



Uplengen stee.

Nr. 5
Sommer 2017

Malwettbewerb
für Kinder

Einkaufsgutscheine
zu gewinnen.

Die GSU Uplengen wünscht

ERHOLSAME FERIEN!

Informationen von der
Gemeinschaft der Selbständigen
in Uplengen e.V.

www.gsu-uplengen.de

Titelfoto: Badeseen Großsander
© Gemeinde Uplengen

UPLINGEN
Staatl. anerkannter Erholungsort





Freuen Sie sich
über eine stets
große Auswahl und
neuen Kollektionen
aus unserem
RABE
Shop.



Modehaus
de Buhr
Remels



IMPRESSUM

Herausgeber:

Gemeinschaft der Selbständigen
in Uplengen e.V.

1. Vorsitzende Kirsten Lüschen
Am Neuland 10
26670 Uplengen-Remels
Telefon: 04956 - 9113-16
E-Mail: info@gsu-uplengen.de
Internet: www.gsu-uplengen.de

Anzeigenverwaltung/Layout/

Produktion:

DRUCKdesign Uplengen
Ulrich & Gertrud de Buhr
Am Bargacker 16
26670 Uplengen-Hollen
Telefon: 04489 - 928026
Telefax: 04489 - 928025
E-Mail: druckdesign@ewetel.net

Vertrieb:

Deutsche Post AG
(Postwurfsendung an alle Haushalte in
Uplengen, Samtgemeinden Hesel und Jümme,
Gemeinde Grofefeihn, Stadt Wiesmoor, Teile
Friedeburgs, Gemeinde Westerstede (inkl.
Stadt), Gemeinde Apen)

Auflage: 35.000 Stück

Etwas Schönes verschenken!



Suchen Sie ein Geschenk und
können sich nicht entscheiden?

Wie wäre es mit einem Gut-
schein (über Einkäufe oder
Dienstleistungen), der bei
allen Mitgliedsunternehmen
der GSU eingelöst werden
kann. Damit liegen Sie immer
richtig!

Die Gutscheine werden in
Remels bei der Raiffeisen-
Volksbank und der Sparkasse
verkauft. Sie werden in den
Werten 10,00 €, 25,00 € und
50,00 € ausgegeben.

Liebe Leserinnen und Leser,



wir freuen uns, Ihnen erneut eine
Ausgabe unserer GSU-Broschüre
übersenden zu können.

Sie erhalten dabei einen Über-
blick über die Leistungen der
ortsansässigen Gewerbetreibenden, Handwerker
und Dienstleister. Vorhanden ist alles von A wie
Autohaus bis Z wie Zweiradladen.

Egal, ob Sie Einwohner von Uplengen und Umge-
bung oder Urlauber bzw. Gäste aus den angren-
zenden Städten und Gemeinden sind, Einkaufen
in Uplengen lohnt sich immer. Auf den folgenden
Seiten möchten wir Ihnen unsere Angebote unter-
breiten und würden uns freuen, Sie bald bei uns
empfangen zu dürfen.

Viel Spaß beim Lesen und herzliche Grüße

Kirsten Lüschen
(Vorsitzende der GSU)

Hoppmann

...wir leben Backen!

Hoppmanns

Brötchen-Handwerk:

Gutes Frühstück & leckere Pause

Hoppmanns leckere Brötchen-
vielfalt, immer frisch gebacken,
bietet für jeden Geschmack das
Richtige.
Klassisch kross, kernig und körnig,
kräftig oder süß – auf jeden Fall
die perfekte Basis für ein
gelungenes Frühstück und
eine leckere Pause.

100%
HANDWERK



www.baekerei-hoppmann.de

Bäckerei Hoppmann
Ostertorstraße 46 und 94
26670 Remels

Impressionen vom Frühlingmarkt



Am 30. April 2017 fand unser traditioneller Frühlingmarkt statt. Bei strahlendem Sonnenschein waren wieder viele tausend Besucher nach Remels gekommen, um auf dem Flohmarkt zu stöbern und zu handeln. Für Unterhaltung sorgten wir mit

Leckereien und Musik für die Großen und mit Karussells und Spielgeräten für die Kleinen. Unser besonderer Dank gilt dem Orgateam (Dietmar Fecht, Heiko Giesmann, Stephan Gerdes, Randolf Dieken, Peter Schmidt und Fiko Dansuk). Vielen Dank nochmals für die

tolle Organisation! Für alle interessierten Aussteller möchten wir auf unsere Homepage www.gsu-uplengen.de verweisen. Dort sind alle Infos aufgeführt. Unser nächstes großes Event wird der Herbstmarkt am 17. September 2017 sein, den wir dann be-

reits zum 34. Mal veranstalten. Highlights werden hier der RVB Herbstmarktlauf, ein großer Flohmarkt und der Handwerker-/Bauernmarkt sowie eine Oldtimer- und Traktorausstellung sein. Wir laden Sie herzlich ein, an diesem Tag unsere Gäste zu sein.



Dieter Lüschen
Steuerberater
vereid. Buchprüfer

Rüdiger Graf
Steuerberater

Kirsten Lüschen
Steuerberaterin

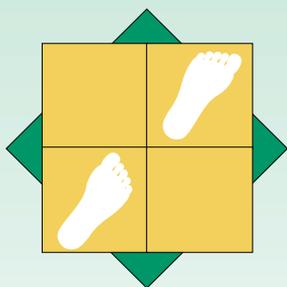


In der Region für die Region: Ausbildungsplätze für Steuerfachangestellte

In unserer Kanzlei legen wir besonderen Wert auf die Ausbildung junger Menschen. Für das am 01.08.2017 beginnende Ausbildungsjahr können wir kurzfristig noch einen Ausbildungsplatz zur / zum Steuerfachangestellten anbieten. Gerne können Sie sich auch schon für die Ausbildungsplätze zum 01.08.2018 bewerben.

Nutzen Sie Ihre Chance auf eine erfolgreiche Karriere und bewerben sich unter: bewerbung@lueschen-graf.de

26670 Uplengen-Remels • Am Neuland 10 • Telefon 04956-91 13-0 • Telefax 04956-91 1344



FUß
Meisterbetrieb

Fliesenfachgeschäft und -verlegebetrieb

Muttacker 2 Tel. (0 49 56) 25 15
26670 Uplengen-Remels Fax (0 49 56) 38 70

www.fliesen-fuss.de · rudi@fliesen-fuss.de



Zwei Chefs - eine Meinung

Wir verlegen Fliesen richtig - in der neuesten Technik - schnell und einfach in unserer „Frisch-in-Frisch-Verlegung“.

Interesse geweckt? Schauen Sie auf unserer Homepage www.fliesen-fuss.de oder lassen Sie sich von unserem Fachpersonal beraten.

- Dickbett-/Dünnbettverlegung
- Fliesen
- Rüttelböden
- Estricharbeiten
- Pelletöfen
- Kaminöfen
- Schornsteinbau
- Kaminbau
- Maurer-/Reparaturarbeiten
- Verblendarbeiten
- Bauunternehmen

AKTUELLES AUS IHRER LINDEN-APOTHEKE

Bestellungen ab sofort auch per

WhatsApp!

...keine Zeit?

...krank?

...nicht mobil?

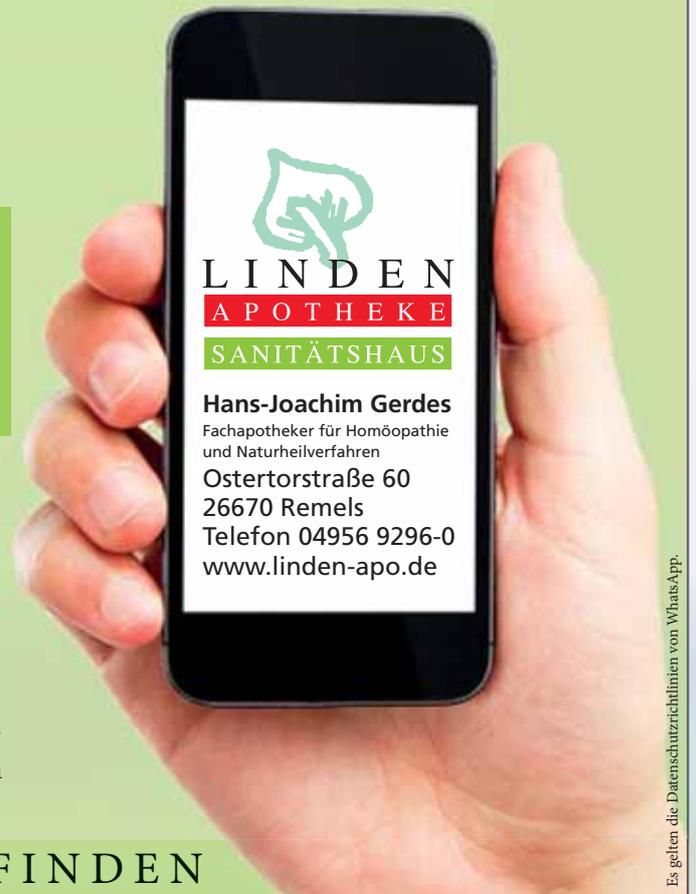
➔ Wir haben die Lösung!



WhatsApp!-Nummer:
04956-3000

dann liegt Ihre Bestellung zur Abholung bereit oder, sollten Sie nicht kommen können, liefern wir am gleichen Tag (bei Bestellung bis 13.00 Uhr).

