft

Gellermann

Nach Auswertung vom "Magazin der Besten" das beste Fleischereifachgeschäft der Region Weser-Ems bezüglich Kompetenz, Qualität, Warenvielfalt und -sortiment, Servicebereitschaft (Partyservice) und Kundentreue.

...aus Freude an Herzhaft-Gutem

Kontrollierte Qualität aus eigener Schlachtung!
Schinken und Dauerwurst in großer Auswahl
Täglich große Auswahl an frischen Salaten
Erstklassige kalte Buffets, Aufschnittplatten, Grill- und Bratenspezialitäten, versch. Menüs

Remels: 04956-1059
 Leer, Heisfelder Str. 0491-64466
 Leer, Mühlenstr. 34 0491-3430

Unser Schlemmerbratenangebot:
 (ausreichend für 10 Personen)
5 kg Fleisch, fertig gebraten
3 kg Salate, zum Aussuchen
zum Super-Abholpreis von 51,00 Euro

Ein Verein stellt sich vor

OBV KLEIN-REMELS

hhs Klein-Remels. Am 18. Februar 1982 gründeten 25 Klein-Remelser ihren Ortsbürgerverein und auf der Jahreshauptversammlung am 10.02.1983 wurde die Vereinssatzung beschlossen. Erster Vorsitzender war Folkert Fecht, der 1993 zum Ehrenvorsitzenden ernannt wurde. Ziel und Zweck des Vereins ist die Pflege und Förderung der Gemeinschaft unter den Einwohnern sowie die Erhaltung und Verschönerung des Dorfes. Dafür legen sich alle richtig ins Zeug: Jahr für Jahr werden mehr als 20 Veranstaltungen wie Ausflüge,

Aktionen, Feste und Fahrradtouren organisiert. Fest im Veranstaltungskalender stehen z. B. Aktionen zu Ostern und im Advent sowie das Kinderfest. Dass die Friesenstraße eine Geschwindigkeitsbegrenzung erhielt oder der Fahrradweg entstand, geht mit auf die Initiative des Ortsbürgervereins zurück. Wenn es um die Verschönerung des Ortsbildes geht, wie z. B. Wege pflastern, Blumen und Bäume pflanzen oder Müllentsorgung, der Ortsbürgerverein sorgt für Bewegung. In Zusammenarbeit mit dem Männergesangsverein



Die ehemalige Schule wurde zum Dorfgemeinschaftshaus umfunktioniert.



Das Denkmal

wurde der Umbau der ehemaligen Schule zu einem Dorfgemeinschaftshaus organisiert und durchgeführt. Heute ist es ein Schmuckstück und beliebter Treffpunkt für die Klein-Remelser. Zwischenzeitlich wurde die Schulchronik überarbeitet und der Versuch gestartet, eine Ortschronik fertig zu stellen. Dass es in diesem rührigen Verein auch im Jahre 2003 so erfolgreich weiter geht, darüber wird auf der Jahreshauptversammlung im Februar beraten. Möchten Sie mehr wissen? Der Vorstand mit seinem 1. Vorsitzenden Karl Schmidt, An der Leegde 8, Tel. 2629 informiert Sie gern.

Vitalität für Körper und Seele



dbu Nordgeorgsfehn. Den Schritt in die Selbstständigkeit wagte im Sommer des vergangenen Jahres die gelernte Arzthelferin Sonja Pleis-Rascher. In ihrem Heimatort Nordgeorgsfehn, Mittelende Nord 76 errichtete sie das Studio „Body Vital“. Neben der medizinischen Fußpflege bietet sie kosmetische Gesichts- und Dekollete-Behandlungen mit hochwirksamen Pflegeserien von Apis und La Mer an sowie Ganzkörperbehandlungen, Entspannungsmassagen, Maniküre und Warmwachsenenthaarungen. Termine können jederzeit vereinbart werden unter der Telefon-Nr.: 04957/8526

Unser Reisekatalog 2003 ist da!!!

