

Nr. 19/26 | 24.9. bis 7.10.2026

Zentrale: 0441 21835-0
www.diabolo-mox.de
mox-veranstaltungen.de
restaurant-ol.de
mox-kleinanzeigen.de

Mox

Kultur- und Veranstaltungsjournal

Immer die Anderen...

MACBETH

LB LANDESBÜHNE

landesbuehne-nord.de
Mehr auf Seite 34

Foto: Volker Beinborn



mox-veranstaltungen.de

Christine Thürmer



Interview Seite 28



mox-kleinanzeigen.de

3 Seiten Unterwegs-Bilder



Ab Seite 10

**SPENDE
BLUT** 
BEIM ROTEN KREUZ

IMMER EINE GUTE WAHL - BLUT SPENDEN GEHEN!
Jetzt mit Terminreservierung! Termine auf S. 64
Weniger Wartezeit! Mehr Sicherheit!



 nordseehalbinsel_butjadingen

 Nordsee-Halbinsel Butjadingen | www.butjadingen.de

3. OKTOBER 2026 | 11-18 UHR

HERBSTMARKT IM HAFEN

IN FEDDERWARDERSIEL

**VERSTEIGERUNG VON
STRANDKÖRBEN- UND HOLZPFERDEN**

LIVEMUSIK



 **INFOS** gibt es
über den QR-Code



intro

*Liebe Leserin,
lieber Leser!*

Schauen wir auf die Wahlergebnisse aus Berlin und Mecklenburg-Vorpommern ist klar erkennbar, dass die Lebensrealität von Städtern und Menschen auf dem Land eine gänzlich andere ist. Die einen wünschen sich bezahlbaren Wohnraum und ein soziales Miteinander und die anderen eine Universallösung für ganz verschiedene Probleme, die es in dieser Form einfach nicht gibt. Niedrigere Löhne, schlechte Infrastruktur und daraus resultierende Unzufriedenheit und das Gefühl im Stich gelassen zu werden ist gefundenes Futter für Parteien, die gut darin sind Sündenböcke zu finden und Märtyrer zu spielen. Diese wissen, wo sie ihre Wähler*innen finden und sind in Regionen aktiv, die andere nur zur Durchfahrt nutzen. Was helfen könnte, wäre mit den Menschen auf dem Land wieder ins Gespräch zu kommen. Dies muss sowohl Aufgabe der etablierten Parteien werden als auch eine gesellschaftliche. Also raus aus der Stadt! Die ländlichen Regionen hier im Nordwesten haben allerhand zu bieten: Kino, Theater, Musik, Museen, Gastronomie etc. Der Bahnverkehrsverein Westerstede startete mit einem vollen Programm in den Herbst. Filme wie „Rose“ mit Sandra Hüller (30. September) stehen genauso im Kalender wie gemütliche Jazzabende, wie der mit dem Duo Julie Sassoon und Willi Kellers am 25.10. Auch bei der Kultur Hinterrn Feld in Dödingen gibt es diesen Herbst viel Musik, zum Beispiel von Singer/Songwriterin Sandra Otte am 30.10. Und kennt ihr eigentlich schon Nordklang? Eine recht neue Veranstaltungshalle in Edewecht mit Gästen wie Christine Schütze (3.10.) oder Purple Schulz (18.10.). Im Gasthof Dahms in Wardenburg-Littel ist die Septemberpause vorbei und es geht weiter mit einem vielseitigen Programm. Seien es Tanzveranstaltungen (2.10.), Quizabende (8.10.) oder Kulturvorträge wie „Hans Christian Andersen. Poet mit Feder und Schere“ – von Detlef Stein. Solche Programme können dauerhaft nur funktionieren, wenn auch Menschen aus den umliegenden Städten sich einmal auf den Weg machen, um das Umland zu erkunden, Menschen und Kultur kennenzulernen und miteinander ins Gespräch zu kommen. Ist doch eigentlich gar nicht so schwer, oder?

*Bis in zwei Wochen grüßen
Verlag und Redaktion*

Sausewind

TAGESFAHRTEN 2026

03. Oktober

in Amsterdam	03.10.'26	53,-€
in Groningen	03.10.'26	48,-€



WEIHNACHTSMÄRKTE

Hamburg	28.11.'26	42,-€
Lübeck	28.11.'26	45,-€
NEU Groningen	05.12.'26	42,-€
Lüneburg	05.12.'26	42,-€
NEU Braunschweig	12.12.'26	45,-€
Münster	12.12.'26	42,-€



TAGESFAHRTEN 2027

Creativa 2027 20.03.'27 69,-€

weitere Tagesfahrten in Planung



Meeschweg 9 • 26127 Oldenburg • 0441/9 35 65-0

info@sausewind.de • www.sausewind.de

Sicher
ist besser:

**Melden Sie Ihre
Haushaltshilfe
beim GUV OL an.**



Gartenstraße 9
26122 Oldenburg
0441 77909 0
info@guv-oldenburg.de



GUV OL
Ihre gesetzliche
Unfallversicherung

hit-check

Die Top Ten der Woche

jpc Bestseller Rock/Pop

Platz	Titel	Interpret
1.	1984	Van Halen
2.	Second Song	Neil Young
3.	Middle	Pink Floyd
4.	Requiem For A Village	Steven Wilson
5.	No Refunds	Lambrini Girls
6.	How's It Going	Bryan Adams
7.	The Rolling Thunder Review	Bob Dylan
8.	Alive At The Catacombs	Queens of the Stone Age

radio ffm TOP 40

Platz	Titel	Interpret
1.	Turn The Lights Of	Kato & Jon
2.	Animal	Katseye
3.	Fever Dream	Alex Warren
4.	Repeat It	Martin Garrix
5.	New Religion	Bebe Rexha
6.	Leony	Don't Worry
7.	Dai Dai	Shakira & Burna Boy
8.	Golden Summer	Loi & David Puntez

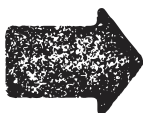
QOBUZ Top Streaming Rock/Pop

Platz	Titel	Interpret
1.	The Meaning Of Flowers	Agnes Obel
2.	Second Song	Neil Young
3.	BAss Persuades	Miley Cyrus
4.	Ride Lonesome	Beck
5.	Here Because Of Hope	Ezra Collective
6.	The Source	Justus Eichhorn
7.	Movin To The Sun	Hugel
8.	Glaub An Dich	Bearytunes

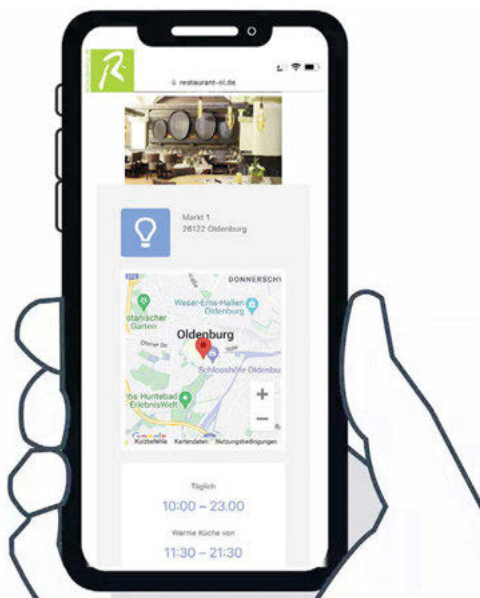
DEUTSCHE DANCE CHARTS

Platz	Titel	Interpret
1.	Happiness Is So Sad	Swedish House Mafia
2.	Get busy	Sean Paul & Friends
3.	It's Like That	Eli Brown
4.	Weekend	Meduza x Khalid
5.	Dance Dance Dance	Barry Can't Swim
6.	Oh My!	Kryder
7.	Dancing With You	Disco Bambino
8.	Shine	Hugel

Egal ob romantisch
oder
spontan
buch hier Dein Date!



restaurant-ol.de



inhalt

Intro	3
Hit-Check	4
Inhalt	5
Portrait.....	6
Buch-Favorit	7
Soundcheck.....	8
Unterwegs	10
Kulturbericht: Kiek-In	18
Kulturbericht: Filmfest	20
Kino.....	24
Kurz & gut	26
Interview: Christine Thürmer	28
Kulturbericht: Andrea Ziegler.....	30
Kolumne: Im Bus.....	32

Veranstalter

Landesbibliothek / Museumsdorf CLP	33
Landesbühne Wilhelmshaven	34
Live Music Center Emden / VHS	35
Pumpwerk	36
Kulturetage	37
Mitunskannmanreden	38
Bahnhofsverein WST / Cine k.	40
Kulturbahnhof Cloppenburg	41
Nordklang	42

Service

Verlagssonderseiten: fit & gesund ...	14
Verlagssonderseiten: SG FriPe	44
Kleinanzeigen	46
Verlosungen	50
Kalender	51


Highlights in der **k**ulturetage

 © Janna Harberg Fr 2.10.2026 Bibiza  © Sebastian Meier So 18.10.2026 Alin Coen  © Harald H. Schmeider Fr 23.10.2026 Tingvall Trio  © Matthias Kersch So 25.10.2026 Queenz of Piano  © Sandra Lubwig Sa 21.11.2026 Stiehler & Lucaciu  © Jascha Gern Mi 25.11.2026 11 Freunde	 © Harald Hellmann Do 8.10.2026 Wildes Holz  © Tobias King Mi 21.10.2026 Lizz Wright  © Harald H. Schmeider Sa 24.10.2026 Shantel  © Matthias Kersch Mi 18.11.2026 Tristan Brusch  © Johnny Jannasch So 22.11.2026 Anda Morts  © Jascha Gern Sa 28.11.2026 Christine Thürmer
--	---