GESUNDHEIT & WOHLBEFINDEN



LINDEN
APOTHEKE
SANITÄTSHAUS

Hans-Joachim Gerdes
Fachapotheker für Homöopathie
und Naturheilverfahren
Ostertorstraße 60
26670 Remels
Telefon 04956 9296-0
www.linden-apo.de

Es gelten die Datenschutzrichtlinien von WhatsApp.



80 V
AkkuPower
Akku-Rasenmäher

STIGA

HILLRICHS
LAND- UND GARTENTECHNIK

Kürvenweg 44
26670 Uplengen-Jüggerde
Tel. 04956-9269118
www.gartentechnik-hillrichs.de
Öffnungszeiten: Mo.-Fr. 7:45-12 Uhr
u. 12:45-17:30 Uhr, Sa. 9-12:30 Uhr

www.stiga.de

Focko's
BIKESCHMIEDE
Ostertorstr. 29 · 26670 Remels
04956/9279727

Willkommen in Ihrem Zuhause!

Ich Sorge dafür, dass aus Ihrem Wunsch vom eigenen Haus Wirklichkeit wird und begleite Sie von Anfang an.

Büro für Bauplanung

Hermann Pleis

Uplengen

- Bauberatung
- Bauplanung
- Baubegleitung
- Bauleitung
- Gebäudeenergieberatung

Friedhofsallee 24
26670 Uplengen-Remels
Telefon: 04956 928485
Mobil: 0171 4540110
E-Mail: hermann.pleis1@ewe.net

**Ich bin für Sie vor Ort
und informiere Sie gerne.**

Auch in diesen Fällen:

- Hausratversicherung
- Baufinanzierung
- Haftpflichtversicherung

ERGO

Versichern heißt verstehen.



Direktionsagentur
Egon Kaiser

Alter Postweg 70, 26670 Uplengen, Tel. 04956 928800
E-Mail: egon.kaiser@ergo.de, www.egon.kaiser.ergo.de

VERANSTALTUNGSHIGHLIGHTS

Sonntag, 25. Juni, 14-17 Uhr
Klein-Remels, Dorfgemeinschaftshaus
Dorf- und Kinderfest
Veranstalter: Ortsbürgerverein Klein-Remels

Sonntag, 25. Juni
Großoldendorf, Mühle
Mühlenfest
Veranstalter: Ortsvereine Groß- und Kleinoldendorf

Samstag/Sonntag, 8./9. Juli
Neudorf, Dorfgemeinschaftshaus
Boßelfest
Veranstalter: Boßelverein „Lat'n sus'n“ Neudorf

Donnerstag, 20. Juli, 14-16 Uhr
Großoldendorf, Hollsand
„Bauernwaldführung“ durch den Hollsand
Eine Bauernwaldführung von Weert ter Veen zur Deutung von Flurnamen der Gemeinde Uplengen. Beginn 14.00 Uhr, anschließend Kaffee und Kuchen im Waldhaus Hollsand. Anmeldung bis 2 Tage vor Veranstaltung bei Herrn ter Veen, 04956/608 oder Tourist-Info, 04956/912 177.
Veranstalter: Gemeinde Uplengen, Touristik Uplengen e.V.

Dienstag, 25. Juli, 14.00 Uhr
Remels, Treff: Paddel- und Pedalstation Uferstraße
Fahrradtour zur Bäckerei Ripken
Veranstalter: Landfrauen Uplengen, Tel. 04956-3446

Samstag, 29. Juli
Remels, an der St.-Martins-Kirche
Mittelaltermarkt
Veranstalter: Kirchengemeinde St. Martin

Samstag, 29. Juli, 20.00 Uhr
Hollen, Zum Sportplatz (gegenüber Feuerwehrhaus)
Sommerfete Hollen
Veranstalter: Freiwillige Feuerwehr Hollen

Donnerstag, 3. August, 15.00 Uhr
Nordgeorgsfehn, Anleger Kl.-Remelser-Str.
Erlebnistour mit der MS „Ella“
Kommen Sie an Bord und erleben Sie eine einmalig schöne Kanalfahrt mit der MS-Ella- einem liebevoll restaurierten alten Transportschiff. Beginn ist um 15 Uhr. Anschließend gibt es eine Mühlenführung des 200-Jahre alten Galerieholländers. Anmeldung bitte bis 2 Tage vor der Veranstaltung unter 04956/912 177 oder 04957/990101.
Veranstalter: Gemeinde Uplengen und Touristik Uplengen e.V.

Samstag, 5. August, 20.00 Uhr
Großsander, Freizeitanlage am Badesee
Seefest Großsander
Veranstalter: Freiwillige Feuerwehr Großsander

Sonntag, 6. August, 11-17 Uhr
Großoldendorf, Dorfgemeinschaftshaus
Grillen beim Sozialverband
Veranstalter: Sozialverband Ortsverband Uplengen

Donnerstag, 10. August, 14-16 Uhr
Großoldendorf, Hollsand
„Bauernwaldführung“ durch den Hollsand
Eine Bauernwaldführung von Weert ter Veen zur Deutung von Flurnamen der Gemeinde Uplengen. Beginn 14.00 Uhr, anschließend Kaffee und Kuchen im Waldhaus Hollsand. Anmeldung bis 2 Tage vor Veranstaltung bei Herrn ter Veen, 04956/608 oder Tourist-Info, 04956/912 177.
Veranstalter: Gemeinde Uplengen, Touristik Uplengen e.V.

Samstag, 19. August, 12.00 Uhr
Jübberde, Hollener Str.
24. Kartoffelerntefest
Veranstalter: Freiwillige Feuerwehr Jübberde

Sonntag, 27. August, 9.30 Uhr
Großoldendorf, Dorfgemeinschaftshaus
Fahrradtour mit Grillen
Veranstalter: STV „Hollsand“ e.V., Anmeldung: 04956-808

Unabhängig und fachkundig beraten Chefbehandlung inklusive!



LANGER Hörgeräte ist ein unabhängiges, inhabergeführtes Akustiker-Fachgeschäft mit 4 Filialen in der Region. Hier werden Sie noch vom Chef selbst beraten oder von einem unserer qualifizierten Hörakustikmeister: eingehend, persönlich, kompetent. Lassen Sie von sich hören: Besser hören bedeutet mehr Lebensqualität!

Bleiben Sie höflich!
Wir helfen Ihnen dabei mit:

- Gratis-Hörtest und -training
- eingehender Gehörschutzberatung
- Fachwissen für Im-Ohr-Hörgeräte
- besten Geräten zum fairen Preis

Filiale Remels
Alter Postweg 44
26670 Remels
Tel.: (0 49 56) 13 39

Filiale Edewecht
Hauptstraße 16a
26188 Edewecht
Tel.: (0 44 05) 4 84 54 00

Mo, Di, Do, Fr: 9-13 Uhr und 14-18 Uhr
Mi: 9-13 Uhr und nach Vereinbarung
Sa: nach Vereinbarung

Filiale Wardenburg
Oldenburger Straße 231
26203 Wardenburg
Tel.: (0 44 07) 9 13 90 22

Filiale Delmenhorst
Parkstraße 12
27749 Delmenhorst
Tel.: (0 42 21) 8 50 55 59

LANGER 
HÖRGERÄTE
www.langer-hoergeraete.de

Kaufen auch Sie im Internet?

- Wann hat Ihnen das Internet das letzte Mal einen Arbeitsplatz angeboten?
- Wo arbeiten Sie, wenn es Ihren jetzigen Arbeitgeber auf einmal nicht mehr gibt, weil er vom Internet vernichtet wurde?
- Wie viele Jugendliche aus Ihrer Region haben einen Ausbildungsplatz im Internet bekommen?
- Wir hoch war die Spende für Ihren Verein, Ihre Schule oder Ihren Kindergarten, die das Internet gezahlt hat?
- Wie viel Steuern zahlt das Internet für Ihre Gemeinde / Stadt?
- Wann hat Sie das Internet Vor-Ort oder in Ihrer Nähe kompetent beraten?
- Wie war der Service nach dem Kauf im Internet?
- Haben Sie schon mal vom Internet einen Auftrag bekommen?
- Wie sieht Ihre Stadt / Ihr Ort aus, wenn es keine lokalen Geschäfte mehr gibt?
- Wie sieht Ihre Umgebung aus, wenn es keine Unternehmen oder Geschäfte mehr gibt, die Steuern zahlen?

Daher: **Kauf' lokal!**

**ANTIK
ARIANS**

- Möbel von 1600 – 1850
- Uhren • Zinn • Fliesen
- Fayencen • Porzellan
- Ostfriesisches Silber

Ostfr. Kunsthandel

**Museale Restaurierung
in eigener Werkstatt**

Öffnungszeiten:
Mo.–Fr. 10–12.30 Uhr, 14.00–18.00 Uhr
oder nach telefonischer Vereinbarung

Horst Arians
Meister und gepr. Restaurator
im Tischlerhandwerk
Remels · Ostertorstraße 144
Telefon (0 49 56) 7 39

Malwettbewerb für Kinder

Endlich Ferien!

Das habt Ihr Euch auch verdient! Jetzt könnt Ihr den ganzen Tag das machen, wozu Ihr Lust habt: mit Freunden etwas unternehmen, im Freien spielen oder baden und schwim-

men gehen. Solltet Ihr trotzdem Langeweile haben, dann werdet doch einfach kreativ. Malt uns auf dem weißen Feld Euren perfekten Ferientag. Schneidet das Bild aus und sendet es bis zum Schulanfang zu (Adres-

se: GSU Uplengen, Kirsten Lüschen, Am Neuland 10, 26670 Uplengen-Remels). Die zehn schönsten Bilder belohnen wir mit je einem Einkaufsgutschein à zehn Euro, die Ihr in einem der zahlreichen Mitgliedsgefächte

einlösen könnt. Wir wünschen Euch viel Spaß beim Malen und viel Glück. (Mitglieder der GSU und ihre Familienangehörigen dürfen leider nicht teilnehmen. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.)