09.05. - 11.05.	3 Tage Party in Wismar "all inclusive"	€ 239,-
03.10. - 05.10.	3 Tage Oktoberfest in München inkl. HP	€ 155,-
03.04. - 06.04.	4 Tage Brüssel / Flandern inkl. ÜF	€ 205,-
01.05. - 04.05.	4 Tage Maitanz am Lübbesee inkl. HP	€ 255,-
17.07. - 20.07.	4 Tage Disneyland Paris inkl. ÜF	€ 199,-
25.09. - 28.09.	4 Tage Schützenfest in Suhl inkl. HP	€ 230,-
15.08. - 19.08.	5 Tage Bayerischer Wald inkl. HP	€ 298,-
10.06. - 15.06.	6 Tage Fichtelgebirge inkl. HP	€ 330,-
30.09. - 05.10.	6 Tage Almatrieb in Mayrhofen inkl. HP	€ 330,-
13.05. - 20.05.	8 Tage Masuren-Rundreise inkl. HP	€ 495,-
26.07. - 02.08.	8 Tage Luftkurort Inzell inkl. HP	€ 525,-
31.05. - 08.06.	9 Tage Norwegen inkl. HP	€ 875,-
20.09. - 28.09.	9 Tage Ungarn / Balaton inkl. HP	€ 496,-
10.07. - 19.07.	10 Tage Bregenzer Wald inkl. HP	€ 625,-
19.08. - 31.08.	13 Tage Baltikum inkl. HP	€ 1.270,-

Flugreisen

12.10. - 19.10.	8 Tage Türkische Riviera "all inclusive"	€ 595,-
12.10. - 26.10.	15 Tage Türkische Riviera "all inclusive"	€ 730,-
17.11. - 01.12.	15 Tage Flugreise Südafrika	€ 2.695,-

Weitere Top-Angebote in unserem neuen Reisekatalog 2003!

Reisedienst Peper GmbH

Oltmannsfehner Str. 77 · 26670 Uplengen
Tel. (0 49 56) 13 73 · Fax (0 49 56) 12 16
Reisebüro: Römerweg 3 · 26670 Uplengen
<http://www.peper-reisen.de> · info@peper-reisen.de

Neu: Second-Hand-Shop in Selverde



Die Inhaberinnen von „KIMOB!“ Karin Peters und Marion Fürste freuen sich auf Ihren Besuch im neueröffneten Second-Hand-Shop.

dbu Selverde. Seit Ende November gibt es in Uplengen eine neue Adresse für Menschen, die sparen wollen: Ein Second-Hand-Shop namens „KIMOB!“ für Kinderbekleidung in den Größen 50-176 sowie Umstandsmode, Spielzeug und Artikel rund ums Kind hat in Selverde an der Selverder Straße 62 (zwischen Remels und Selverde) neu eröffnet. Die Inhaberinnen Karin Peters und Marion Fürste sind über-

zeugt, für jeden etwas zu haben. Auch werden nicht mehr benötigte Bekleidung und Spielzeug nach vorheriger Absprache unter 04956/4106 in Kommission genommen. Die Öffnungszeiten des Ladens: Di.-Sa. 9-12 Uhr, Di./Do./Fr. 15-18 Uhr. Für den anstehenden Winterschlussverkauf vom 4. bis 15. Februar 2003 gewährt „KIMOB!“ 20 % Rabatt auf Winterbekleidung.

Seit fast 75 Jahren Männergesang



Gruppenbild mit Dame. Der Männergesangsverein „Feierabend“ Klein-Remels mit seiner Dirigentin Martha Brandt aus Ostrhauderfehn (rechts) hatte vor wenigen Wochen seinen großen Auftritt in der Kirche zu Remels. Foto: de Buhr

dbu **Klein-Remels**. Das gerade angebrochene Jahr 2003 wird für die Mitglieder des Männergesangsvereines „Feierabend“ Klein-Remels ein ganz besonderes werden. Wenn man das Gründungsjahr 1928 betrachtet weiß man warum:
Im Herbst diesen Jahres begehen die Männer um ihre Dirigentin

Martha Brandt aus Ostrhauderfehn das 75-jährige Jubiläum. Anlässlich dieses Geburtstages wird in der Kirche in Remels am Sonntag, den 26. Oktober 2003 ein Dankgottesdienst gefeiert. Das alljährliche Sängerfest beim Gasthof Lüning in Jübbeerde gehört inzwischen auch schon zur Tradition