Infos & Tickets: kulturetage.de

Hauptsache Gesellschaft

Thomas Tziros hält nix von Stubenhockern



Thomas Tziros

Die Norddeutschen sind ein besonderes Völkchen. Tee trinken und Klönschnack mit Freunden und Bekannten? Gern, aber am liebsten mit Termin, so etwa zwei Wochen im Voraus. Auch nach vielen Jahren in Oldenburg ist Freundschaft nach Termin für Thomas Tziros eine schwierige Angelegenheit, doch er hat gelernt, mit den Eigenheiten seiner neuen Landsleute umzugehen. Kommend aus der Metropolregion Thessaloniki wurde das Leben hier plötzlich bedeutend ruhiger. „Ich war schon alt, als ich herkam. Ich war anderes gewohnt. Die Sozialisierung in Griechenland ist eine ganz andere. Man begegnet sich offen. Die Norddeutschen sind eher verschlossen. Bestimmt wegen dem Wetter, da ist man mehr zuhause“, lacht er schelmisch. Im Erwachsenenalter ist es längst nicht mehr so einfach wie in der Schulzeit, neue Freundschaften zu schließen – alle haben ihre Routinen, ihre Jobs, ihre Hobbys und Vereine. Dennoch, oder gerade deswegen, ist er schon immer sehr bemüht, seine Mitmenschen trotzdem kennenzulernen, Verbindungen zu schaffen und ganz verschiedene Kulturen zu verknüpfen. So engagierte er sich in der Vergangenheit unter anderem bei Radio Globale und mischt in

verschiedenen Vereinen und Initiativen mit. Die neueste Idee: die Kulturkarawane. Alle zwei Jahre findet in Oldenburg Global Lokal statt, eine gute Sache, aber was ist in den Jahren dazwischen? Da ist auf jeden Fall Raum für mehr Begegnung. So möchte Tziros gern in den Zwischenjahren an ganz verschiedenen Orten in der Stadt neue Begegnungsstätten schaffen, am liebsten draußen und bei gutem Wetter, für jeden und jede zugänglich. Auf Grund des fortgeschrittenen Jahres kann die erste Kulturkarawane noch nicht wie gewünscht im Freien stattfinden, dafür aber im Kulturzentrum Rennplatz, wo Griechenland, Polen und die Türkei aufeinandertreffen und mit einem gemischten Programm die Oldenburger *innen in ihre bunten Kulturkreise einladen. Musik, Kunst, Essen, Spiele, Gemeinsamkeiten entdecken, Vorurteile abbauen und vor allem eine gute Zeit miteinander verbringen, sollen im Fokus stehen. Es soll nicht darum gehen, Land für Land vorzustellen, sondern eben gemeinsam zu agieren. Thomas Tziros wünscht sich, dass diese Veranstaltung fruchtet und über die Jahre immer mehr wachsen wird. Seine Pläne sind vielfältig und groß, aber die Bürokratie manchmal einfach größer, wie er eingestehen muss. Hinzu kommt, das Menschen verschiedener Nationalitäten ihre ganz eigenen Arbeitsweisen und Zeitpläne mitbringen – die einen strikt, die anderen etwas liberaler was zum Beispiel Pünktlichkeit angeht, aber genau das macht es ja auch spannend! Thomas Tziros ist vielfältig interessiert, vor allem für Geschichte. So dürften viele

überrascht sein, wie viele historische Figuren beispielsweise Oldenburg und Griechenland verbinden – so war die Oldenburger Herzogin Amalia vier Jahre Königin von Griechenland, bis sie und ihr Mann Otto Friedrich Ludwig vor dem politischen Widerstand fliehen mussten.

In seiner Jugend wollte er sogar Astrophysiker werden, doch seine Mathematikleistungen sprachen dagegen. Also studierte er Elektronik an der Fachhochschule und arbeitet heute in der IT-Branche. Abseits der Arbeit sind es vor allem Begegnungen, die seinen Alltag bereichern. Mezze, also vielfältige kleine Gerichte aus dem mediterranen Raum zubereiten und diese in kleiner oder großer Runde gemeinsam genießen und stundenlang erzählen, mehr braucht es für ihn nicht, um eine gute Zeit zu haben. Denn was bringt es schon, allein zuhause zu hocken? Die Gründung von Eutopia -Verein der Hellenen und Hellasfreunde Oldenburg e.V. ermöglichte es nun auch, sich auf verschiedenen Weisen kulturell in Oldenburg einzubringen. Sei es bei Osterfesten oder einer Ausstellung, die das Schaffen des Komponisten und Schriftstellers Mikis Theodorakis feiern sollte. Auch die enge Zusammenarbeit mit Freund und Künstler Georgios Kolios, beispielsweise bekannt durch seine Arbeit am Staatstheater, bereite Thomas Tziros in der Vergangenheit viel Freude. Und wenn doch einmal das lebendige Treiben seiner griechischen Heimatstadt fehlt, ist es in das etwas lebendigere Bremen ja auch nicht weit. Dieses sei Thessaloniki gar nicht so unähnlich.

Text und Foto: Thea Drexhage

„Und alles so still“ von Mareike Fallwickl

Vorgestellt von Birgit Kornett



Birgit Kornett

MoX: Wovon handelt das Buch?
Birgit Kornett: Es geht darum, dass Frauen weltweit in einen stillen Aufstand gegen unbezahlte Carearbeit gehen. Es finden keine Demos oder Proteste statt. Stattdessen werden die Forderungen auf eine eher ungewöhnliche Art und Weise gestellt: die Frauen brechen zusammen bzw. legen sich hin. Es beginnt auf einem Krankenhausparkplatz, wo anfangs 50 oder 60 Frauen lagen und nichts gemacht haben. Die Polizei kam und hat sie weggetragen und man wusste nicht, wie man damit verfahren sollte. Das ging dann weiter und weiter und wurde Thema in den sozialen Medien. Immer mehr Frauen kamen dazu, sodass es eine riesige Bewegung geworden ist. Der Kern ist es, den alltäglichen Erwartungen der Sorgearbeit nicht mehr zu entsprechen. Das Buch legt dabei den Fokus auf drei Protagonist*innen verschiedenen Alters. Da wäre eine junge Frau um die 20, die Influencerin ist und über ihre Auseinandersetzung in den sozialen Medien plötzlich von einem ungeheuren, männlichen Hass überschüttet wird. Dann gibt

es einen zweiten Protagonisten, einen jungen Mann mit Migrationshintergrund. Er wird in Deutschland groß. Wir erfahren, dass er durch ungünstige Umstände die Schule abbrechen musste und nun versucht er, sich jobmäßig über Wasser zu halten. Die dritte Protagonistin ist eine ältere Frau, die als Krankenschwester im Krankenhaus arbeitet und welche auf Grund Personalmangels und zu hohem Krankenstand einfach völlig überlastet ist. Diese Personen kommen über die Protestbewegung zusammen. Als diese wächst und wächst wird auch die Reaktion von Männern deutlich.

MoX: Was hat Ihnen besonders gut gefallen?

Birgit Kornett: Ich wusste vor dem Lesen von dem Inhalt noch nichts. Im Vorgängerbuch „Die Wut die bleibt“ ging es um die Situation von Frauen in der Coronazeit, wo in besonderer Weise deutlich wurde, was alles passiert, auch wenn man meint, dass man in einer gleichberechtigten Partnerschaft lebt. Dieses Buch habe ich im Anschluss gelesen und ich

mochte die Form des stillen Widerstands, obwohl ich normalerweise keine Freundin von stillem Widerstand bin. Ich finde, dass man laut und deutlich machen muss, was man will. Aber ich fand die Folgen hier sehr interessant, genau wie die Solidarität unter den Frauen. Alle wussten, um was es geht. Alle wussten, wenn die Kinder da am schreien oder jammern waren, dass da weibliche Unterstützung da war und das Frauen, die in völliger Erschöpfung lebten, die Chance hatten, zur Ruhe zu kommen. Ich möchte das Miteinander, das heute ja zunehmend verloren geht.

MoX: Wem würden Sie das Buch empfehlen?

Birgit Kornett: Das Buch würde ich allen Frauen empfehlen. Ich selbst habe es von meiner Tochter empfohlen bekommen und das hat mich gefreut. Ich denke, dass es generationsübergreifend lesbar ist, aber sich vor allem für junge Frauen lohnt.

Interview: Thea Drexhage



Protomatr:
HOTEL USONA
(VÖ: 25.9.)

Seit ihrer Gründung 2010 hat die Detroit'er Postpunk Band Protomatr auf mies gelaunte Texte und ein Rhythmusfundament gesetzt – und so präzise wie kompromisslos immer wieder den vorherrschenden Zeitgeist im Land sezziert. Mit „Hotel Usona“ denkt sich Songschreiber und Sänger Joe Casey jetzt die USA als ein alternes Hotel, in dessen Zimmer sich die furchtbarsten Gäste einnisten mochten. Diese Zustandsbeschreibung führt mitnichten dazu, Lösungsvorschläge parat zu haben, macht einen aber hellhörig – sehr zur Freude auch von Musiker-Urgestein Iggy Pop, der die Linernotes zum Album beisteuerte.



Blondshell:
VIOLINS
(VÖ: 25.9.)

Da ihr Vater Mitglied im Aufsichtsrat des Planet Hollywood Hotel und Casino-Ablegers in Las Vegas war, kam Sabrina Mae Teitelbaum schon sehr früh dazu, Livekonzerte der Rolling Stones oder von Cher miterleben zu dürfen. Eine Karriere im Musikbusiness lag somit auf der Hand – und wurde im Anschluss an die Highschool sowohl an der USC Thornton School of Music in Los Angeles als auch unterm Künstlernamen BAUM ausgetestet. Eine hartnäckige Bronchitis, die Corona-Pandemie-bedingte Auftrittspause sowie Teitelbaums Wunsch, vom nurmehr gefälligen Pop weg zu wollen, führte zum Neustart als Blondshell, deren Ansatz Indie-Rock mit Dancepop und

Selbstreflexion in den Texten zu mixen, bestens ankam. Die Songs von Blondshells drittem Longplayer gehen der Frage nach, wie man es schaffen könnte, sich angesichts der um sich greifenden Gewalt in der Welt mehr den schönen Momenten zuzuwenden, um nicht total trübsinnig zu werden. Klingt ermutigend.



Boneshakers:
PULL UP THE ROOTS
(VÖ: 25.9.)

Um sich das Touren erträglicher zu gestalten, kamen die aus der einstigen US-Industriemetropole Detroit stammenden Boneshakers-Strippenzieher Randy Jacobs an der Gitarre und Sängerin Jenny Langer überein, sich nicht an wechselnden Bartresen nach Konzertende die Kante zu geben, sondern sich mit Inbrunst mit Neuinterpretationen von geschätzten Klassikern der Talking Heads, von Charlie Singleton, The Meters und Don Was zu beschäftigen, diese um Eigenkompositionen zu ergänzen – und am Ergebnis dann in Hotel- und Motelmoteln weiter zu arbeiten. Das Ergebnis wurde in den Berliner Kaleidoscope Studios mit Gastmusikern eingespielt, klingt verführerisch nach Southernrock, Retroblues, Detroit-Soul, vermengt mit Funk und Rock 'n' Roll – ein Mix, der groovt und einem unmittelbar in die Beine geht.



Dylan John Thomas:
NOTHING HERE WORTH TAKING
(VÖ: 25.9.)