Name: _____ Alter: _____ Adresse: _____



Wollen auch Sie Mitglied der GSU werden?

Informieren Sie sich im Internet auf www.gsu-uplengen.de oder nehmen Sie gerne Kontakt mit uns auf.

Gemeinschaft der Selbständigen in Uplengen e.V.
Am Neuland 10
26670 Uplengen-Remels
Telefon: 04956 - 9113-16
E-Mail: info@gsu-uplengen.de
Internet: www.gsu-uplengen.de

Vertretungsberechtigter Vorstand:
1. Vorsitzende
Kirsten Lüschen
Am Neuland 10
26670 Uplengen-Remels
Telefon: 04956 - 9113-16
E-Mail: kirsten.lueschen@gsu-uplengen.de

2. Vorsitzender Daniel Hoppmann
Muttacker 4
26670 Uplengen-Remels
Telefon: 04956 - 91120
E-Mail: daniel.hoppmann@gsu-uplengen.de

Schriftführer
Carl-Heinz Kloppenburg
Ostertorstraße 100
26670 Uplengen-Remels
Telefon: 04956 - 910-114
E-Mail: carl-heinz.kloppenburg@gsu-uplengen.de

Schatzmeister Rüdiger Graf
Am Neuland 10
26670 Uplengen-Remels
Telefon: 04956 - 9113-0
E-Mail: ruediger.graf@gsu-uplengen.de



Gemeinsam mehr erreichen!

Schützenstraße 4
26670 Uplengen-Remels

Telefon (0 49 56) 91 85-0
Telefax (0 49 56) 91 85-20



Seit 1929

SPIEKER



IMMOBILIEN · FINANZIERUNGEN · VERSICHERUNGEN

Wir suchen:

Einfamilien-/Doppelhäuser • Land-/Bauernhäuser
Landwirtsch. Ländereien • Baugrundstücke • Mietobjekte

Unser Büro wurde ausgezeichnet:

TOP
IMMOBILIEN
MAKLER
2017



Folkert Folkerts
Öffentlich bestellter
und vereidigter Auktionator
Immobilienfachwirt
BDSH-geprüfter
Sachverständiger



Herbert Betten
Dipl.-Bankbetriebswirt
ADG

FOCUS

www.spieker-immo.de

DRUCK»DESIGN

Ihr Druckdienstleister aus Uplengen

Wir gestalten und drucken:

- **Geschäftsdrucksachen**
(Formulare, Broschüren, Briefbogen etc.)
- **Werbedrucksachen**
(Flyer, Folder, Magazine, Plakate etc.)
- **Vereinsdrucksachen**
(Hefte, Aufkleber, Eintrittskarten, Lose etc.)
- **Großformate**
(Schilder, Banner, Banden, Beschriftung etc.)

Am Bargacker 16 · 26670 Uplengen
Tel. 04489 928026 · Fax 04489 928025
E-Mail: druckdesign@ewetel.net

isermann
Ihr HÖRExperte

Ik bün de weer!
Wir sind zurück in Remels

Alter Postweg 81, 26670 Remels
Tel.: 04956 – 9286740
www.HÖRExperte.de



ALLIANZ

Hauptvertretung Thomas Heyen

Ostertorstraße 77
26670 Uplengen-Remels
Telefon 04956 1000
Telefax 04956 3544
www.allianz-heyen.de
thomas.heyen@allianz.de



APOTHEKE IN REMELS

Apotheke

Ostertorstraße 39
26670 Uplengen-Remels
Telefon 04956 990333
www.apotheke-in-remels.de

Öffnungszeiten: Mo.-Fr. 8–18.30 Uhr
Sa. 8.30–13.00 Uhr



ARAL TANKSTELLE

Tankstelle

Inh.: Dirk Blasche
Ostertorstraße 45
26670 Uplengen-Remels
Telefon 04956 927799



HORST ARIANS

Ostfr. Kunsthandel

Ostertorstraße 144
26670 Uplengen-Remels
Telefon 04956 739

Öffnungszeiten: Mo.-Fr. 10-12.30
und 14-18 Uhr, Sa. 10-13 Uhr oder
nach tel. Vereinbarung



AS-STEUERBERATER

Steuerberater

Hasenburgstraße 27
26670 Uplengen-Remels
Telefon 04956 4048880
www.as-steuerberater.de
info@as-steuerberater.de



Die Mitglieds-
betriebe der GSU
freuen sich über
Ihren Besuch!



Gemeinsam
mehr
erreichen!



ATHOS

Griechisches Restaurant

Ostertorstraße 58
26670 Uplengen-Remels
Telefon 04956 3668

Öffnungszeiten: Di.-Sa. 17-24 Uhr
So.- u. Feiertage 12-14.30 Uhr
und 17-24 Uhr, Mo. Ruhetag



AZA

POLLMANN & REUTER

Autohaus

Ostertorstraße 89
26670 Uplengen-Remels
Telefon 04956 92910
www.aza.de
info@aza.de



BACHMANN'S MUSIKCAFÉ

Livemusik, Discoabende, Dartautomat

Kirchstraße 9
26670 Uplengen-Remels
Telefon 04956 4047911

Sommer-Öffnungszeiten (ab 1.7.15):
Do. 18–24 Uhr, Fr.+Sa. 18-3 Uhr,
So. 18–24 Uhr



ALBERT BOLTE

Fachmarkt, Baustoffe,
Bauunternehmen, Immobilien

Ostertorstraße 50
26670 Uplengen-Remels
Telefon 04956 9255-0
www.albert-bolte.de

Öffnungszeiten: Mo.-Fr. 8.30-12.30
und 14-18 Uhr, Sa. 8.30-13 Uhr



BRUNS

Raumausstatter, Lederwaren

Ostertorstraße 37
26670 Uplengen-Remels
Telefon 04956 677
www.raumausstatter-bruns.de

Öffnungszeiten:
Mo.,Di.,Do.,Fr. 8.30-12.30+14-18 Uhr,
Mi. 8.30-12.30, Sa. 9-13 Uhr



DE BUHR

Modehaus

Ostertorstraße 25
26670 Uplengen-Remels
Telefon 04956 1209
www.debuhr-gmbh.de

Öffnungszeiten: Mo.-Fr. 9-12.30 Uhr
und 14-18 Uhr, Sa. 9-13 Uhr



Sorgenfrei in den Urlaub starten

Das Zuhause absichern und das Eigentum vor Einbrechern schützen



Ein sichtbar verwaistes Haus wirkt buchstäblich wie eine Einladung auf Ganoven. Schon mit einfachen Mitteln lässt sich das Eigenheim auch während der Urlaubsaison besser schützen. Foto: djd/LISTENER Sicherheitssysteme GmbH/thx

(djd). Ein überquellender Briefkasten, ein in die Höhe geschossener, seit Wochen nicht gemähter Rasen, auch tagsüber verschlossene Rollläden rund ums Haus: Ein derart verwaistes Eigenheim stellt für Einbrecher buchstäblich eine Einladung dar. Das gilt erst recht, da in den allermeisten Gebäuden keine Sicherheitstechnik installiert ist, die Einbruchversuche abwehren könnte. Wenn die Bewohner offenkundig verweist sind, haben die Täter allzu leichtes Spiel und können ungestört ins Haus eindringen. Gerade während der Feriensaison schlagen die Ganoven häufig zu. Hier gibt es vier wichtige Tipps, was Hauseigentümer vorbeugend unternehmen können.

- Offensichtliche Signale der Abwesenheit vermeiden: Hilfreich ist es, wenn nicht jeder Passant

auf einen Blick erkennt, dass sich die Bewohner im Urlaub befinden. Daher den Rasen vom Gärtner oder von Freunden mähen lassen. Post kann man für wenig Geld einlagern lassen - oder sonst Nachbarn bitten, regelmäßig den Briefkasten zu leeren. Und: Nicht vergessen, für die Urlaubswochen rechtzeitig die Zeitung abzubestellen.

- Neuralgische Punkte schützen: Fenster und Türen im Erdgeschoss, leicht zugängliche Balkontüren, Neben- und Keller Eingänge: Immer wieder sind es dieselben Punkte, über die sich Täter Zugang verschaffen. „Hier ist in jedem Fall eine elektronische Überwachung und Absicherung empfehlenswert“, sagt Ralf Mikitta, Sicherheitsberater des Verbandes für Wohneigentum Baden-Württemberg und Experte beim Anbieter Micycle. Sobald ein Täter die Außenhaut des Gebäudes verletzt, sollte eine Alarmanlage losgehen, sodass die Ganoven sich gar nicht mehr ins Haus trauen.
- Abschreckung wirkt: Täter wollen sich unerkannt und zügig Zutritt zum Haus verschaffen. Bereits helles Licht und ein lauter Alarmton schlagen sie meist in die Flucht. Experten wie Ralf Mikitta empfehlen daher, diese Schwachstellen im Haus zu überwachen. Besonders praktisch sind Funksysteme wie beispielsweise die Anlage Listener V7. Sie lässt sich schnell und

einfach installieren, da dafür keine zusätzlichen Kabel verlegt werden müssen. Das System ist gemäß Norm EN 50131 zertifiziert und entspricht den Empfehlungen der Polizei. Unter www.alarmanlage-einbruchschutz.de gibt es mehr Details.