Auch wenn es finanziell nicht immer ganz einfach ist, einen Verein mit seinen laufenden Kosten zu führen, stehen die 24 Aktiven, die unzähligen Passiven und ihre Gemahlinnen voll hinter ihrem „Feierabend“. Im Repertoire steht das ganze Spektrum an „singfähigen“ Liedern, von der Volksmusik über

Restaurant Miki Steakhouse
Remels-Selverde
Tel. (0 49 56) 99 02 98
Selverder Straße 61

Heimatlieder bis hin zu kirchlichen Liedern. Der Verein, geleitet vom 1. Vorsitzenden Gerd Weers und seinem Stellvertreter Georg Mimkes und die aktiven treffen sich jeden Dienstag Abend (neu) um 20.00 Uhr in der ehemaligen Grundschule in Klein-Remels. Selbstverständlich freuen sich die Männer jederzeit über Stimmenzuwachs. Interessenten können sich am Übungsabend einfinden oder nähere Informationen telefonisch abfordern unter Tel. 04956/2138 oder 04956/2906.

BAU G I E S C H L Ä F T
HEINRICH UBBEN
(0 44 89) **32 16** Zum Wallacker 2 □ 26670 Upl.-Hollen
Ausführung sämtlicher Bauarbeiten

Sichern Sie rechtzeitig Ihren Termin!

Damit der **schönste Tag im Leben** ewig währt...

Hochzeits- und Porträtaufnahmen von

FOTO SCHEIWE
www.fotoscheiwe.de

Hauptstr. 429 - AUGUSTFEHN - Tel. (0 44 89) 13 44

Jetzt bei HIRO:

NEUERÖFFNUNG der HIRO-Reisebüros

Mit Michaela JanBen und Helmut Warring beraten Sie zwei bekannte Reiseexperten mit langjähriger Erfahrung. Wir haben für Sie alle namhaften Reiseveranstalter im Programm.

HIRO REISEBÜRO
Wir bringen Ihre Wünsche in Balance!

Ostertorstraße 94 in Remels · Tel. 04956-4096-66

Gewinnen Sie wieder ein Überraschungsmenü!

dbu Uplengen. Das Gewinnspiel der ersten Ausgabe Ihres Uplengen Blattjes war ein voller Erfolg: Annähernd 200 Postkarten und E-Mails mit der richtigen Lösung, die übrigens "Spols" lautete, erreichten unseren Briefkasten. Sogar eine falsche Lösung war dabei, wohl aber nur ein Flüchtigkeitsfehler.



Ayelt Peters vom Ostfriesischen Fehnhof in Südgeorgsfehn und Glücksfee Daniela mit dem Gutschein.

Die Auslosung erfolgte am Samstag, dem 21. Dezember in den Räumen des Ostfriesischen Fehnhofs in Südgeorgsfehn. Da sowohl E-Mails, die sich schlecht per Hand ziehen lassen sowie Postkarten am Gewinnspiel zugelassen waren, entschieden wir uns für einen modernen Weg der Ziehung: Alle Anschriften wurden per Computer erfasst und die Glücksfee durfte sich eine Zahl innerhalb der Teilnehmerzahl aussuchen. Die Zahl, die sie sich aussuchte, war die "20". Und der 20ste Datensatz auf der Teilnehmerliste war der Gewinner.

...and the winner is:

Hermann Peper sen.
Ringstraße 11, 26670 Stapel

Wir gratulieren recht herzlich!

Wenn Sie der nächste Gewinner sein möchten, brauchen Sie uns nur das Lösungswort aus unserem neuen Kreuzworträtsel **per Postkarte** zuzusenden.

Anschrift: DRUCKdesign
Am Bargacker 16, 26670 Hollen

Einsendeschluss ist der 15. Februar 2003. Der Rechtsweg ist natürlich wieder ausgeschlossen. Der Gewinner wird schriftlich benachrichtigt. Wir wünschen viel Glück!