Der schottische Multiinstrumentalist Dylan John Thomas kann weder

auf ein begütertes Elternhaus noch auf eine musikalisch breit aufgefächerte Allgemeinbildung verweisen. Stattdessen lernte der in einem Glasgower Waisenhaus aufwachsende Youngster anhand von Tony-Hawk-Videospielen früh Johnny Cash kennen und lieben. Dessen „Ring of Fire“ mitsingend, kam Dylan die Idee, auch die eigenen Geschichten zu Songs zu verarbeiten. Was folgte, gleicht einem filmreif erfolgreichen Ritt durch die Kneipenszene Glasgows hin auf die größten Bühnen Schottlands. Egal, ob er seine ADHS-Diagnose thematisiert, schmerzhaft schön über den Verlust eines geliebten Menschen singt oder unerwiderte Zuneigung in lakonische Zeilen verpackt – die eigene Handschrift bleibt jetzt auch auf dem zweiten Album erkennbar und kommt an.



Tokunbo: **LOST & FOUND**
(VÖ: 25.9.)

Tokunbo Akinro ist bekannt geworden als Sängerin der Souljazz-Combo Tok Tok Tok. Nach ihrem Solo-Debüt-Longplayer von 2014, „Queendom comes“, sowie den Nachfolgealben „The Swan“ und „Golden Days“ setzt die Deutsch-Nigerianerin jetzt mit „Lost and Found“ erneut auf Songs, die genremäßig zwischen Folk, jazzigem Pop und warmherzigem Country hin und her schalten. Ihre zwischen hauchzart und erdig-dunkel pendelnde Gesangsstimme geht uns direkt ins Ohr und ihre Zuversicht vermittelnden Erzählungen, aus denen sich durchaus das Mosaik von Tokunbos eigener Geschichte herausfiltern lässt, vertreiben verlässlich Melancholie und Trübsinn. Ermutigend!

8. Oktober 2026

FASHION NIGHT

FÜR ALLE DIE MODE SO
SEHR LIEBEN WIE WIR.

Freu dich auf ein exklusives Shopping-Erlebnis unter dem Motto Countryside – mit Fashion-Highlights, inspirierenden Looks auf dem Laufsteg und musikalischer Begleitung von DJ und Saxophon.

- Donnerstag, 8. Oktober 2026 - Einlass ab 19.30 Uhr
- Eintritt: 20.- € (der Eintrittspreis wird an diesem Abend bei einem Kauf ab 200.- € verrechnet)
- Eintrittskarten* erhältst du ab sofort online:
www.leffers.de oder an der **Hauptkasse im Erdgeschoss**

*Karten sind limitiert - solange der Vorrat reicht.



Hier geht's zu den
Online-Karten

10 %
AUF ALLES
AN DIESEM
ABEND.

Leffers GmbH & Co. KG
Lange Straße 80
26122 Oldenburg

Mo. - Sa. 10:00 - 19:00


Leffers

Deine digitale
**LEFFERS
CARD**
Exklusive Vorteile:
Jetzt registrieren:
www.leffers.de



+++ 18.9.2026 50 Jahre Musikschule Oldenburg +++ 18.9.2026 +++





26 +++ 16.9.2026 Eröffnung Filmfest Oldenburg +++ 16.9.2026 Film





+++ 20.9.2026 Preisverleihung Filmfest Oldenburg+++ 20.9.2026





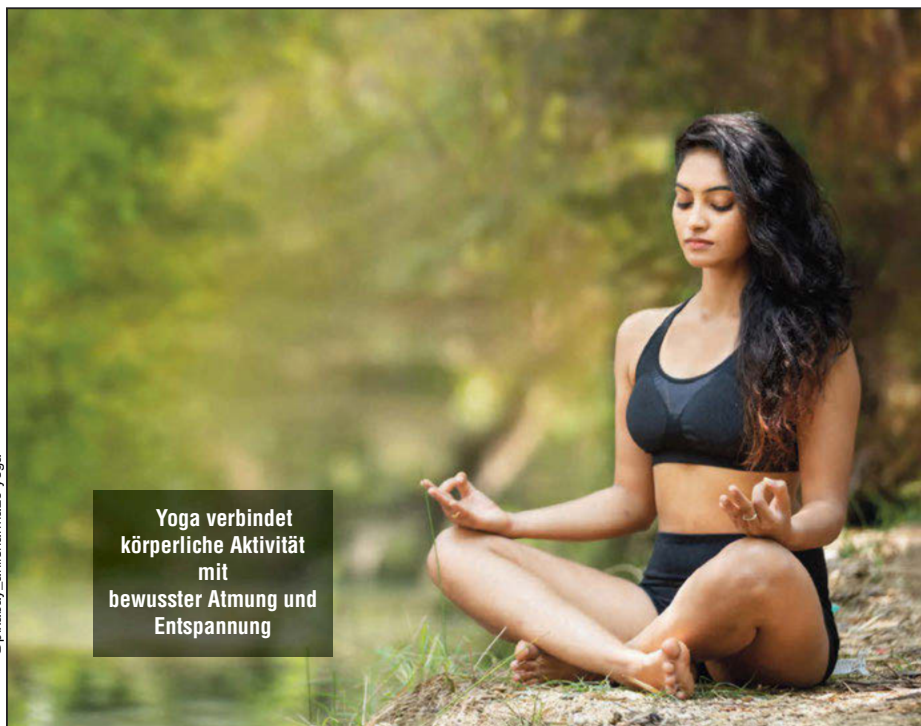
2026 +++ 18.9.2026 Eröffnungs-Event Abendmode bei Leffers +++





Fit & gesund durch den Herbst

@pixabay_anilsharma26-yoga



Yoga verbindet
körperliche Aktivität
mit
bewusster Atmung und
Entspannung

Wenn die Tage kürzer werden und draußen langsam der Herbst einzieht, verändert sich oft auch

unser Alltag. Wir verbringen wieder mehr Zeit drinnen, sehnen uns nach Wärme und Ruhe –

und vielleicht ist genau jetzt der richtige Moment, den Blick einmal auf das eigene Wohlbefinden zu richten.

Dabei muss es gar nicht um große Veränderungen gehen. Schon regelmäßige Bewegung kann helfen, einen Ausgleich zum Alltag zu schaffen. Yoga verbindet dabei körperliche Aktivität mit bewusster Atmung und Entspannung und ist längst so vielseitig wie die Menschen, die es praktizieren: vom klassischen Hatha-Yoga über Aerial Yoga bis hin zu Angeboten für

Nataraja Yoga
KÖRPER · GEIST · SEELE

Yoga für jedes Alter

- Yoga
- Stuhlyoga
- Aerial Yoga
- Ayurveda-Beratung
- Spiraldynamik®

Gemeinsam in Balance

Maria W. Nataraja

nataraja-yoga.de

Zeit, sich selbst wieder etwas mehr Aufmerksamkeit zu schenken

Drei Entspannungsmethoden: Hatha Yoga

Die Meditationslehre aus Indien hat religiöse Ursprünge und eine lange Tradition. Am bekanntesten ist hierzulande das Hatha Yoga, das auf Körper- und Atemübungen basiert. Seine positiven Effekte sind gut erforscht: Der Körper wird besser durchblutet und der Kreislauf stabilisiert. Menschen, die regelmäßig Yoga praktizieren, finden leichter in den Schlaf, fühlen sich weniger gestresst und leiden seltener unter Depressionen oder Angstzuständen.

Tai Chi

Tai Chi ist ein jahrhundertealtes Bewegungssystem aus China, das seine Ursprünge in der Kampfkunst hat. Weil die Abläufe aussehen als würde man mit einem unsichtbaren Gegner ringen, wird es auch Schattenboxen genannt. Dabei sind die Bewegungen langsam und fließend. Sie verbessern die Körperwahrnehmung, lösen Verspannungen und fördern die Beweglichkeit.

Qigong

In der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) ist Qigong eine wichtige Behandlungsmethode. Sie basiert auf Körper-, Meditations- und Atemübungen, die den Energiefluss im Körper anregen sollen. Auch als Trainingslehre hat



Massagen und Kuranwendungen sind gerade in der kalten Jahreszeit sehr wohltuend

@pixabay_blueandrelaxation

Kinder, Jugendliche oder Mütter mit Baby. Entscheidend ist weniger, wie sportlich es dabei zugeht, sondern dass Bewegung wieder einen festen Platz im Alltag bekommt.

Massage & Kuranwendung

Genauso wichtig sind die Momente, in denen wir bewusst einen Gang zurückschalten. Eine Massage, eine wohltuende Kuranwendung oder einfach etwas Zeit für die eigene Haut können gerade in der kühleren Jahreszeit kleine Inseln im Alltag schaffen. Denn während draußen Wind und Kälte zunehmen und drinnen die Heizungen wieder laufen, ändern sich auch die Bedürfnisse unserer Haut. Eine

Qigong einige positive Effekte: Es sorgt für Entspannung, verbessert die Stimmung und stärkt den Kreislauf.

Quelle: barmer.de



KRISTIN
KATTELMANN

**KOSMETIK
MASSAGE
WELLNESS**

Donnerschweer Straße 204
26123 Oldenburg
Telefon 0441/36137292
www.kristinkattelmann.de



@hairless skin

Professionelle Haarentfernung kann Rasieren, Waxing und Epilieren stark reduzieren

Premium-Haarentfernung – für ein gepflegtes Hautgefühl.



**Hairless Skin – Premium-Haarentfernung für
Gesicht und Körper.**

Professionell. Individuell. Persönlich. ❤️

Hairless Skin
SPÖN: DEN UNTERSCHIED.

hairlessskin.de

Am Wall 169/170
28195 Bremen

Markt 22 /
Lambertihof
26122 Oldenburg

Waxing oder Epilieren

Und manchmal bedeutet Selbstfürsorge auch, sich um Dinge zu kümmern, die schon länger auf der persönlichen Wunschliste stehen. Wer beispielsweise Rasieren, Waxing oder Epilieren dauerhaft reduzieren möchte, kann sich über professionelle Haarentfernung informieren. Moderne Laser- und IPL-Verfahren sowie die Nadelepilation bieten heute unterschiedliche Möglichkeiten, die sich je nach Haut- und Haartyp individuell auswählen lassen.

Am Ende braucht es also weder ein strenges Herbstprogramm noch den nächsten großen Vorsatz. Vielleicht reicht schon die Entscheidung, sich wieder etwas häufiger zu fragen: Was tut mir gerade gut? Ob Bewegung, Entspannung, Pflege oder eine Behandlung, die man sich schon lange vorgenommen hat – der Herbst bietet reichlich Gelegenheit, sich selbst ein bisschen mehr Aufmerksamkeit zu schenken

OPEN

Oldenburg | Herbst/Winter 2025 • kostenlos!