Wenn die Anschaffung einer Alarmanlage geplant ist, sollte man zunächst prüfen, ob das System sowie der Errichter zertifiziert sind und der Hersteller Mitglied im BHE ist. So lässt sich von Anfang an ein Großteil der „schwarzen Schafe“ herausfiltern.



Eine schützende Hand für das Zuhause: Am besten ist es, Einbrecher etwa mit einem Alarmsystem direkt in die Flucht zu schlagen, noch bevor sie überhaupt das Gebäude betreten. Foto: djd/LISTENER Sicherheitssysteme GmbH/shutterstock

Für Sicherheit gibt es Zuschüsse

Eine gute Nachricht für alle Hausbesitzer, die ihr Eigenheim besser vor Einbrechern schützen wollen: Auch 2017 gibt Vater Staat Zuschüsse zu den Umbaumaßnahmen dazu. Der finanzielle Bonus beträgt zehn Prozent der Investitionssumme beziehungsweise bis zu maximal 1.500 Euro. Förderfähig sind unter anderem Alarmanlagen, die über eine EN-Zertifizierung verfügen, wie etwa das einfach nachrüstbare Funksystem Listener V7. Wichtig zu beachten: Die Antragstellung über das KfW-Zuschussportal muss vor Beginn der Arbeiten erfolgen. Mehr Informationen und die Kontaktmöglichkeit für eine individuelle Beratung gibt es unter www.alarmanlage-einbruchschutz.de.



Erleben Sie unsere neuen Shops von

juta

+

Miele

Und unsere völlig neu gestalteten Verkaufsräume.



EP: Rademacher

ElectronicPartner

LCD-/PLASMA-TV, HIFI, DVD/VIDEO, CAR-HIFI, DIGITALE FOTOGRAFIE, ELEKTRO-HAUSGERÄTE, MOBILFUNK, TELEKOMMUNIKATION, PC/MULTIMEDIA, ZUBEHÖR, SOFTWARE

26670 Uplengen, Alter Postweg 64, Tel. 04956 1027, Fax 04956 3027

Email: rademacher@ewetel.net

24 Stunden shoppen www.ep-rademacher.de

Unser Service macht den Unterschied

Partner für Telekommunikation EWE

**BUSS-WEBER**

Generalplanerteam Buss-Weber GmbH

Höststraße 6
26670 Uplengen-Remels
Telefon 04956 4071200
www.buss-weber.de

**COLUMBUS**

Restaurant, Pizzeria, Eiscafé

Ostertorstraße
26670 Uplengen-Remels
Telefon 04956 990456

Geschäftszeiten:
Montag – Mittwoch 17–23 Uhr, Donnerstag
12–14.30 Uhr und 17–23 Uhr, Freitag 12–14.30
Uhr und 17–24 Uhr, Samstag 12–24 Uhr, Sonntag
+ feiertags 12–23 Uhr

**CRAMER
HONORARBERATUNG**

Gerhard Cramer

Kirchstraße 9
26670 Uplengen-Remels
Telefon 04956 3427
Mobil 0151 17023865
Mail: gerhard@cramer-honorarberatung.de

**DRUCKdesign**

Werbeagentur, Druckdienstleistungen

Am Bargacker 16
26670 Uplengen-Hollen
Telefon 04489 928026
Telefax 04489 928025
druckdesign@ewetel.net

Geschäftszeiten: n. Vereinbarung

**DÜRING**

Fleischer-Fachgeschäft

Ostertorstraße 115
26670 Uplengen-Remels
Telefon 04956 1206
www.fleischerei-düring.de

Öffnungszeiten: Mo., Di., Do., Fr. und
Sa. 8-18 Uhr, Mi. 8-13 Uhr

**ENSA GMBH**

Bauunternehmen

Inh. Saathoff & Ennen
Westring 14
26670 Uplengen-Remels
Telefon 04956 40770
www.en-sa.de
info@en-sa.de



Die Mitglieds-
betriebe der GSU
freuen sich über
Ihren Besuch!



Gemeinsam
mehr
erreichen!

**ERGO**Direktionsagentur
Egon Kaiser

Alter Postweg 70
26670 Uplengen-Remels

Telefon: 04956 - 928800
E-Mail: egon.kaiser@ergo.de
www.egon.kaiser.ergo.de



ERGO
Versichern heißt verstehen.

**FOCKO'S BIKESCHMIEDE**

Ostertorstraße 29
26670 Uplengen-Remels
Telefon: 04956 - 9279727

Öffnungszeiten: Mo.–Fr. 9–12.30 Uhr
und 14–18 Uhr, sa. 9–13 Uhr

**FUSS**

Fliesenfachgeschäft /-verlegebetrieb

Muttacker 2
26670 Uplengen-Remels
Telefon 04956 2515
www.fliesen-fuss.de

**GIEMANN**Da. u. He. Bekleidung, Tag- und Nachtwäsche,
Bettwaren, Tischwäsche, Jagdbekleidung

Ostertorstraße 41
26670 Uplengen-Remels
Telefon 04956 1268
E-Mail: info@giesmann.de

Öffnungszeiten:
Täglich 8.30-12.30 Uhr und 14-18 Uhr,
Mi. und Sa. nachmittags geschlossen

Giesmann
Mode - Textil - Betten

**GOESMANN**

Reifen- und Autoservice

Cirksenastraße 10
26670 Uplengen-Remels
Telefon 04956 1554
info@reifen-goesmann.de

Öffnungszeiten:
Mo.-Fr. 8-18 Uhr, Sa. 8-12 Uhr



Jann Tammen
Privatkundenberater



**111 Jahre
RVB
-
Jubi-Angebote
sichern!**

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Damit Sparen wieder Freude macht
Lassen Sie sich zum zeitgemäßen Sparen mit Fonds beraten. Sprechen Sie persönlich mit Ihrem Berater, rufen Sie an oder gehen Sie online:
www.meine-rvb.de 0800 285 622 97

Wir machen den Weg frei. 

Weitere Informationen, die Verkaufsprospekte und die wesentlichen Anlegerinformationen erhalten Sie kostenlos in deutscher Sprache in unseren Kundenzentren und Filialen oder beim Kundenservice der Union Investment Service Bank AG, Weißfrauenstraße 7, 60311 Frankfurt am Main, unter www.union-investment.de oder telefonisch unter 069 58998-6060.

Raiffeisen-Volksbank eG 
Aurich · Detern · Friedeburg · Großefehn · Holtrop
Uplengen · Wiesmoor · Wittmund



Groth

Optik - Uhren - Schmuck



unter anderem
- Batteriewechsel - Gravuren
- Pokale - Zippos

Ostertorstraße 49 · 26670 Remels · Tel: 04956-1329
www.firma-groth.de · facebook.com/FirmaGroth
Öffnungszeiten: Mo-Fr 8:30-12:30 & 14:00-18:00, Sa 8:30-13:00



Urlaubsspaß zu Hause

Fünf Tipps für abwechslungsreiche und erholsame Ferien auf Balkonien

(djd). Im eigenen Bett schlafen, gemütlich auf der Terrasse frühstücken, neue Orte in der näheren Umgebung erkunden und gemeinsam mit der Familie ausgiebig frühstücken: Auch ein Urlaub zu Hause hat seine Reize. Ganz ohne Stau und Kofferpacken kann man viel Spaß haben und sich erholen. Damit man nicht in die übliche Routine verfällt, sollte der Urlaub daheim allerdings ebenso geplant werden wie eine Reise. Am besten sammelt man zusammen mit der Familie Ideen, was man gerne erleben möchte - hier einige Tipps:

- **Radausflüge:** Gerade im Sommer machen Radtouren großen Spaß. Meist finden sich auch in der näheren Umgebung interessante Highlights wie Burgen oder Schlösser, die zu Besichtigungsstopps einladen. Auch eine Eisdielen oder ein Badesees können reizvolle Ziele sein. In Regionalzügen kann man häufig das Fahrrad mitnehmen - so lässt sich der Aktionsradius erweitern.

Wer entlang eines Flusses radelt, kann zum Beispiel für die Rückfahrt das Ausflugsschiff wählen.

- **Picknick:** Ob im Anschluss an eine Radtour oder einfach so - mit einem Picknick im Park, im Wald oder sogar nur im eigenen Garten kommt Sommerstimmung auf. Zum Familienglück im Grünen braucht man nicht mehr als eine große Decke mit wasserabweisender Unterseite, Geschirr, Servietten und ein paar leckere Snacks wie Gemüsesticks mit Dips, Obst, Frikadellen, hartgekochte Eier, Brot und Salate. Als Durstlöcher darf es auch einmal etwas Besonderes sein, wie etwa Capri-Sun, die sich gut mitnehmen lässt. Zwischen den Snacks bleibt Zeit zum Spielen - daher sollten auch Ball oder Kartenspiele unbedingt zur Picknickausrüstung gehören.
- **Freizeitparks, Minigolf und Co.:** Achterbahnfahrten, Nasswerden in der Wildwasserbahn und vieles mehr - Freizeitparks sind vor



Urlaub zu Hause: Bei einem Picknick im Grünen kommt Sommerstimmung pur auf.
Foto: djd/Capri-Sun

- **Indoor-Spaß:** Bei schlechtem Wetter können zum Beispiel eine

Kletterhalle oder ein Indoor-Spielplatz auf dem Programm stehen. Zahlreiche Museen bieten in den Ferien Führungen und Workshops an. Und auch ein gemeinsamer Kinonachmittag kommt immer gut an.