eilig	Getreideblütenstand	Vornehmer	afrikanischer Strom			japan. Fächer	Initialen von Hemingway	Elan			lateinisch: Bete!	dt. Automobilpionier	span. Artikel
	3					männl. Haustier	5				niemals		
schließlich, zuletzt								Laubbaum	4				
Kfz-Z. Hof			Schwur	<p>Öffnungszeiten: Mi.-Fr. ab 17.30 Uhr, Sonnabend, Sonn- und Feiertage ab 11.00 Uhr Für Gruppen ist unser Haus ständig geöffnet.</p> <p>So., 16.02. Seemannsbrunch</p> <p>Südgeorgsfehn Südgeorgsfehner Str. 85 · Tel. (0 44 89) 27 79 · Fax 35 41</p>							widerwärtiger Mensch (ugs.)	asiatischer Tagelöhner	mäßig warm
Nachlaß		Quadrillefigur											
starker Zweig	eigen-sinnig									Schul-festsaal	Fischöl		dt. TV-Sender (Abk.)
		2	scheues Waldtier										
				Landspitze		neu-seeländ. Papagei	englisch: aufwärts	Roman von King		gut trainiert	ägypt. Sonnengott		
Holzraummaß	griech. Buchstabe					Zitterpappel	1			selten, kostbar			
unverfeinert				Absicht				Schrank					

Die Buchstaben in den Kreisfeldern aneinander gefügt ergeben das Lösungswort für die neueste Ausgabe des Kreuzworträtsels. Teilnehmen kann jeder, außer die Mitarbeiter des „Blattjes“.

Von Bernhard Buhr, Ockenhausen

Ut mien Schooltied:

„Ich erinnere mich an meine Schulzeit, die 1958 endete: Frau Fritz, die in der Volksschule Ockenhausen oben mit ihrer Familie wohnte, läutete die Glocke zu den vorgegebenen Zeiten mit einem langen „Reep“ (langes Tau aus Sisal o. ä.). Dieser „Reep“ war oben an der Glocke befestigt und reichte bis nach unten.“



Eine Zeichnung des alten Glockenturms bei der Kirche zu Ockenhausen um ca. 1900. Eigentlich hieß dieser Glockenstuhl, da er vollständig aus Holz errichtet wurde.

Anzeige

Osteoporose-Messwoche

Messung Ihrer Knochenqualität in der Linden-Apotheke in Remels vom 20.01. – 25.01.03

Knochenschwund muss kein Schicksal sein

Ca. 7 Millionen Menschen in Deutschland leiden an Knochenschwund, der Osteoporose. Nur 10-15 Prozent werden ausreichend versorgt. Zwar ist das weibliche Geschlecht aufgrund des Rückgangs der Östrogene in den Wechseljahren häufiger als das männliche betroffen, doch Knochenschwund ist keineswegs nur Frauensache. Immerhin treten bei Männern 10 bis 15 Prozent der Erkrankung auf.

Früherkennung durch Messung der Knochenqualität

Gerade in der Anfangsphase der Erkrankung lässt sich mit Hilfe knochenerhaltender Medikamente, Calcium- und Vitamin D –reicher Ernährung, Muskeltraining und Bewegung, beziehungsweise Einnahme von Calcium und Vitamin D – Präparaten aus der Apotheke einiges tun, um das Schreckgespenst des Alters – Osteoporose – zu verscheuchen

Besonders gefürchtet als Folge der Osteoporose ist der Oberschenkel-

halsbruch, von dem in der Bundesrepublik jährlich 150000 Männer und Frauen betroffen sind. 30000 Menschen pro Jahr werden pflegebedürftig, ebenso viele sterben vorzeitig zum Beispiel wegen einer Lungenentzündung durch verlängerte Bettlägerigkeit. Dennoch wird die Diagnose Osteoporose oft zu spät gestellt, werden therapeutische Maßnahmen erst eingeleitet, wenn es bereits zum Bruch gekommen ist.

Dabei ist Knochenschwund ein Schicksal, dem man bei Früherkennung durch Messung der Knochenqualität vorbeugen kann.

Moderne, sogenannte Ultraschall-Osteodensitometer machen es möglich, Aussagen über das Frakturrisiko, also die Gefahr eines Knochenbruchs zu machen.

Unabhängig von der Fußgröße des Patienten wird die Messung in ca. 5 Minuten am Fersenbein vorgenommen. Die Messung selbst ist völlig schmerzfrei. Sichern Sie sich Ihren persönlichen Meßtermin. Anmeldung persönlich in der Linden-Apotheke oder unter Tel. 04956 / 9296-0.

Ihr Apotheker H-J. Gerdas

Dat Futterhuske

Nu steiht d' weer vört Fenster
in de Tuun
un wacht up Visite
für de neje Saison.