Extrablatt

Uni/Gastro Oldenburg



Biogemüse aus Ostiriesland

Fluchtgeschichten sichtbar machen

Musik anders erleben

RESTAURANT MYKONOS
Eisdorfer Str. 60 • Oldenburg
Tel.: 0441 286668

**Gastro Oldenburg: Kneipen • Cafes
Restaurants • Lieferservice**

Mit allen wichtigen Adressen der Stadt

www.restaurant-ol.de



*Der Gastronomie-Führer
für Oldenburg und umzu!*

*Wer hier fehlt,
dem fehlen später Gäste.*

*Schauen Sie sich die
letzte Ausgabe hier an:*



www.diabolo-mox.de/index.php?id=26

Erscheinen: Anfang November 2026

Anzeigenschluss: 16.10.2026

**Die Anzeigen-Preise finden Sie auf www.diabolo-mox.de
Beispiel: Das Format 93 mm breit x 42 mm hoch (Visitenkarte)
kostet 124,-€**

Gerne schicken wir Ihnen die vollständige Preistafel und beraten Sie.
E-Mail: anzeigen@diabolo-mox.de • 0174 9712719 auch WhatsApp
Tel: 0441-21835-0 • www.diabolo-mox.de • Güterstraße 17 • 26122 Oldenburg

Was gibt's eigentlich für die jungen Leute...

..im KIEK-IN?



Katharina Martens arbeitet seit 5 Jahren bei Kiek-In

Mitten in der Oldenburger City, in der Kurwickstraße, liegt die Freizeitsstätte KIEK-IN der Selam-Lebenshilfe. Dort können sich Menschen mit und ohne Beeinträchtigung zu abwechslungsreicher Freizeitgestaltung begegnen. Die Einrichtung gibt es seit mittlerweile 46 Jahren. Zuerst war sie angesiedelt in der Lindenallee, dann an der Nadorster Straße und seit sechs Jahren hat sie ihren aktuellen, barrierefreien Standort in der Kurwickstraße, der bestens beispielsweise vom Julius-Mosen-Platz erreichbar ist. Leiterin ist Sonderpädagogin Katharina Martens, die das Haus besonders für die Offenheit schätzt: „Für mich persönlich ist das hier ein sehr herzlicher, bunter und offener Ort, an dem jede Person willkommen und gewollt ist. Wo jede Person so sein kann, wie sie ist. Ich kann mich hier auch selbst verwirklichen und meine eigenen Hobbys mitbringen.“ Neben Katharina Martens arbeiten im KIEK-IN noch 3 pädagogische Mitarbeitende auf geringfügiger Basis sowie eine Projektkoordinatorin für ein Tanzprojekt, das von der Aktion Mensch gefördert wird. Auch Ehrenamtliche sind ein wichtiger Bestandteil der Arbeit vor Ort. So gibt es die Gruppe „Die

Unternehmer“, die von einem Ehrenamtlichen geleitet wird, welcher selbst mit einer Beeinträchtigung lebt und mittlerweile seit 45 Jahren im KIEK-IN aktiv ist. In der Gruppe geht es jedoch nicht um Betriebswirtschaft, sondern um Ausflüge in und um die City – von Pommesbude bis Kramermarkt ist alles dabei. Der Sinn ist es rauszugehen, teilzuhaben und sichtbar zu sein. Ein Angebot für Menschen mit Behinderung zu schaffen, unterscheiden sich die Herausforderungen des Teams natürlich von denen anderer Freizeitsstätten. Obwohl durch gute Inklusionsprojekte die Lebenswelt der jungen Menschen mit und ohne Beeinträchtigung gar nicht mehr soweit auseinander liegen, sind die individuellen Bedürfnisse trotzdem andere. Weshalb, wie in fast allen pädagogischen Einrichtungen, mehr Mittel für ein größeres Team wünschenswert wären. Bei KIEK-IN schauen unter der Woche 5 bis 10 Personen am Tag vorbei, am Wochenende einige mehr. Es gibt Mädchengruppen, offene Treffen für Personen Ü18, Kochabende, Tages- und Wochenendausflüge und viel Zeit und Möglichkeiten zur kreativen Entfaltung. Das sieht man

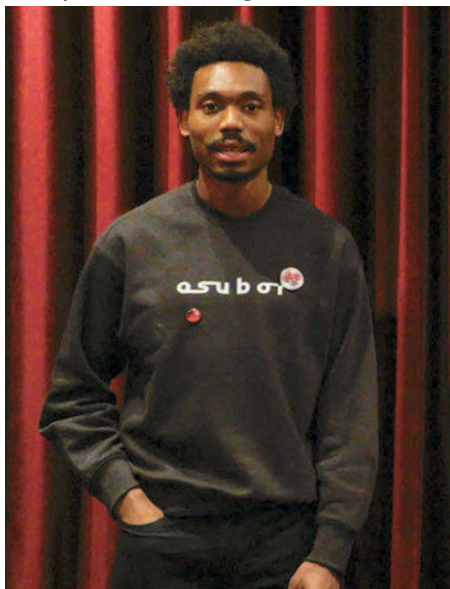
schon beim betreten der hellen Räumlichkeiten. Überall hängen kleine und große Kunstwerke an den Wänden. Die Räume sind groß und offen und besonders die geräumige Küche, die sich auf ganz verschiedene Bedürfnisse anpassen lässt, ist ein echtes Highlight. Eine ganz besondere Veranstaltung ist auch die monatliche Freak Out Disco, die in der Buddel Bar direkt um die Ecke stattfindet. „Da sollte jeder unbedingt mal hingehen. Es legen ehrenamtliche DJs auf und es ist ein Abend mit toller, offener Stimmung. Es ist ganz egal, ob man tanzen kann oder nicht!“, schwärmt Martens. Spaß ist ein wichtiger Faktor, denn meist ist das Leben ernst genug. Während viele junge Menschen unter den gesellschaftlichen und politischen Umständen leiden, spielen diese bei KIEK-IN nochmal eine ganz andere Rolle. Ängste davor, ob man die persönliche Assistenz oder die Wohnung, die ein selbstbestimmtes Leben ermöglichen, behalten könne. Gerade in Anbetracht des Erstarken der politischen Rechten in Europa, rücken solche Fragen immer wieder in den Vordergrund. Das Team vom KIEK-IN verhält sich überparteilich, macht es sich aber bei Wahlen immer wieder zur Aufgabe, über Abläufe und Prozesse zu informieren. Wie in anderen Einrichtungen spielt auch hier die Medienkompetenz eine wichtige Rolle. „Das fragen Jugendliche und junge Erwachsene auch gezielt nach. Wir sind daher nun auch seit ein paar Jahren auf Instagram, damit wir bei den Jugendlichen bleiben können und schauen, was in deren Leben passiert. Die Themen Mobbing und Depression werden bei uns kaum thematisiert. Viele unserer BesucherInnen haben ebenfalls eine persönliche Assistenz, sodass dort mehr Möglichkeiten gegeben sind, solche Themen zu bearbeiten. Dennoch haben wir selbstverständlich immer ein offenes Ohr und stehen unseren Besuchenden immer beratend zur Seite“, so Katharina Martens. Im KIEK-IN werden neben schönen Freizeitaktivitäten auch ganz verschiedene Themen aufgegriffen, die die Besuchenden beschäftigen. So gibt es beispielsweise auch eine Trauergruppe, zu der jede Person willkommen ist. Generell werden im KIEK-IN die Wochenabläufe in Absprache mit den Gästen geplant, um eine transparente Struktur für alle zu schaffen. Gerne sind weitere Ehrenamtliche gesehen, die sich vielleicht mit eigenen Hobbys und Expertisen einbringen möchten, um das Angebot stetig zu erweitern.

Text und Fotos: Thea Drexhage



Kleines Budget, große Wirkung

Independent-Filme glänzen in Oldenburg



Matthew Osbor gelang mit *Big Daddy's Flowers* das beste Erstlingswerk

Das Filmfest 2026 ist geschafft und zurück bleiben viele Eindrücke von lebendigen, innovativen und außergewöhnlichen Filmen, die erneut zeigen, dass es kein gewaltiges Hollywood-Budget braucht, um eine gute Geschichte zu erzählen. Die Herangehensweisen der Filmschaffenden könnten jedoch nicht unterschiedlicher sein.

In seinem Langfilmdebüt *Frogtown* vermischt Regisseur Costa Karalis Dokumentation und Fiktion. Gezeigt wird eine Kleinstadt im Bundesstaat Florida und die Menschen, die in ihr Leben, mit ihren Träumen, Visionen und vor allem Eigenarten. Mehr als 70 Interviews hat das dreiköpfige Team mit Anwohnenden aller Altersklassen geführt, von denen es eine handvoll in den finalen Streifen geschafft haben. In diese echten Interviews verwoben ist die Geschichte von drei Frauen: einer Mutter mit ihrer Tochter und ihrer Großmutter Kathleen, die es sich zur Aufgabe gemacht hat, die Menschen der Stadt bei einer Parade zusammenzubringen und ihre Geschichte vom Froschkönig, dem sie als Kind in den umliegenden Sümpfen getroffen hat, zu verbreiten. Gedreht wurde alles mit nur einer Kamera aus spannenden Winkeln und Perspektiven, die so natürlich wirken, dass

selbst der geskriptete Teil des Films absolut organisch und glaubwürdig überkommt. Eine kurzweilige, rührende, wertungsfreie Geschichte die Einblicke in ein Amerika abseits der großen Metropolen gibt. Ein weiterer Debütfilm kommt von Matthew Osbor, der nicht nur die Regie, sondern auch die Hauptrolle in *Big Daddies Flowers* übernahm. Unter den Fittichen von Indiefilmveteran Alexandre Rockwell nutzte Osbor die Chance, verschiedene Filmtechniken und Equipment in seiner rasanten, absolut überspitzten und selbstironischen Komödie über einen gesetzestreu und naiven Blumenkurier zu testen. Obwohl nicht jeder Shot perfekt durchkomponiert wurde, spürt man in diesem Film die Leidenschaft eines jungen Filmemachers, der nicht davor zurückscheut, Neues zu probieren und Witze immer weiter bis kurz vor die Grenze des guten Geschmacks zu treiben und eine gehörige Portion Gesellschaftskritik in einen Film zu packen, ohne mahnend den Zeigefinger zu heben. Dafür konnte Osbor aus Oldenburg den Preis für den besten Erstlingsfilm mit nach Hause nehmen. Gesellschaftskritik ganz ohne Witz hat der britische Regisseur Paul Wright mitgebracht. Mission verfolgt Protagonist Dylan durch eine Sinnkrise, die ihn dazu führt, sich sieben Tage komplett von gesellschaftlichen Konventionen und Erwartungen zu lösen und in absoluter Freiheit zu leben, um dann zu entscheiden, ob ein Leben in diesen Zeiten überhaupt noch lebenswert ist. Dabei verfolgt der Zuschauer ihn in eine moralische Abwärtsspirale sondergleichen. Es ist keine leichte Kost. Einige Zuschauende verlassen verfrüht den Saal und verpassen daher ein gut gemachtes, unvorhersehbares Ende. Während die Thematik für viele sicher nur schwer ertragbar sein dürfte, ist der Streifen allein wegen der herausragenden Leistung von George MacKay sehenswert. Dieser trägt die Geschichte überzeugend und mühelos und schafft es, tiefe Gefühle oft ohne Worte und Erklärungen zu transportieren. Auch Bild, Ton und Schnitt können hier auf voller Länge überzeugen. Ganz leichte Kost lieferte hingegen Mackenzie von Melissa Fitzsimmons. Ein ultra Low Budget Film, der die elfjährige Juniper auf ihrer Reise durch die Wüste Utahs begleitet. Diese macht sich auf den Weg nach L.A. um ihren Kindheitsschwarm aus dem TV zu heiraten. Fitzsimmons verarbeitet darin ihre eigene Kindheit. Gespielt wird Juniper durch Luca Yusimov, einem Kind aus dem persönlichen Umfeld der Regisseurin, ohne jegliche Schauspielerei. Gerade deshalb wirkt der Streifen so real, so natürlich und nostalgisch und katapultiert die Zuschauenden in