- **Chillen:** Ein Buch lesen, fernsehen oder Musik hören: Entspannung gehört beim Urlaub mit dazu - daher sollte man nicht jeden Tag verplanen.

Mehr Geschmack beim Grillen

So landen nur Leckerbissen auf dem Teller

(djd). Herrlich kross gebratene Steaks, duftendes Kräuterbaguette, leckere Salate - dazu ein eisgekühltes Bier: Wenn es ans Grillen geht, hat für viele Deutsche der Sommer begonnen. 87 Prozent der Bundesbürger nutzen die uralte Methode der Nahrungszubereitung dem Meinungsforschungsinstitut YouGov zufolge regelmäßig, bei 15 Prozent der Befragten landet sogar bei Eis und Schnee Grillgut auf dem Rost. Mit den nachfolgenden Tipps hinsichtlich Qualität und Marinade des Grillgutes ist der „Lecker-Effekt“ vorprogrammiert.

- Keine Qual bei der Wahl: Egal ob Fleisch, Fisch oder Gemüse, regionale Waren sind den billigen Discountmarken vorzuziehen. Die Umwelt wird geschont und wer zum Bio-Siegel greift fördert die ökologische Landwirtschaft und artgerechte Tierhaltung.

- Nur Frisches auf den Grill: Bei marinierten Ware lassen sich Geruch und Farbe als Frischekriterium nicht mehr überprüfen. Zudem stecken in vielen Marinaden Geschmacksverstärker und Konservierungsmittel.

- Marinade selber machen: Die Grundzutaten sind Säuren und Gewürze. Ganz einfach geht es mit fertigen Soßen, wie etwa der Kürbis



Durch das im Hokkaido-Kürbis enthaltene Beta-Carotin wird das mit der Kürbis BBQ & Grill Sauce marinierte Grillgut appetitlich braun. Foto: djd/Georg Thalhammer

BBQ & Grill Sauce von Georg. Die Kombination der Zutaten ist ideal zum Marinieren geeignet, zaubert ein rauchig-würziges Aroma und kann durch den enthaltenen Ahornsirup auch zum Karamellisieren verwendet werden - was nebenbei eine schöne Farbe verleiht. Die Sauce und die weiteren Ketchups der Produktlinie sind vegan, glutenfrei, ohne Tomaten und frei von Zusatzstoffen - zu bestellen im Online-Shop unter www.georg-thalhammer.de.



Der leckere Hokkaidokürbis kann sogar mit Schale verspeist werden. Kürbis - egal ob Fruchtfleisch, Kerne oder Öl, diese Frucht strahlt nur so vor Vitalstoffen. Foto: djd/Georg Thalhammer

Ist der Fisch auch wirklich frisch?

Bei Fischen lässt sich der Frischegrad an dem metallischen Schimmer der Schuppen erkennen, die sich nur schwer ablösen lassen. Des Weiteren hilft die Druckprobe - nach dem Eindringen mit dem Finger, sollte die Delle schnell wieder glatt werden. Die Augen sollten glänzend, die Kiemen rot sein. Festfleischige und fettreiche Fischarten wie Forelle, Lachs, Thunfisch, Dorade und Wolfsbarsch sind besonders gut zum Grillen geeignet. Am besten in einer Grillschale grillen und mit einem Spatel vorsichtig wenden. Servierfertig ist Fisch, wenn das Fleisch innen nicht mehr glasig ist und sich leicht von den Gräten lösen lässt. Übrigens: Das MSC-Siegel steht für Nachhaltigkeit beim Fischfang.



Auch der Burger lässt sich mit der Kürbis BBQ & Grill Soße geschmacklich verfeinern. Foto: djd/Georg Thalhammer



Unwiderstehlich lecker: Lachs vom Grill mit Gemüsepuffer und Kürbis-Dill-Sauce. Foto: djd/Georg Thalhammer

Lachsfilet mit Gemüsepuffer und Kürbis-Dill-Sauce

Für den Fisch:

frische Lachsfilets (180 g pro Person)
1 Bio-Zitrone
Georg Kürbis BBQ & Grill Sauce

Gemüsepuffer:

500 g Gemüse (Kürbis, Zucchini, Karotten, Kartoffeln)
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
1 EL Mehl
2 Eier
½ Bund Petersilie
Salz, Pfeffer, Muskat
Öl zum Braten

Sauce:

Georg Kürbispüree
50 ml Sahne
200 ml Fisch- oder Krustentierfond
½ Bund Dill
Salz, Pfeffer, Gemüsebrühe
Kleiner Schuss Weißweinessig

Zubereitung:

Gemüse fein raffeln, Zwiebel, Knoblauch und Petersilie hacken - mit Mehl, Eiern und Gewürzen vermischen. Mit einem Esslöffel Nocken in eine heiße Pfanne setzen und flach drücken. Von beiden Seiten goldgelb anbraten und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Für die Sauce Kürbispüree, Fond und Sahne in einem Topf erhitzen, Dill fein schneiden und unterheben. Gewürze und Essig dazugeben und gut verrühren.

Lachsfilets mit Zitronensaft einreiben und in einer Grillschale zuerst von der Hautseite anbraten, dann vorsichtig umdrehen. Mit BBQ-Sauce dünn einpinseln, nochmal kurz umdrehen und fein karamellisieren. Neben der Kürbissauce schmeckt die pure BBQ & Grillsauce natürlich auch dazu.



Gemeinschaftspraxis

**DR. JOCHEN GREBE
DR. JENS ARENDS**

Fachärzte für Allgemeinmedizin

Höststraße 6, 26670 Remels
Telefon 04956 1015

Öffnungszeiten:

Mo.-Fr. 8-12 und 15-18 Uhr,
außer Mittwoch- u. Freitagnachmittag**GROTH**

Optik - Uhren - Schmuck

Ostertorstraße 49
26670 Uplengen-Remels
Telefon 04956 1329
www.firma-groth.deÖffnungszeiten: Mo.-Fr. 8:30-12:30
14:00-18:00, Sa. 8:30-13:00 Uhr**BESTATTUNGSINSTITUT
GRUBE**

Inh. Annemarie Schreiber

Alter Postweg 128
26670 Uplengen-Remels
Telefon 04956 928774
Telefax 04956 4048526**HALTENHOFF**

Schuh-Fachgeschäft

Ostertorstraße 81
26670 Uplengen-Remels
Telefon 04956 738
www.schuh-haltenhoff-remels.deÖffnungszeiten: Mo.-Fr. 9-12:30
und 14-18 Uhr, Samstag 9-13 Uhr**TISCHLEREI HEYEN**Fenster und Türen, Wintergärten,
Überdachungen, Fußböden, Treppen,
Innenausbau, Möbel nach MaßMuttacker 17
26670 Uplengen-Remels
Telefon 04956 409919
www.tischlerei-heyen.deDie Mitglieds-
betriebe der GSU
freuen sich über
Ihren Besuch!Gemeinsam
mehr
erreichen!**HILLRICHS**

Land- und Gartentechnik

Kürvenweg 44
26670 Uplengen-Jüggerde
Telefon 04956 9269118
www.gartentechnik-hillrichs.deÖffnungszeiten: Mo.-Fr. 7:45-12 Uhr
u. 12:45-17.30 Uhr, Sa. 9-12:30 Uhr**BÄCKEREI HOPPMANN**

Bäckerei

Muttacker 4
26670 Uplengen-Remels
Telefon 04956 9112-0
www.baecerei-hoppmann.de
info@baecerei-hoppmann.de**HÖST-APOTHEKE**

W. Kamps & M. Redweik

Alter Postweg 57
26670 Uplengen-Remels
Telefon 04956 922020**IMPULS**

Fitness- und Gesundheitszentrum

Inh.: Karsten Overlander
Schützenstraße 1
26670 Uplengen-Remels
Telefon 04956 990251Öffnungszeiten: Mo./Mi./Fr. 8-21.30 Uhr,
Di. + Do. 8 - 12 Uhr + 15 - 21.30 Uhr
Sa. + So. 11 - 17 Uhr**ISERMANN**

Hörgeräteakustik

Alter Postweg 81 (Plümers Huus)
26670 Uplengen-Remels
Telefon 04956 9286740Öffnungszeiten: Montags, dienstags und mitt-
wochs von 8.30 Uhr bis 12.30 Uhr sowie nach
Vereinbarung**ITALIA**

Verkaufskontor GmbH

GF: Guiseppe Tronci
Raiffeisenstraße 14
26670 Uplengen-RemelsTelefon: 04956 - 990293
Mobil: 0173 - 2194880
Telefax: 04956 - 990294

Wie fährt man am günstigsten?

Benzin, Diesel, Gas oder Elektro: Online-Tools geben Hilfestellung beim Autokauf

(djd). Wenn der Kauf eines neuen Pkw ansteht, spielt neben Sicherheit und Komfort heute auch die Energieeffizienz des Fahrzeugs eine wichtige Rolle. Aus gutem Grund: Je geringer der Verbrauch, desto niedriger die laufenden Energiekosten und die Klimabelastung. Und sparsame Benziner oder Diesel sind längst nicht mehr die einzige Möglichkeit für individuelle Mobilität. „Es lohnt sich, alte Fahr- und Nutzungsgewohnheiten auf den Prüfstand zu stellen und genau zu analysieren, was ein neues Wunschfahrzeug leisten soll“, rät Oliver Frank, Bereichsleiter Erneuerbare Energien und energieeffiziente Mobilität bei der Deutschen Energie-Agentur (dena). Online-Tools, die dabei helfen, gibt es unter www.pkw-label.de.