Un of un tau kummt all een,
kikt - wo dat woll geht,
mug weeten, wo't üm
de Mahtieden steiht.

Rotkehlchen und Amsel,
Baukink und Köttjan,
de melden sück tiedig
für d' Winter all an.

Ok Lüntjes un Meisen
kamen mit her
un Grönlung und Duven
un noch vööl mehr.

Se aal sünd blied
un dankbor tauhop,
wenn's bit Futterhuske
'n poor Kördelkes finden daut.

Frieda Stellamanns
Remels

Ein Zuhause für Senioren in Hollen

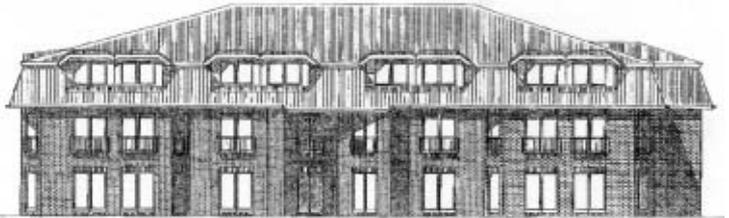
Vollzeitpflege und betreutes Wohnen / Interesse der älteren Bevölkerung

dbu Hollen. Vor einigen Wochen stand es in der Presse: In Hollen soll ein Altenpflegeheim entstehen. Seitdem ist es etwas ruhiger geworden um dieses Thema. Hat man diese Idee inzwischen verworfen? Sind es finanzielle Hinderungsgründe oder sind es die Amtsmühlen, die zu langsam mahlen?

Eins steht fest: Die Idee ist nach wie vor aktuell. Die Planer wissen aber auch, so lange die Finanzierung nicht zu Hundert Prozent steht, kann man diese Idee nicht realisieren.

Die beiden Menschen, die dahinter stehen, sind die seit vielen Jahren in der Pflege tätigen Grete Bruns-Gärber und Eckhard Büscher. Sie möchten gerne in Hollen 31 vollstationäre Pflegeplätze und 23 vollwertige Wohnungen im betreuten Wohnen entstehen lassen. Als Ort haben sich die beiden das Gelände der ehemaligen Molkerei in Hollen ausgesucht. Dieses soll dann komplett abgerissen werden und für ca. 3,8 Millionen Euro wird dann der neue Gebäudekomplex entstehen.

Leider gibt es noch zwei Probleme: Die Bezirksregierung sieht



So könnte es aus Sicht der Straße „Zur Gaste“ einmal aussehen.

keinen Bedarf für Uplengen, obwohl eine durch die beiden gemachte Umfrage eine andere Sprache spricht: Von 2649 über 60-jährigen Bewohnern der Gemeinde wurden 857 repräsentativ angeschrieben. Bereits über 200 Senioren bekundeten spontan Interesse. Auch Vertreter der Gemeindeverwaltung würden eine Verwirklichung dieser Idee sehr begrüßen. Nicht nur für die soziale Seite ist das von Vorteil, auch die wirtschaftliche Seite ist interessant: Es würden ca. 20 neue Arbeitsplätze geschaffen werden, außerdem würde Hollen und seine Geschäfte an Attraktivität gewinnen. Ein weiteres Problem ist derzeit die Finanzierung. Schließlich hat keiner der beiden mal eben knapp vier Millionen Euro in der Brieftasche. Sie betonen, dass durch eine ausreichende

Belegung, die durch die Umfrage schon fast sicher ist und durch Investitionskostenschüsse aus Bund und Land sowie durch private Investoren die Finanzierung sichergestellt werden könnte. Bis zur Verwirklichung ihres Plans hat „Dat Pflgeteam ut Hollen“ auch jetzt schon gut zu tun. Sie betreiben seit einigen Monaten häusliche Krankenpflege in unserer Region. An einem Tag der offenen Tür vor einigen Wochen in ihren Räumlichkeiten an der Hollener Landstraße konnten sie sich bereits der Öffentlichkeit präsentieren. Viele Besucher überzeugten sich über ihre Leistungsfähigkeit und konnten sich bei Kaffee und Kuchen ein Bild über ihr geplantes Seniorenheim machen. So leicht will man nicht aufgeben...