Gia Crovatin (links neben Ehrengast Neil LaBute) lieferte in *Murderous* eine herausragende Schauspielperformance

ihre eigene Kindheit und diese endlos langen Sommertage zurück. Der 80-minütige Film kommt mit wenig Text aus, was ihn stellenweise sehr langatmig macht. Dies wird jedoch durch faszinierende Landschaftsaufnahmen und generell durchdachte, schöne Bilder kompensiert. Lediglich der Sound, in den laut Crew in der Post-Produktion einiges an Arbeit geflossen ist, hätte etwas mehr Finesse vertragen können. Technisch perfekt produziert waren dafür zwei weitere US-Streifen: *Kill Me Now* und *Murderous*. Bei letzterem handelt es sich um das neueste Werk von Ehrengast Neil LaBute. In der Hauptrolle seine Frau Gia Crovatin, die für ihre Leistung den Preis für die beste Darstellerin einheimen konnte. Ein spannendes Kammerspiel mit kleinem Cast und nur einem festen Spielort. Stephen King trifft Der Gott des Gemetzels. Guter Witz ergänzt durch packende Spannung und erfrischende, gut nachvollziehbare Charaktere, die man nicht in die üblichen Hollywood-gut-und-böse-Schubladen stecken kann. *Kill Me Now* von Michael Polish bewegt sich auf einer ähnlichen Psychothrillerschiene. Schauspielerinnen und Drehbuchautorinnen Jacqueline Singer glänzt in ihrer Rolle als Neuankömmling in der Filmbranche. Der Film arbeitet mit gutem, pointiertem Witz, verliert aber Punkte durch seine völlig überzogenen, stereotypischen Figuren, gespielt unter anderem von Keith Carradine und Mena Suvari, die man so schon in etlichen anderen Streifen gesehen hat. Neben all diesen englischsprachigen Streifen war in der Independent-Reihe auch eine deutsche Produktion zu

finden. Oliver Korittke spielt in *Superbuhei* einen, dem Alkohol verfallenen Kneipenbesitzer, der versucht, seine bröckelnde Ehe zu kitten. Dabei entwickelt sich die Geschichte schnell von einer Komödie in eine düstere Richtung, die thematisch gar nicht so weit von *Kill Me Now* entfernt ist und für deutsches Kino wirklich überraschend daherkommt, zumindest, wenn man den Vorlageroman von Sven Amtsberg zuvor nicht gelesen hat. Es braucht also kein großes Budget, keine große Crew und keine A-List Schauspieler, um die eigene Vision zum Leben zu bringen und vor allem auch kein KI – es sei denn, man heißt Edgar Péra. Der Filmfest-Dauergast hat mit seinem *Midnite-Express* Streifen *Asphalt Guerilla* die Behauptung in den Raum gestellt, dass KI für Filmschaffende ohne großes Budget ein tolles Hilfsmittel wäre, um Ideen kostengünstig umzusetzen. Nur der tatsächliche Beweis hat gefehlt. Die KI-Sequenzen Péras Film waren „sloppy“, also schluderig und ohne Liebe zum Detail in den Streifen geschnitten. Sie wirken zusammenhangslos, sind fehlerhaft und viele der Prompts, die zum Erzeugen solcher Szenen genutzt werden, wurden ganz offensichtlich vom letztjährigen Filmfestrecycle, was den eigentlich guten Storyansatz von *Asphalt Guerilla* durch schlechte Qualität und die moralische Debatte um AI in Filmen gänzlich zunichte macht. Aber was wäre das Filmfest Oldenburg nur ohne ein wenig Provokation?

Text und Fotos: Thea Drexhage

The End

Filmfest 2026 | Abschlussabend



Wenn am Ende des Oldenburger Filmfestes Applaus aufbrandet, dann gilt der nicht immer den Preisträgern. Es reicht schon, dass Festivalleiter Torsten Neumann die Bühne betritt und erwartungsgemäß etwas unvorbereitet seinen Vortrag beginnt. Das Oldenburger Filmfestpublikum mag nun mal seinen sehr improvisierten Stil und würde am liebsten geschlossen aufstehen, um ihm beim ordnen seiner Zettel zu helfen. Und so wurde bei lockerer Stimmung der erste Preis des Abends aufgerufen, der von MoX gesponsorte German Independence Award – Bester Kurzfilm, der an den Katalanen Michele Leonadi ging. Ein ganz besonders spannender Preis ist der Hans Ohlms Award, bei dem nur Erstlingswerke nominiert sind. Und auf die Bühne springt, nach Bekanntgabe des Gewinners der gerade erst 28 Jahre alte Regisseur Matthew Osborn aus den USA, schnappt sich den Pokal für seinen Film „Big Daddy’s Flowers“ und das Mikro, um dem Publikum seine kritische Haltung zur aktuellen politischen Lage in den USA mitzuteilen, inklusive persönlicher Betroffenheit. Mit ähnlicher Sportlichkeit nahm Boris Mojsowski seinen „Spirit of Cinema“-Preis für „Foreign Tongue“ entgegen, den ihm übrigens die ganz große Jury des Festivals verlieh, das Publikum.

Dann betraten vier ebenfalls nicht ganz unbekannte Persönlichkeiten die Bühne: RP Kahl, Deborah Kara Unger, Douglas Buck und Amanda Plummer, die Jury des Festivals. Und da gibt es neben dem Hans Ohlms-Preis noch einen weiteren Spezialpreis, den für „Originalität und Kühnheit“, der dieses Jahr an Marjorie Conrad ging für „The Joyless Economy“. Der Seymour Cassel Award – Bester Darstellerin ging an Gia Crovatin in „Murderous“, der für den besten Darsteller an Frank Mosley in „Jackrabbitt“.

Höhepunkt der Preisverleihung war schließlich die Verleihung des Hauptpreises an Zachary Nichols für „Variations on Violence“. Und da war er wieder, der kräftige Applaus des Oldenburger Publikums, das mit den Entscheidungen der Jury wohl zufrieden schien. Das Oldenburger Filmfest endet mit dem großartigen Abschlussfilm „Northbound“ von William Scoular eher ruhig und nachdenklich.

13.000 Besucherinnen und Besucher lockte das Filmfest 2026 in die Kinos. Künstlerisch ist dem Stab wieder ein anspruchsvolles, streitbares und mitunter sogar unterhaltsames Programm gelungen.

Text und Foto: Rüdiger Schön



17. QUEER FILM FESTIVAL OLDENBURG

8. - 11. OKTOBER 2026

Do, 8.10.
19:00 Skiff (mit Eröffnungsempfang)

Fr, 09.10.,
18:00 Black Burns Fast
20:00 Mauern aus Sand
22.00 Queerotics (Kino der Gelüste)

Sa, 10.10.
18:00 Fantasy
20:00 Best of Shorts

So, 11.10.
16:00 Kaktusfrüchte
18:15 The Beauty of Ballroom

cine k

Gefördert von:
 Der Bundesrat der Bundesregierung
 Stadt Oldenburg
  

Frau Winkler verlässt das Haus

Deutschland · 26; R: Doris Dörrie. Ab 1.10. Wertung: **** Bild: Wild Bunch Germany



Wir schreiben das Jahr 2030 – das Problem mit der Pflege unserer alternden Gesellschaft konnte scheinbar zur Zufriedenheit der Bevölkerung im Lande gelöst werden, indem sich über die Krankenkasse spezialisierte Roboter zum 24/7-Dienst anfordern lassen. Dank KI wissen diese stets hilfsbereiten Pflege-Androiden alles über die Vorlieben ihrer Patienten, federn sie deren Macken stoisch ab – und leiten bei gleichbleibend schwachen Vitalitätswerten der Lebensüberdrüssigen bei denen dann diskret den sogenannten End of Life-Modus per tödlicher Pille ein. Auch Frau Winkler (Winkler) bekommt von ihrer Tochter Emi (Tonke) einen Robo-Kümmerer (Ellers) zur Seite gestellt, nachdem die alte Dame sturzbedingt von jetzt auf gleich rund um die Uhr auf häusliche Hilfe angewiesen ist. Jahrelang hat Emi ihre Mutter umsorgt und deren Launen ertragen – doch jetzt hat man der Theaterschauspielerin ein Rollenangebot zukommen lassen, das sie unbedingt annehmen will. Und die verunfallte alte Dame, einst ebenfalls eine weithin bekannte Theaterschauspielerin, gewöhnt sich relativ schnell an den neuen Wohnungsgehilfen: Der erobert Frau Winklers Herz, indem er ihren Liebessong trällern kann, sich zudem als ausgewiesener Tschechow-Kenner erweist. Dass der fortan auf den Namen Pawlowitsch getaufte Android nur die Zusammenarbeit

mit dem hauseigenen Saugroboter kategorisch verweigert – geschenkt! Dafür weiß die altersstarrsinnige Dame mit diesem Pfleger endlich jemanden an ihrer Seite, mit dem sie nach Herzenslust herumzicken oder bei Bedarf über alles reden kann, egal ob es den nie verwundenen Tod ihres Ehemanns betrifft oder man tiefeschürfende Gedanken über die Sinnlosigkeit des eigenen Weiterlebens äußert.

Die missliche Situation in der Pflege, ein aktuell verfahrenes Thema, dessen erwünschte Lösung der Durchschlagung des gordischen Knoten gleichkommt, wird von Komödien-Spezialistin Doris Dörrie so kenntnisreich wie einfühlsam in Szene gesetzt. Mit ihrem superb besetzten Schauspielertrio Angela Winkler, Laura Tonke und Josef „Pawlowitsch“ Ellers dekliniert die „Männer“-Regisseurin Liebe, Fürsorge und Verlust in einer hochtechnisierten Welt gekonnt leichtfüßig durch, ergänzt das heikle Thema um eine schwierige Mutter-Tochter-Beziehung – und lässt Frau Winkler dank ihrem Pflegeroboter Pawlowitsch Wege aus der Einsamkeit finden. Eine Frage, die uns Kinogängern übers bittersüße Finale der Dramödie hinaus beschäftigen dürfte: Kann eine Maschine den Menschen und die Menschlichkeit ersetzen, wenn es ans Sterben geht?