Der richtige Antrieb für die eigenen Fahrgewohnheiten

Grundsätzlich schneiden Fahrzeuge mit reinem Elektroantrieb bei der Umweltbilanz am besten ab, da durch den Betrieb des Fahrzeugs lokal kein CO2 oder Feinstaub emittiert wird. Allerdings hängt die reale Klimabilanz der Fahrzeuge stark vom eingesetzten Strommix ab. Je mehr erneuerbare Energie, desto sauberer das Elektrofahrzeug. E-Autos sind im Vergleich zu Fahrzeugen mit Verbrennungsmotor noch relativ teuer, seit Sommer 2016 gibt es für Neuwagenkäufer aber eine Kaufprämie des Bundes



Gerade für Kurzstreckenfahrer sind E-Autos mittlerweile eine wirtschaftlich interessante Alternative zu Fahrzeugen mit Verbrennungsmotoren.
Foto: djd/Deutsche Energie-Agentur GmbH (dena)/iStock

für reine Elektrofahrzeuge und Plug-In-Hybride.

Eine Alternative zum Pkw mit reinem Verbrennungsmotor-Antrieb sind auch Hybridfahrzeuge, da sie mit Benzin- oder Diesellagregat plus Elektromotor zwei Antriebe besitzen. Besonders im Kurzstreckenverkehr können sie günstiger unterwegs sein, da Bremsenergie gespeichert wird, die beim Anfahren den Verbrennungsmotor unterstützen kann. Eine klimafreundliche und preislich interessante Alternative sind Autos, die mit Erdgas und Biomethan betankt werden. Sie nutzen die konventionelle Otto-Motortechnik, haben aber durch den sauberen Kraftstoff gegenüber Benzin und Diesel einen geringeren CO2-, Feinstaub- und Stickoxidausstoß. Mittlerweile ist auch das Gas-Tankstellennetz ausreichend eng ausgebaut.

Leichter vergleichen mit dem Pkw-Effizienzlabel

Gute Hinweise auf die Energieeffizienz eines Fahrzeugs gibt das Pkw-Label, das seit 2011 auf allen Neuwagen zu finden ist. Ähnlich aufgebaut wie das bekannte Effizienzlabel auf Kühlschränken und vielen anderen Elektrogerä-

ten, macht es Fahrzeuge leichter vergleichbar und liefert dazu viele Informationen zu den durchschnittlich zu erwartenden Kraftstoffkosten, der Kfz-Steuer und der Leistung.

Höhere Anschaffungskosten können sich rechnen

Gerade bei der Anschaffung von kleineren Fahrzeugen möchten Neuwagenkäufer nicht zu viel ausgeben - und sparen manchmal an der falschen Stelle. In einem Beispiel auf www.pkw-label.de hat die Deutsche Energie-Agentur (dena)

Anschaffungs- und Betriebskosten für vergleichbare Fahrzeuge der Kompaktklasse gegenübergestellt. Ein Preisvorteil von 3.000 Euro beim Kauf eines Kompakten mit Label-Einstufung D gegenüber dem teureren Fahrzeug mit Einstufung A wird von den Steuer- und Kraftstoffkosten bei einer Jahresfahrleistung von 20.000 Kilometern bereits nach fünf Jahren mehr als aufgebraucht. Und nach zwölf Jahren summieren sich diese Mehrkosten schon auf über 8.000 Euro gegenüber dem energieeffizienten Modell.



Vergleichen lohnt sich: Die Mehrkosten für ein energieeffizienteres Fahrzeug können sich schon nach ein paar Jahren amortisieren.
Foto: djd/Deutsche Energie-Agentur GmbH (dena)/ Ingo Heine



Wer die Energieeffizienz von Neuwagen vergleichen will, kann dafür das Pkw-Label nutzen.
Foto: djd/Deutsche Energie-Agentur GmbH (dena)/ Ingo Heine



AALRÄUCHEREI JANSSEN

Fahnster Streek 2
26632 Ihlow
Telefon 04941 5054
www.aal-janssen.de



KARL KLOCK

Inh. Wilfried Klock
Holz und Baustoffe

Uplengener Straße 19
26670 Uplengen-Remels
Telefon 04956 1048
Telefax 04956 3884



HEINZ-HERMANN KOCH

Kraftverkehr

Am Industriepark 14
26670 Uplengen-Jübberde
Telefon 04956 404770
Internet: www.koch-ck.de



LANGER HÖRGERÄTE

Hörgeräteakustik-Meisterbetrieb

Alter Postweg 44
26670 Uplengen-Remels
Telefon 04956 1339
www.langer-hoergeraete.de

Mo.-Fr. 9-13 Uhr und 14.30-18 Uhr,
Mittwoch Nachmittag geschlossen



LINDEN-APOTHEKE LINDEN-SANITÄTSHAUS

Inh. Hans-Joachim Gerdes

Ostertorstr. 60, 26670 Upl.-Remels
Telefon 04956 9296-0
WhatsApp: 04956/3000
www.linden-apo.de

Öffnungszeiten: Mo.-Fr. 8-18:30 Uhr,
Sa. 8:30-13 Uhr



LSP – LADENBAU SONDERPOSTEN

für Privatleute und Gewerbetreibende

Alter Postweg 99
26670 Uplengen-Remels
Telefon 04956 926286
Mail: info@ladenbau-sonderposten.de

Öffnungszeiten: Mo.–Fr. 8–17 Uhr



Die Mitglieds-
betriebe der GSU
freuen sich über
Ihren Besuch!



Gemeinsam
mehr
erreichen!



KANZLEI LOTZ

Steuerberatungsgesellschaft
Boris & Marco Lotz

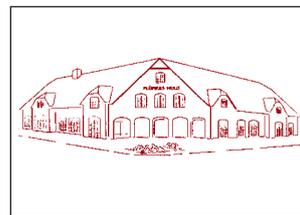
Oldendorfer Straße 25
26670 Uplengen-Remels
Telefon 04956 92840-0
www.kanzleilotz.de
mail@kanzleilotz.de



BRILLEN LUBINUS

Ostertorstraße 140
26670 Uplengen-Remels
Telefon 04956 1309
www.brillen-lubinus.de

Öffnungszeiten: Mo., Di., Do., Fr. 8:30-
12:30+14-18 Uhr, Mi. 8:30-12:30
Uhr, Sa. 8:30-13 Uhr



FOLLA LUITJENS UND GERHARD RADEMACHER

Praxis für Krankengymnastik,
Massage und Osteopathie BAO

Alter Postweg 81
26670 Uplengen-Remels
Telefon 04956 2130



JOHANN LÜSCHEN

Hausgeräte-Technik, Einbauküchen
Gartentechnik, Landwirtschaftsbedarf
Kundendienst

Middelstraße 5
26670 Uplengen-Großboldendorf
Telefon 04956 1456

Geschäftszeiten: Mo.-Fr.: 8-12:30
Uhr und 14-18 Uhr, Sa. 8-12:30 Uhr



DIETER LÜSCHEN RÜDIGER GRAF KIRSTEN LÜSCHEN

Steuerberater / vereid. Buchprüfer

Am Neuland 10
26670 Uplengen-Remels
Telefon 04956 9113-0
www.lueschen-graf.de





KAUFHAUS LÜSCHEN

Bücher, Schulbedarf, Geschenkartikel, Porzellan, Glas, Reisebüro

Ostertorstraße 33
26670 Uplengen-Remels
Telefon 04956 91820

Öffnungszeiten: Mo.-Fr. 8.30-12:30 und 14-18 Uhr, Samstag 8-13 Uhr



DRUCKEREI MEEUW

Druckerei

Inh. Jann Meeuw
Alter Postweg 72-74
26670 Uplengen-Remels
Telefon 04956 4202

Öffnungszeiten: Mo - Fr. 8-13 und 14-17 Uhr und nach Vereinbarung



NEZ-MARKT

Verbrauchermarkt

Ostertorstraße 52
26670 Uplengen-Remels
Telefon 04956 990106

Öffnungszeiten:
Montag bis Samstag 7.30 – 20.00



NETZIT E.K.

Heiko Netz
Ostertorstraße 47
26670 Uplengen-Remels
Telefon 04956 6191000
Telefax 04956 6191001
E-Mail: info@netz-it.com
Web: www.netz-it.com



OLDENBURGISCHE LANDESBANK

Ostertorstraße 47
26670 Uplengen-Remels
Telefon 04956 92570



Die Mitgliedsbetriebe der GSU freuen sich über Ihren Besuch!



Gemeinsam mehr erreichen!