Klicken
Sie mal rein:
www.terra-naturkost.de

Ihr Internet-Shop
für Naturprodukte
mit eigenem Lieferservice

TERRA NATURKOST

unbeschwert genießen!

- Naturkost und -kosmetik
- Aloe-Vera-Produkte
- Kristallines Salz aus dem Himalaya
- Präsentkörbe, versch. Größen, für jeden Anlass
- Infos für Allergiker
- Babynahrung

Hollener Landstraße 35
26670 Uplengen-Hollen
Info-Tel. (0 44 89) 9 40 92 17
info@terra-naturkost.de

Wir haben die passende Geschenkidee



Gokarts □ Gartentrampoline □ Sportgeräte □ Kinderspaß

26670 Uplengen-Hollen □ Zum Wallacker 5

Tel. (0 44 89) 36 30 o. 94 17 50 □ www.benzsport.de

<p>NEU</p> <p>BENZ-BUCH</p> <p>– Bücherstube –</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kinder- und Jugendbücher • Andachtsbücher • Lebenshilfe • Bücher u. Videos zum Ausleihen <p>„Bücher, die weiterhelfen“</p>	<p>BENZ-METALL</p> <p>– Metallbearbeitung –</p> <ul style="list-style-type: none"> • drehen • fräsen • bohren • sägen
---	--



Bäckerei Behmann

Inh. Ralf Jünke

Südgeorgsfehner Str. 2 - 26670 Uplengen-Hollen - Tel. 0 44 89 / 12 61
Filiale Ockenhauser Str. 95 - 26670 Ockenhausen - Tel. 0 49 56 / 99 01 73
NEZ-Markt Remels - Tel. 0 49 56 / 92 61 88
Filiale Determ - Tel. 0 49 57 / 99 02 88

immer eine frische Backidee

Gasthaus
ZUM
GRÜNEN JÄGER

Zum Vormerken:
Die Termine zu unseren traditionellen
Snirtje- und Kohlessen
mit Musik und Tanz
25.01., 22.02., 01. und 08.03.2003
Wir bitten um Voranmeldung

NEU: Für Grüppchen und Gruppen (bis 20 Personen)

Bückel braten
am offenen Kamin

Gasthaus „Zum Grünen Jäger“ · Inhaber: Familie Lüning
Hollener Str. 36 · 26670 Upl.-Jübbberde · Tel. (0 49 56) 12 22 u. 6 53
Telefax (0 49 56) 99 01 34 · www.gruener-jaeger.info

Bitte ausschneiden und bei uns abgeben.

GUTSCHEIN für einen kostenlosen WINTER-SEHTEST



Die dunkle Jahreszeit steht vor der Tür, schlechtes Wetter und schlechte Sichtverhältnisse machen das Autofahren gefährlicher. perfektes Sehen für Ihre Sicherheit wichtiger denn je! Unser kostenloser Sehtest gibt Ihnen diese Sicherheit!

Und sollten Sie Ihren Augen nicht mehr trauen können, gewinnen Sie mit Brillengläsern von Essilor das Vertrauen in Ihre Sehkraft wieder zurück.

Machen Sie deshalb einen Sehtest bei uns!

Werner



LUBINUS

UHREN □ SCHMUCK □ BRILLEN □ KONTAKTLINSEN
Inh. Ralf Lubinus



OSTERTORSTRASSE 140 □ 26670 UPLENGEN-REMELS □ TELEFON (0 49 56) 13 09 □ WWW.LUBINUS.DE



Hoppmann

BACKHAUS IN REMELS

hat den **SPARBAR**

Der Hoppmann-**SPARBAR**-Kunde möchte gerne qualitätsbewusst und günstig einkaufen.

Darum gibt es in der Bäckerei Hoppmann stets tolle und interessante Angebote.

In jeder **SPARBAR**-Woche werden wir unseren Kunden eine Brot-, Brötchen- und Kuchensorte in bester Hoppmann-Qualität zu einem Top-Preis anbieten.

SPAR BAR

Hoppmann genießen & sparen

Urstücke

Das Brötchen fast wie von früher
5 Stück - .99
nur € .99

Darüber hinaus bieten wir Ihnen zwei unserer beliebtesten Backwaren zu Dauertiefstpreisen an.

Familieubrot

Das milde Mischbrot für die ganze Familie
1000 g 1.99
nur € 1.99