D: Angela Winkler, Laura Tonke, Josef Ellers, Doris Kunstmann.

Digger

USA/ Mexiko/ GB ´ 26; R: Alejandro G. Iñárritu.
Ab 1.10. Vorankündigung
Bild: Warner Bros



Mit der Errichtung einer neuen Ölförderplattform in Grönland hat Firmeneigner Digger Rockwell (Cruise) der Menschheit und der Natur einen Bärendienst erwiesen. Da ihm als dem reichsten Bewohner des Planeten aber jedwede Auswirkungen auf die angestrebte Gewinnmaximierung seines global agierenden Konzerns wie eh und je am Allerwertesten vorbei gehen, solange es sich nur um einen Riss im Eis handelt, sieht der Tycoon keinen Grund, darauf reagieren zu müssen. Und so nimmt das Unglück

seinen Lauf – das ewige Eis der Polarkappen schmilzt, verursacht Tsunamis, stürzt Mutter Erde ins Chaos. Als ihre für die Energieerzeugung gedachten Atomkraftwerke beschädigt werden, hört für die eine oder andere Nation der Spaß endgültig auf, eskaliert der ohnehin fragile Weltfrieden weiter. Auch der diktatorisch veranlagte US-Präsident Compson (Goodman) lässt sich von seinem wissenschaftlichen Berater Ganesh (Ahmed) überzeugen, dass der Verursacher der Katastrophe die Suppe, die er allen eingebrockt hat, selbst auslöffeln möge. Kann Digger die Welt retten?

Die ersten Film-Clips erinnern an Stanley Kubricks bitterböse „Dr. Strangelove“-Farce mit einem ordentlich gegen den Sunnyboy-Strich gebürsteten Tom „Digger“ Cruise auf den Spuren von Peter Sellers oder an Donald Pleasences Miezekatzen-verrückten 007-SPECTRE-Mastermind Blofeld. Aber auch der Gedanke an gewissenlose Tycoons à la Elon Musk oder Donald Trump dürfte der mexikanische Regie-Großmeister Alejandro Iñárritu zu „Digger“ inspiriert haben. Fabelhaft bis in die Nebenrollen (unter anderem mit Sandra Hüller als Diggers Schwester Emma) besetzt – und ab Anfang Oktober fürs Publikum nur im Kino zu begutachten.

D: Tom Cruise, Sandra Hüller, Riz Ahmed, John Goodman, Michael Stuhlbarg, Jesse Plemons, Sophie Wilde, Emma D'Arcy, Corey Johnson.

Von Scham und Geld

Deutschland/ Kosovo ´ 26; R: Visar Morina.
Ab 24.9. Wertung: ****
Bild: Schuldenberg Films

Völlig unverschuldet steht der rechtschaffene Bauer Shaban (Kabashi) mit einem Mal ohne Haus und Hof und Vieh da. Da ihm somit die Existenzgrundlage entzogen ist, bleibt dem Familienvorstand nichts weiter übrig, als mitsamt seiner Ehefrau Hatixe (Kodheli), ihren drei Töchtern und der Großmutter dem Heimatdorf im ländlichen Kosovo den Rücken zu kehren, um in der Großstadt Pristina einen Neuanfang zu wagen. Statt von Hatixes Schwester, die mit ihrem wohlhabenden Mann in Pristina wohnt, mit offenen Armen empfangen und tatkräftig unterstützt zu werden, hagelt es Belehrungen. „Alles hat seinen Platz, auch der Mensch“, klugscheißt der Schwager – und vermittelt Shaban eine Aushilfsarbeit in seinem Club, ohne dass über die Entlohnung für diesen Dreitage-Job geredet wird. Sein Motto: Wer gibt,



bestimmt die Regeln; wer empfängt, hat dankbar zu sein. Um die Familie durchzubringen, verdingt sich Shaban zusätzlich als Tagelöhner oder Security, ist bei allem Frust stoisch darum bemüht, sich seine Würde zu erhalten. Der dritte Spielfilm des deutsch-kosovarischen Regisseurs Visar Morina wirft einen ungeschönten Blick auf die Gewalt ökonomischer Abhängigkeiten. Wen das nicht nachdenklich macht...

.D: Saoirse Ronan, Eddie Waller, Nia Brown, Jacob Anderson, Sean Gilder, Robert Emms.

kinofilme

Primetime

USA '26; R: Lance Oppenheim.

Ab 24.9. Wertung: ***

Bild: A24



Englische und US-amerikanische Reality-TV-Formate kommen zuweilen eiskalt und gnadenlos daher. „To catch a Predator“ hieß eine Show, die von 2004 bis '07 vom US-Sender NBC produziert und über 20 Episoden hinweg stets erfolgreich ausgestrahlt wurde.

Ein Nobody gegen Putin

Dänemark/ Deutschland '25; R: David Borenstein/

Pawel Talankin. Ab 5.10. Wertung: ****

Bild: Pavel_Talankin

Dass die russische Kleinstadt Karabasch im Ural nach dem Fall des Eisernen Vorhangs von der UNESCO als „giftigster Ort der Welt“ eingestuft wurde, ist jenen immensen Umweltschäden geschuldet, die durch die rücksichtslose Ausbeutung der ortsnahe Kupfermine über Jahrzehnte hinweg verursacht worden waren. Der vor Ort geborene und als Lehrer arbeitende Pawel Talankin hatte es dennoch stets geschafft, sich seiner Liebe zur Heimat als Amateurfilmer zu verschern und sie den Schülern gelegentlich per Videodokumentation über Herkunft, Traditionspflege oder die Schönheit der verbliebenen Natur zu vermitteln. Doch 2022, nach der russischen Invasion in der Ukraine, erfasste die staatliche Propaganda im Nu selbst Schulen in den entferntesten Winkeln des Riesens. Videochronist Talankin wurde angewiesen, die Durchsetzung von Putins Botschaften vor Ort mit der Kamera aufzuzeichnen, so dass man die Gesinnung der Bevölkerung von Karabasch gegebenenfalls im fernen Moskau überprüfen könnte.

Es ging darum, pädophil veranlagte Mannsbilder von minderjährigen Lockvögeln per Online-Chat in deren Zuhause zu locken. Vor Ort wurden die Ahnungslosen von den versteckten Kameras gefilmt und schließlich der Polizei übergeben. In Lance Oppenheims Regiedebüt übernimmt Starmime Robert Pattinson den Part des Moderators Chris Hansen, dem bei „Primetime“ nichts zu extrem schien, wenn es den Einschaltquoten nützte. Bis sich eines Tages eins der überführten menschlichen Primetime-Raubtiere vor laufender Kamera erschoss, nachdem die Cops und Hansen Team den Täter mit seinem Tun in der Öffentlichkeit konfrontieren wollten. Während die Show somit TV-Geschichte schrieb, läutete dies zugleich das Ende von „Primetime“ ein – die Sensationslust hatte gesiegt, die Moral jedoch versagt. Hansen-Alias Pattinson bleibt blass. Weit schlimmer: Er lässt genauso wie Regisseur Oppenheim jegliche Haltung zum komplexen Thema vermissen, angefangen bei Quotendruck und Bigotterie hin zu krankhaftem Begehren oder Vorverurteilung, Verstörend!

D: Robert Pattinson, Merritt Wever, Skyler Gisondo, Phoebe Bridgers, Matthew Maher, Anna Faris.



Entsetzt über dieses neu verordnete Denken an seiner Schule überkamen Talankin Ohnmachtsgefühle. Er war fast schon so weit, den Dienst aufzukündigen, als ihn ein Filmregisseur aus dem Ausland kontaktierte. Und da wurde dem Pädagogen die sich bietenden Möglichkeiten bewusst, mit seinen Videoaufzeichnungen aus einer Insider-Position heraus weiterzumachen. Bis er das gesamte Material außer Landes schmuggeln konnte, dokumentierte Talankin akribisch die versuchte Gleichschaltung der russischen Bevölkerung und die staatlichen Manipulationsmanöver. Entlarvend.

Doku.



Stiftung Bildung sucht Patenschaften

Jetzt schon an Weihnachten denken, fördert die Stiftung Bildung und sucht neue Bildungsheld*innen, die die Patenschaften für 10.000 Kinder und Jugendliche sichern möchten, da diese durch eine Finanzierungslücke in Folge eines neuen Bundeshaushaltsentwurfs nicht weiter gewährleistet werden können. Sowohl Firmen, Vereine oder Privatpersonen können spenden. Bei dem Programm der Stiftung Bildung handelt es sich um ein unabhängiges Förderprogramm, das sich für Teilhabechancen für Kinder und Jugendliche einsetzt. Bereits 300 Euro sichern dabei die Patenschaft für ein Kind für ein ganzes Jahr. Alle Infos unter www.stiftungbildung.org

Niedersachsen für Wohngeld

Dem Sozialstaat geht es an den Kragen. Im kommenden Jahr möchte die Bundesregierung auch beim Wohngeld den Rotstift ansetzen. Bei der vergangenen Bauministerkonferenz hat sich Niedersachsen gegen diese Pläne ausgesprochen. Das Wohngeld unterstützt einkommensschwache Haushalte bei den Mietkosten und verhindert so, dass diese komplett in die Sozialhilfe fallen. Niedersachsens Bauminister Grand Hendrik Tonne (SPD) sagt dazu: „Vor allem Rentnerinnen und Rentner, Alleinerziehende und Beschäftigte mit geringem Einkommen könnten in die Grundsicherung rutschen. Das kann niemand ernsthaft wollen.“ Bezahlbares Wohnen sei die Herausforderung unserer Zeit. Niedersachsen solle dabei auf neue Bauprojekte statt Enteignungen oder Verstaatlichungen setzen.



Architektonische Qualität

100 Bewerbungen wurden für den Niedersächsischen Staatspreis für Architektur eingereicht. Nun stehen 10 Projekte in der engeren Wahl, welche von der Jury unter Architektin Prof. Minka Kersten live besichtigt werden, bevor am 5. November das Siegerprojekt in Hannover geehrt wird. Neben einigen Projekten in der Landeshauptstadt Hannover oder in Braunschweig steht auch eine neue Oldenburger Adresse in der engeren Auswahl: das jüngst eröffnete Bürgerhaus Ofenerdiek. Das moderne Fachwerkhhaus mit angrenzendem Veranstaltungssaal wurde von der Stadt Oldenburg realisiert.