BLUMEN OLTHOFF

Moderne Floristik

An der Fehnke 10
26670 Uplengen-Remels
Telefon 04956 1030
E-Mail: blumen.olthoff@ewetel.net

Öffnungszeiten: Mo.-Fr. 8 bis 18 Uhr, Sa. 8 bis 13 Uhr, So. 10 bis 12 Uhr



DIE OSTFRIESISCHE LANDSCHAFTLICHE BRANDKASSE

Versicherungsfachmann
Ralf-Dieter Helmers
Geschäftsstellenleiter
Alter Postweg 98
26670 Uplengen-Remels
Telefon 04956 927797
Telefax 04956 927798



HERMANN PLEIS

Büro für Bauplanung, Bauberatung, Baubegleitung, Bauleitung, Gebäudeenergieberatung

Friedhofsallee 24
26670 Uplengen-Remels
Telefon 04956 928485
Mobil 0171 4540110
hermann.pleis1@ewe.net



EP: RADEMACHER

HiFi, TV, Sat.-Technik, Haushaltsgeräte, Telekommunikation, Reparaturen

Alter Postweg 64
26670 Uplengen-Remels
Telefon 04956 1027
www.ep-rademacher.de
rademacher@ewetel.net

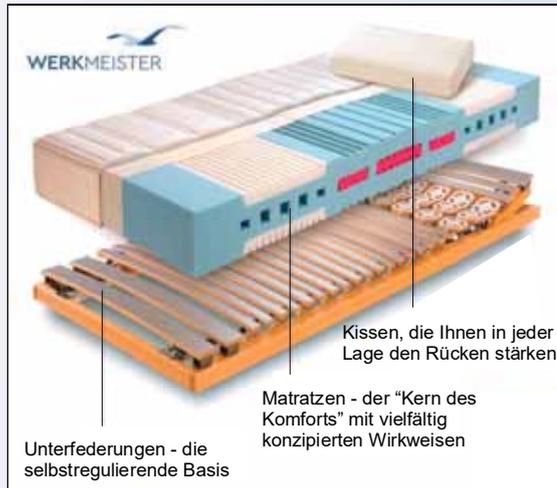


WALTER RADMANN

Lotto-Annahmestelle
Photoarbeiten, Handarbeiten
Tischdecken / Accessoires

Ostertorstraße 35
26670 Uplengen-Remels
Telefon 04956 1326





Rückenprobleme? - Nackenprobleme?

Die Zukunft gehört den Ausgeschlafenen!

Matratzen - Topper - Lattenroste
Betten - Kopfkissen - Zubehör

Probeschlafen auf Matratzen u. Nackenkissen möglich
Individuelle Beratung

Giesmann
Mode - Textil - Betten

Mittwoch u.
Samstag
nachmittags
geschlossen

G Uplengen-Remels 04956-1268

Abkühlung erwünscht

Hitzewelle: 5 Tipps, wie man die heißen Tage am besten übersteht

(djd). Sonne und Hitze ohne Ende: Deutschland schwitzt. So schön ein Sommer mit sonnigen Tagen auch ist - die anhaltend hohen Temperaturen machen vor allem Älteren, Kindern und Menschen mit Herzkreislauf-Problemen zu schaffen. Aber auch gesunde Menschen sollten möglichst im Schatten bleiben und für Abkühlung sorgen. Hier 5 Tipps, wie man die heißen Tage besser übersteht.

- Raus aus der Hitze: Pralle Sonne - vor allem in der Mittagszeit - sollte man meiden und lieber im Schatten oder Haus bleiben. Sinnvoll ist es, die Räumlichkeiten nachts und in den frühen Morgenstunden ausgiebig zu lüften und tagsüber die Fenster und Jalousien geschlossen zu halten. Elektrische Geräte produzieren zusätzlich Wärme und sollten ausgeschaltet werden, wenn sie nicht benötigt werden.
- Ausreichend trinken: Durch das starke Schwitzen gehen Flüssigkeit, Mineralstoffe und Spurenelemente verloren. Daher sollte man über den Tag verteilt etwa zweieinhalb bis drei Liter trinken. Besonders gut gelingt das mit einer wiederbefüllbaren Flasche für unterwegs. Ratsam sind vor allem Glasflaschen, da sie lebensmittelecht, geschmacksneutral und umweltfreundlicher als Kunststoffflaschen sind. Außerdem lassen sie sich einfach reinigen. Emil-die-Flasche etwa ist zudem mit einem Thermobecher aus stabilem, schadstofffreiem Polypropylen gut gegen Stöße geschützt, der Inhalt



An heißen Tagen braucht der Körper besonders viel Flüssigkeit. Bruchstark verpackt, kann die auslaufsichere Flasche überall mit hingenommen werden.
Foto: djd/Emil/halfpoint-Fotolia

behält seine Temperatur und bleibt frisch. Bestellt werden kann die Flasche beispielsweise im Online-Shop unter www.emil-die-flasche.de.

- Leichte Kost: Deftige oder auch sehr heiße Gerichte sind bei großer Hitze ebenso wenig zu empfehlen wie üppige Portionen. Beides belastet den Organismus. Besser ist eine leichte Kost mit viel Obst, Salat und Gemüse. Wasserreiche Obst- und Gemüsesorten wie Melone,

Beeren, Gurken und Tomaten helfen zusätzlich, den Flüssigkeits- und Mineralstoffverlust auszugleichen.

- Luftig kleiden: Am besten trägt man leichte, weite und helle Sommerbekleidung aus Naturfasern wie Baumwolle. Vor allem Kinder sollten nicht ohne Kopfbedeckung in die Sonne gehen. Ein Hut schützt vor Sonnenbrand und Sonnenstich.
- Für Abkühlung zwischendurch sorgen: Etwas Linderung an hei-

ßen Tagen bringen ein kühles Tuch im Nacken oder auf dem Dekolleté, ein erfrischendes Fußbad oder das Eintauchen der Unterarme in kaltes Wasser. Die Dusche sollte im Übrigen eher lauwarm sein - zu kaltes Wasser belastet den Organismus. Auch im Schwimmbad oder am Baggersee sollte man niemals im überhitzten Zustand direkt den Sprung ins kalte Nass wagen, sondern sich langsam an das kalte Wasser gewöhnen.

Schülergenossenschaft „Sülvstmaakt“ belegt den ersten Platz



Die Schülerinnen und Schüler der Oberschule Uplengen (OBS Uplengen) haben mit ihrem Projekt, der Gründung einer Schülergenossenschaft „Sülvstmaakt“, den ersten Platz bei dem diesjährigen easyCredit-Preis für Finanzielle Bildung belegt und dürfen sich über einen Geldpreis in Höhe von 8.250 Euro freuen. Im Schuljahr 2016/2017 hatten die Schüler das Großprojekt gestartet – die Gründung einer Schülergenossenschaft „Sülvstmaakt“.



Eine Schülergenossenschaft ist eine besondere Form einer Schülerfirma. Die mittlerweile 49 Schülerinnen und Schüler des 9. Jahrgangs lernen viele geschäftliche Dinge über Genossenschaften und Betriebe kennen. Die praktischen Kenntnisse der Jugendlichen steigern sich täglich – sei es in der Bearbeitung von Holz, Metall, Kunststoff, Elektrotechnik oder, ganz neu und innovativ an der Schule, in Form zweier 3D-Drucker.

So haben es sich die Jugendlichen mit ihrer Schülergenossenschaft „Sülvstmaakt“ zur Aufgabe gemacht, die unterschiedlichen Altersgruppen der Gemeinde Uplengen zu unterstützen. Sie fertigen beispielsweise überdimensionale Brettspiele wie „Mensch ärgere dich nicht“ oder Senioren-puzzle mit lokalen historischen Motiven für Senioren mit Sehbehinderung oder motorischen Einschränkungen

an. Spezielle Brillen ermöglichen es ihnen, sich in die Lage von Senioren zu versetzen und ihre Produkte so optimal an deren Bedürfnisse anpassen zu können. „Wir sind stark im Aufwind. Wir haben ein Projekt mit Vorzeigecharakter aus dem Boden gestampft“, berichtet der stellvertretende Schulleiter Klaas Krieger.

Unterstützt wird die Schülergenossenschaft von der Raiffeisen-Volksbank eG (RVB) als Kooperationspartner. Die RVB steht als genossenschaftliche Bank hinter dem Großprojekt und hilft in sämtlichen Dingen rund um die Rechtsform der Schülerfirma.

Anfang 2017 hat sich die Schülergenossenschaft „Sülvstmaakt“ bei dem easyCredit-Preis für Finanzielle Bildung beworben. Der easyCredit-Preis für Finanzielle Bildung wurde 2010 ins Leben gerufen und 2011 zum ersten Mal verliehen. Ziel ist es, das soziale Engagement von Projekten nachhaltig zu unterstützen und zu würdigen und so die finanzielle Allgemeinbildung von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen zu stärken. In einer Online-Abstimmung auf der Seite für Finanzielle Bildung hatte jeder die Möglichkeit, die eingereichten Projekte mit einer Stimme zu unterstützen. Die 50 Projekte mit den meisten Online-Stimmabgaben erhielten jeweils 3.000 Euro und die 100 weiteren Projekte jeweils 1.000 Euro. Darüber hinaus hat eine Jury aus den „Top 50“-Projekten der Online-Abstimmung fünf Projekte ausgewählt, die sich jeweils über eine Prämie von zusätzlichen 5.000 Euro freuen durften.

Die Schülergenossenschaft „Sülvstmaakt“ war dank rund 1.450 Klicks bereits unter den „Top 50“ der Projekte gelandet. Die zehnköpfige Jury kürte das Projekt dann als eines der Siegerprojekte. „Die Jury ist sich einig und überreicht diesem außerordentlichen zukunfts- und inklusionsori-

entierten Projekt zur Bereicherung der gesamten Gemeinschaft den easyCredit-Preis für Finanzielle Bildung“, hieß es auf der Facebook-Seite von easyCredit.

Am Mittwoch, den 17. Mai, fand die Siegerehrung des easyCredit-Preises für Finanzielle Bildung 2017 in Nürnberg statt. Die Schülerinnen und Schüler der OBS Uplengen machten sich bereits am Vorabend auf den Weg nach Nürnberg. Am nächsten Tag startete das Programm der Preisverleihung mit einem Mittagsimbiss, wo sich die Siegerprojektgruppen kennen lernen konnten. Anschließend erfolgte die Preisverleihung. „Als dann der erste Platz bekanntgegeben wurde, war das für einige sehr ergreifend“, so Klaas Krieger. Die Gewinner waren sichtlich stolz und manch einer musste sogar eine Träne verdrücken. Moderiert wurde das Programm von der Journalistin und Fernsehmoderatorin Dunja Hayali

und auch von ihr gab es viel Lob für das Projekt.

RVB-Regionaldirektor Carl-Heinz Kloppenburg war bei der Preisverleihung ebenfalls als „Projektpatte“ dabei und freute sich gemeinsam mit den Schülerinnen und Schülern über den ersten Platz. „Ein wirklich tolles Projekt, welches nachhaltig die Region unterstützt und Menschen zusammenbringt. Ich freue mich sehr, dass die Schüler mit dieser Auszeichnung für ihr vielseitiges Engagement belohnt und bestätigt werden“, so Kloppenburg.

Das Foto zeigt RVB-Regionaldirektor Carl-Heinz Kloppenburg, Konrektor Klaas Krieger, Lehrerin Tanja Ostendorf, Vorstandsvorsitzender der Teambank Alexander Boldyreff, Vorstandsmitglied der Teambank Dr. Christiane Decker und gleichzeitig Stiftungsvorsitzende sowie die Mitglieder der Schülergenossenschaft „Sülvstmaakt“ der OBS Uplengen.



... dein passender Weg zum Schulabschluss – auch zum Abitur!

Wir bieten als Oberschule mit gymnasialem Zweig ein vielseitiges Schulangebot, das wohnortnah ist und das zahlreiche Entwicklungsmöglichkeiten bietet – auch für die Kinder, die sich in dreizehn Jahren mit einer guten Portion Praxisnähe zum Abitur entwickeln wollen.

www.obs-uplengen.de



RAIFFEISEN- VOLKSBANK EG

Ostertorstraße 100
26670 Uplengen
Telefon: 0800 - 285 622 97
www.meine-rvb.de



REISELAND REMELS

Reisebüro

Ostertorstraße 82
26670 Uplengen-Remels
Telefon 04956 407447
remels@reiseland.de

Geschäftszeiten: Mo.–Sa. 9–12.30
Uhr, Mo./Di./Do./Fr. 14–18 Uhr



ELEKTRO RENKEN

Elektrotechnik, Hausgeräte, Telekom-
munikation

Pollerstraße 3
26670 Uplengen-Selverde
Telefon 04956 1427
Telefax 04956 3721



DR. MED. ELISABETH RÜHLE-KLINGENSTEIN

Fachärztin für Allgemeinmedizin,
Betriebsmedizin, Palliativmedizin,
Chirotherapie, Phlebologie

Alter Postweg 54
26670 Uplengen-Remels
Telefon 04956 850
www.hausarztpraxis-remels.de



Mo., Di., Do.
8:30 - 12:30 Uhr
Mo. 15.00 - 18:00 Uhr
Di., Do. 16 - 18:30 Uhr
Fr. 8:00-11:00 Uhr
sowie nach Vereinbarung



SPARKASSE REMELS

Geldinstitut

Ostertorstraße 70
26670 Uplengen-Remels
Telefon 04956 9110-0
Telefax 04956 9110-30
www.sparkasse-leerwittmund.de



Die Mitgliedsbetriebe der GSU
freuen sich über Ihren Besuch!



Gemeinsam mehr erreichen!



SPECHT AUTOSERVICE

Kfz-Service, Karosserieeinstandsetzung,
Elektrik/Elektronik, Fehlerdiagnose,
Reifenservice, Gebrauchtwagen, HU/AU

Schützenstraße 12
26670 Uplengen-Remels
Telefon 04956 1337

Öffnungszeiten: Mo.–Fr. 8–17 Uhr,
Sa. nach Vereinbarung

Specht
Autoservice



VERMÖGENSVERWALTUNG SPIEKER KG

Immobilien, Finanzierungen
Allianz Versicherung

Schützenstraße 4
26670 Uplengen-Remels
Telefon 04956 9185-0
Telefax 04956 9185-20
www.spieker-immo.de



BAUUNTERNEHMEN UBBEN GMBH

Baugeschäft

Zum Wallacker 2
26670 Uplengen-Hollen
Telefon 04489 3216
www.bau-ubben.de
info@bau-ubben.de



UPLENGENER HOF

Hotel, Restaurant, Saalbetrieb

Ostertorstraße 57
26670 Uplengen-Remels
Telefon 04956 1225
Telefax 04956 4555
www.uplengener-hof.de



WALTRAUDS GEWÜRZE

Gewürze & Salze, Trockenfrüchte u.v.m.

Waltraud Ihmels
Am Neuland 1
26670 Uplengen-Remels
Telefon: 04956 405965
Telefax: 04956 405967
info@waltrauds-gewuerze.de



Sommer- Spar-Verkauf



**Auf alle Gartenmöbel,
Auflagen, Schirme
und Grills
20% Rabatt**

(Rabatt wird an der Kasse abgezogen)



Alle Preise sind Barabholpreise. Alle Artikel solange...



ALB
26670 Upleng
Tel. (0 49 56) 9

Öffnungszeiten: Mo. – Fr. 8.30 Uhr – 12.30 Uhr un

z.B.

**Accu-Schere
„Akku Cut Li“**

Ca. 40 min Laufleistung (700 mtr)
Inkl. Strauchmesser

49.⁹⁹



z.B.

**Heckenschere
Easy Cut 420/45**

45 cm Schnittlänge
420 Watt Elektromotor
2,6 kg Gewicht

59.⁹⁹



z.B.

**Rasentrimmer XL
„Small Cut Plus“
350/23**

350 Watt Elektromotor
23 cm Schneid Ø

42.⁹⁹



z.B.

**Tauchpumpe
7000/C**

7000 ltr/h Fördermenge
Inkl. Schwimmerschalter

59.⁹⁹



z.B.

**Hauswasserautomat
4000/4**

800 Watt
3600 ltr./h Fördermenge
4,4 bar Ausschaltdruck

199.⁹⁹



z.B.

**Wandschlauchbox
25 voll-up Automatik**

25 mtr. Schlauch 13mm (1/2)
Inkl. Gardena Systemteilen und Spritze
Integrierter Frostschutz
180° schwenkbar

157.⁹⁹



z.B.

**Accu-Rasentrimmer
„Comfort Cut“ LT-18/23R**

Ca. 60 min. Laufzeit –
1500 mtr. Rasenkante
18 Volt Li-Ion Accu
2,6 AH
Schwenkbarer Trimmkopf
230 Schneid Ø
Inkl. Accu + Ladegerät

149.⁹⁹



z.B.

**Schlauchwagen
60 TS-Set**

20 mtr Classic Schlauch 13 mm (1/2)
Inkl. 4 x Schlauchstücke und Spritze

74.⁹⁹



z.B.

**Classic
Schlauch**

18 mtr. Gesamtlänge
13 mm 1/2" Ø

15.⁹⁹

z.B.

**Drucksprüher
5 Ltr. Füllinhalt**

24.⁹⁹



der Vorrat reicht. Etwaige Irrtümer und Änderungen vorbehalten.

ALBERT BOLTE

Walden-Remels · Ostertorstraße 50
092 55-0 · www.albert-bolte.de

Mo. 14.00 Uhr – 18.00 Uhr · Sa. 8.30 Uhr – 13.00 Uhr

z.B.

**Viereckregner
Comfort Aquazoom 250/1**
ca. 7-17 Mtr. Reichweite
bis zu 250 m² beregnete Fläche

35.⁹⁹



z.B.

Kreisregner
25° – 360°
bis 12,5 Mtr. Wurfweite
bis max. 490 m²

45.⁹⁹



Auf alle Pools, Poolzubehör und Aufblasartikel 20% Rabatt

(Rabatt wird an der Kasse abgezogen)



Family Pool
L 305 x B 183 x H 56

29,99



Mini Frame Pool
L 122 x B 122 x H 36

24,99



Pools bis 5,49 m Durchmesser
und 1,22 m Höhe erhältlich.

INTEX
EASY SET

Ø 3,05
H 76 cm

Ø 3,66
H 76 cm

Intex Easy Set Pool
mit Pumpe und Filter

79,99

99,99



**Badeinseln
Mega Ente**
L 221 x B 221
x H 109 cm

Mega Schwan
L 194 x B 152
x H 147 cm



Mega Flamingo
L 218 x B 211
x H 136 cm

je **39,99**



Abdeckplanen
für Pools (ab 3,05 m)

ab **14,99**

**Sand-
filter-
anlage**

199,99

Filterleistung
6m³/Std.



29,99

**Explorer
Boot**

1 Boot, 2 Ruder,
1 Pumpe
Tragfähigkeit
120 kg



Schwimmtier
kleines Krokodil
114 x 112 cm



kleiner Pinguin
114 x 94 cm

je **9,99**



Donut
107 x 99 cm

7,99



Eis am Stiel
178 x 77 cm

14,99



Eistüte
178 x 81cm

12,99

Alle Preise sind Barabholpreise. Alle Artikel solange der Vorrat reicht. Etwaige Irrtümer und Änderungen vorbehalten.



ALBERT BOLTE

26670 Uplengen-Remels · Ostertorstraße 50
Tel. (0 49 56) 92 55-0 · www.albert-bolte.de

Öffnungszeiten: Mo. – Fr. 8.30 Uhr – 12.30 Uhr und 14.00 Uhr – 18.00 Uhr · Sa. 8.30 Uhr – 13.00 Uhr