Texte: Thea Drexhage

„Esse ich jetzt erst 'n Mars oder 'n Snickers?“

Die meistgewanderte Frau der Welt am 28.11.2026 live in der Kulturetage

Christine Thürmer ist 59 Jahre alt und seit 2007 allein auf extrem langen Wanderungen unterwegs. Ihre Bücher sind Bestseller, im Netz ist sie ein Hit und im Gespräch springt ihre Lebenslust vollends über. In ihrer aktuellen Show erzählt sie von Essgewohnheiten, Schönheitsidealen und Arbeitsrecht aus 40 Ländern von Chile bis Taiwan. Immer dabei sind auch konkrete Tipps für alle, die noch Angst vorm Alleinwandern haben. MoX sprach mit Christine Thürmer über Ängste und Freiheit, bevor sie sich auf den Weg nach China machte.

MoX: Durch eine Verkettung von Ereignissen kamen Sie 2007 vom Bürojob zum Extrem-Wandern und laufen seit bald 20 Jahren um die Welt: Könnte nächste Woche etwas ähnlich Einschneidendes in Ihrem Leben passieren, das Sie in die nächste jahrzehntelange Passion stürzt? Wird Christine Thürmer ein zweites Erwachen als Extrem-Kaffeebauer erleben, oder muss es schon das Wandern und Reisen sein?

Christine Thürmer: Da muss ich schmunzeln, weil ich trinke null Kaffee! Also: Theoretisch ja, praktisch nein. Was meine ich damit? Ich habe mit dem Wandern angefangen, dann kam meine Karriere als Bestsellerautorin, und als das ein bisschen zur Routine wurde, habe ich angefangen, als Speaker aufzutreten. Immer, weil ich dachte: Ich brauche jetzt die Challenge! Ich kam ja vom Management, und auch noch aus der Unternehmenssanierung. Da entscheiden Sie über Schicksale, das ist emotional natürlich sehr hart. Die täglichen Entscheidungen unterwegs hingegen, lauteten nur noch: Esse ich jetzt erst 'n Mars oder 'n Snickers? Und jetzt kommt das praktische Nein, warum Ihr Beispiel nicht funktioniert: Ich bin ein unglaublich freiheitsliebender Mensch. Sie müssen sich vorstellen: Ich bin jetzt 59, ich wohne in einer winzigen Plattenbauwohnung, ich habe keine Möbel! Das heißt, wenn ich mir jetzt überlege, ich lebe lieber in einer Blockhütte in Alaska, dann ist es für mich kein Problem, meine Zelte hier abzubauen. Würde jetzt etwas kommen, wo ich diese Freiheit behalten könnte, wäre das durchaus spannend.

MoX: In Ihren Liveshows, Büchern und auf Social Media wollen Sie auch zum Wandern ermutigen – wovor haben die Menschen am meisten Angst? Was sind die Top 5 Unsicherheiten, die Sie zu hören bekommen?

Christine Thürmer: Die meistgestellte Frage bei

mir, egal in welchem Land ich bin, egal wie alt der Fragesteller ist, sogar egal welches Geschlecht der Fragesteller hat, ist immer: „Hast du keine Angst so alleine als Frau?“ Die Hauptangst ist, muss man einfach so deutlich sagen, dass man vom Mann überfallen wird. In meiner Show gehe ich auch genau die meistgenannten Angstfaktoren durch und frage einen Mann aus dem Publikum: „Du willst jetzt 'ne Frau überfallen. Gehst du dann nachts in den Wald und wartest hinter den Bäumen versteckt bei Dauerregen und Wind und Wetter, dass da eine allein wandernde Frau vorbeikommt?“ Und dann frag ich: „Jetzt stell dir mal vor, du kommst zufällig im Wald an einem Zelt vorbei. Würdest du da hingehen und nachschauen, wer drin liegt?“ Sagt quasi jeder Mann: „Nein!“ Sie können den Leuten die Angst nicht mit Statistik nehmen, die müssen Sie emotional packen. Dann kommt eine weitere Angst, die genauso irrational ist: wilde Tiere. „Hast du keine Angst, dass nachts eine Schlange in dein Zelt kriecht?“ – „Nein, es gibt gar keine Schlangen hier.“ Gefolgt von der Angst davor, nicht fit genug zu sein und nicht mit den Entbehrungen klarzukommen. Und dieses Wort „Entbehrung“ ist so ein Schlüsselwort. Das ist wie die Betrachtungsweise, ob das Glas halb voll oder halb leer ist. Ich bin sehr reduziert unterwegs, nur mit 5 kg. Auf so 'ner Wanderung schlafe ich auf einer Isomatte, 5 cm dick, Waschen ist überhaupt nicht, maximal im kalten Bach. Wenn ich dann einmal die Woche, hurra, in die Stadt komme, und ich habe ein weißes, weiches Bett und stehe mit duftendem Duschgel unter meiner Dusche – ich sage Ihnen: Da könnte ich schreien vor Glück!

MoX: Das waren die Ängste Ihrer Leser und Follower. Wovor haben Sie denn noch Angst?

Christine Thürmer: Ich denke mir vor fast jeder Wanderung: Oh Gott, was hast du dir da jetzt wieder

interview

für 'n Mist ausgesucht? Habe ich jetzt die richtige Tour gewählt? Oder, oh, will ich das jetzt wirklich machen? Zum Beispiel von der Distanz her oder vom Anspruch her. Ich war jetzt gerade im Baltikum unterwegs, wo ich mich auch fragte: Das ist so flach, will ich das jetzt wirklich machen? Und dann wird's immer toll. Also ich kenne das ja schon.

MoX: Vor einigen Jahren kursierte im Netz eine hypothetische Frage an alle Frauen: „Du bist allein im Wald und hast dich verirrt. Würdest du in dieser Situation lieber einem Bären oder einem Mann begegnen?“ Tausende Frauen antworteten erstaunlicherweise, ihnen wäre die Begegnung mit dem Bären lieber. Die Aktion sollte auf das fehlende Sicherheitsgefühl von Frauen aufmerksam machen. Jetzt mal aus der echten Erfahrung: Sie haben sich ja sicher schon mal alleine im Wald verirrt. Vielleicht sind Sie da auch einem Bären oder einem Mann oder beidem schon mal begegnet. Was passiert da wirklich?

Christine Thürmer: Also ich bin beidem schon begegnet, und ganz ehrlich: Diese ganzen Frauen, die da sagen „Lieber Bär“, die haben einfach keine Ahnung! Im Gegensatz zu Bären haben mir Männer schon des Öfteren Wasser, Schokolade oder Hinweise angeboten. Das ist mir mit einem Bären noch nie passiert! Das Buch „Wild“ von Cheryl Strayed, das mit Reese Witherspoon verfilmt wurde, hat mit dieser Legende angefangen. Eine Frau geht alleine wandern und jeder Mann ist eine Gefahr. Ich habe das so erlebt, dass die Menschen, die man im Wald trifft, ja aus Gründen da sind. Die müssen dort arbeiten oder sind Jäger, Wanderer wie man selber. Gerade in der Hiker-Community habe ich festgestellt, dass man sich gegenseitig erstmal als asexuelle Wesen betrachtet. Der Trail ist der große Gleichmacher: Alle müssen denselben Berg hoch, alle müssen durch die 5 Tage Dauerregen, egal ob Männlein oder Weiblein, egal wie alt, egal wie reich oder arm.

MoX: Vor dem bösen Mann im Wald muss sich also niemand ernsthaft fürchten. Wie sieht es denn mit dem Bären aus?

Christine Thürmer: Da gibt's nur den geordneten Rückzug, ne? Ich habe wirklich zweimal zufällig Grizzlybären getroffen, dann heißt's: Nicht rennen. Nicht den Jagdinstinkt triggern, hoffen, dass der Wind richtig steht, der Bär einen nicht erschnuppert und dann rückwärts abhauen.



Was mich wirklich an der Mann-oder-Bär-Frage ärgert, ist, dass den Frauen immer nur die Nachteile des Alleinwanderns erzählt werden und nie die Vorteile. Natürlich gibt es frauenspezifische Nachteile, die will ich nicht kleinreden. Aber die angebliche Schwäche von Frauen ist in Wahrheit ein Riesenvorteil: Sie werden nämlich nicht als Bedrohung wahrgenommen. Frauen schlägt deswegen deutlich mehr Hilfsbereitschaft und Nachsicht entgegen. Wenn ich beim Wildzelten erwischt werde, dann komme ich wahrscheinlich mit einer Ermahnung davon, als wenn da ein gleichaltriger bärtiger Mann drin liegt. Oder wenn ich nach Wasser frage, eine Mitfahrgelegenheit zum Einkaufen brauche und und und.

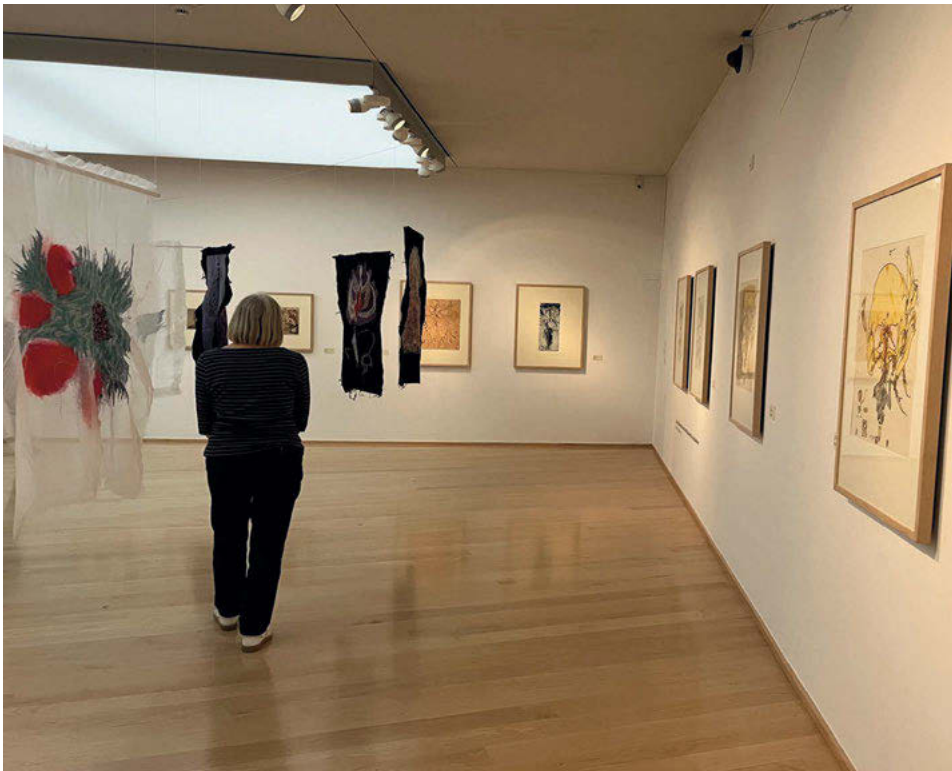
MoX: Wer hat Ihre Show „Wandern total“ nötig, was kann man als Zuschauer mitnehmen und erleben?

Christine Thürmer: Es ist vor allen Dingen extrem lustig und sehr unterhaltsam. Sie können auch, wenn Sie sich null fürs Wandern interessieren, einen schönen Abend haben. Sie lernen natürlich viele Aspekte des Wanderns kennen, und der ganze zweite Teil der Show ist eine Schritt-für-Schritt-Anleitung, wie Mann und vor allen Dingen Frau die Angst vorm alleine Wandern verliert. Ganz oft lese ich dann in meinen Kommentaren: Nach der Show will man einfach sofort selbst loswandern. Ich sage ja ganz offen: Ich habe Plattfüße, X-Beine, Übergewicht, und trotzdem bin ich die meistgewanderte Frau der Welt und keine dieser hübschen, durchtrainierten Influencerinnen. Wer also den letzten Schubs braucht, Angst hat und sich immer noch sagt: „Ich traue mich nicht alleine“, für den ist das genau der richtige Abend.

Interview: Christina Makonnen

Wahrheit, Technik und Diskurs

Ausstellung von Andrea Ziegler im Horst-Janssen-Museum



Die Schuhsohlen quietschen auf dem sauberen, hellen Parkettboden der Sonderausstellungsflächen des Horst-Janssen-Museums. Noch liegt der Geruch frischer Farbe in der Luft, während die großflächigen Deckenleuchten für eine angenehm ruhige Atmosphäre sorgen. Seit dem 15. August ist hier auf der zweiten und dritten Etage die Ausstellung von Andrea Ziegler zu sehen. Unter dem Titel „What Is the Truth and Where Did It Go?“ verbindet sie die Werke des Zeichners und Grafikers Horst Janssen mit den aktuellen textilen Arbeiten der ehemaligen Stipendiatin des Museums. Die schwarz-weißen Radierungen Janssens werden durch Zieglers bunte Freihandmaschinenstickereien ergänzt, weitergeführt und auch kommentiert. Obwohl sich das maschinell geführte Garn handwerklich von der Arbeit mit dem Stift unterscheidet, verbindet beide Positionen eine präzise und ausdrucksstarke Linienführung. Was bei Janssen gezeichnet oder radiert

wird, entsteht bei Ziegler aus Fäden, die sich zu farbigen Flächen, Formen und Schriftzügen verdichten.

Die kuratorische Gestaltung lädt dabei zum Flanieren und Entdecken ein. Zieglers Arbeiten hängen nicht einfach flach an den Wänden, sondern sind an Holzstangen frei im Raum befestigt und lassen sich dadurch von beiden Seiten betrachten und umrunden. Die blauen, schwarzen oder teils transparenten Stoffflächen verändern ihre Wirkung je nach Perspektive. Durch die Maschinenstickerei entstehen auf Vorder- und Rückseite unterschiedliche Ansichten desselben Motivs. So eröffnen die Werke den Betrachtenden immer wieder neue Bildebenen und lassen die Frage nach dem vermeintlich Sichtbaren und dem Verborgenen unmittelbar erfahrbar werden.

Inhaltlich beschäftigt sich Ziegler mit der gegenwärtigen Zeitenwende im Verhältnis von Mensch und Technik, insbesondere mit dem Aufstieg der Künstlichen

Intelligenz. Ihre Arbeiten greifen Fragen des Transhumanismus auf, indem organische Formen auf harte, technisch anmutende Motive wie Platinenstrukturen treffen. Die Verbindung zu Janssens Werk liegt dabei nahe: Auch er setzte sich in seinen Zeichnungen immer wieder mit Vergänglichkeit, Körperlichkeit und Sterblichkeit auseinander.

Auch politisch und gesellschaftlich aufgeladene Themen finden Eingang in ihre Arbeiten. So setzt sich Ziegler unter anderem mit dem Kennedy-Attentat von 1963 auseinander. Die Ermordung John F. Kennedys gilt als ein prägendes Beispiel für eine moderne, massenmedial verbreitete Verschwörungserzählung. Ziegler überführt solche gesellschaftlichen Debatten in eine textile Formsprache und stellt damit die Frage, wie Informationen, Wahrheiten und Erzählungen entstehen, weitergegeben und verändert werden. Damit führt sie zugleich einen zentralen Gedanken des Ausstellungstitels weiter: Was ist Wahrheit und was geschieht mit ihr, wenn sich ihre Wahrnehmung durch Medien, Technik und gesellschaftliche Diskurse verändert?

Etwas hinter den Erwartungen zurück bleibt dagegen die Fortführung der Ausstellung im dritten Stock. Ein großer Teil des Raumes besteht aus Fragen, die direkt an die Besuchenden gerichtet sind. Zwar eröffnen diese

Impulse Möglichkeiten zur eigenen Reflexion, eine stärkere thematische oder künstlerische Weiterführung der zuvor entwickelten Gedanken bleibt jedoch weitgehend aus. Die dort präsentierte räumliche Installation wertet den Bereich hingegen deutlich auf. Unter dem Titel „The Artist Is Not Present“ werden die künstlerischen und handwerklichen Mittel von Janssens und Ziegler einander gegenübergestellt und zugleich in Beziehung zueinander gesetzt. Gerade hier wird noch einmal sichtbar, was die Ausstellung insgesamt auszeichnet: Sie versucht nicht, die beiden Positionen lediglich nebeneinanderzustellen, sondern lässt ihre unterschiedlichen Arbeitsweisen miteinander in einen Dialog treten. Zeichnung und Stickerei, Vergangenheit und Gegenwart, Handwerk und Technik begegnen sich dabei auf Augenhöhe. Die Sonderausstellung ist noch bis zum 8. November zu besichtigen. Am 26. September und am 10. Oktober lädt zudem der Stikkünstler Patrick Giese zum kostenfreien Workshop „THREADTALK: Stitch incoming...“ ein. An einem Stickrahmentisch im zweiten Teil der Ausstellung können die Teilnehmenden gemeinsam künstlerisch arbeiten und sich dem Medium der Stickerei praktisch annähern.

Text und Fotos: Annika Müller



Im Bus

Bin vom Autofahrer zum Busfahrer geworden (Radfahrer sowieso), seitdem mir das Auto weggenommen wurde. Nach anfänglicher Umgewöhnung weiß ich es zu schätzen, dass ich alle 30 Minuten von meinem Vorortkaff in die Stadt gelangen kann, meistens zuverlässig, pünktlich, meistens freundliche Fahrer und Fahrerinnen (erstaunlich viele), zumindest ignorant, was besser ist als miesepetrig.

Fahrkarte zeigen, Fensterplatz, immer, in Fahrtrichtung. Ich muß nach vorne schauen. Begebe mich in die Obhut einer routinierten Chauffeurin, kann in die Landschaft sehen, auf die Felder und Wiesen, ohne irgendetwas zu tun (Gedicht?). Ein Luxus. Da, wieder auf der Wiese kurz vor Oberlethe, die 8 Rehe. Eine Frau steigt zu, mit Rollkoffer und Rucksack, macht einen sehr entspannten Eindruck, halblange schwarze Haare, war bestimmt auf einem Seminar in dem Alternativ-Zentrum „Hof Oberlethe“. Sie setzt sich 2 Bänke vor mich, den Rücken zugewandt. Blicke auf bezaubernden Nacken und Schulter. Die Anmut einer Frau. Aber viel wichtiger ist bestimmt ihr geistiger Gehalt, die Spiritualität – die man(n) aber nicht auf Anhieb erkennen kann. Es ist schon fast erhaben, ganz hinten in so einem 30 Meter langen Vehikel zu sitzen, wie in einer Halle, je weniger Passagiere, desto größer das Erleben, fast, wie wenn man ganz hinten auf einer Kirchenbank sitzt. Der Busfahrer (wie so viele ausländischen Ursprungs und voll integriert) steuert und lenkt mit Bedacht, aber auch mit Umsicht und Tempo über die schmalen Landstraßen, bei Südmoslesfehn sehr schmaler Piste, bei Bus-Gegenverkehr wird's eng und bremsig.

Korsorsberg, früher eine Disco-Hölle mit dahinterliegendem Buschwerk für innige Nachtschwärmer, jetzt nur noch Getränkeler. Grüne Wiese in Moslesfehn, Bundesliga-Spitze im Faustball, in der Nähe des Querkanals.

Ich bin beeindruckt vom Busverkehr in Oldenburg. Beim ZOB ein permanentes Kommen und Gehen der Linien, einer Großstadt mehr als würdig. Meistens pünktlich. Es gibt an jedem System was zu bemäkeln, und es finden sich immer Meckerer wegen 2 Minuten Verspätung. In den Bussen findet fast nie Kommunikation statt außer mit den Handys. Man kann schon froh sein, wenn jemand nickt, wenn er sich direkt gegenüber hinsetzt. Grüßen ist nicht in Mode. Die Köpfe sind gesenkt, hinunter zu den Nachrichten aus fernen und nahen Welten. Manche, so scheint es, flüchten zu ihren kleinen Rechtecken, um gar nicht erst in die Gefahr zu geraten, sprechen zu müssen. Sehr viele ausländische Mitbürger im Bus. Eine Schwarze Mama mit ihren 2 Kids. So witzig im Umgang mit ihrem kleinen Sohn, ein Lachen, er ist ein rechter Schelm, nimmt seine Mama mit einer Trinkflasche auf den Arm. Neulich stieg am Klingenbergplatz eine große Gruppe Jugendlicher ein, platzierte sich auf den hintersten Bänken. Sie begannen zu singen, offenbar eine Chorprobe vor einem Auftritt. Sie konnten singen, und der ganze Bus summt mit, inklusive des Fahrers, der dann vorschlug, man könne ja jetzt einfach weiterfahren Richtung Nordsee. Heiterkeit. Eine Werbung fürs Busfahren, für den öffentlichen Nahverkehr statt Individual- und Handyverkehr. Viele einsame in ihren Autos hockende Menschen sollten das mal versuchen. Das Streckennetz nimmt jeden mit.

Oldenburg
Landesbibliothek
26.09. – 30.10.26
Ausstellung

Mein Morgen stern

Von Hand geschöpft,
gesetzt, gedruckt, gebunden.
Ein Buch zum 111. Todestag
von Christian Morgenstern



Landesbibliothek
OLDENBURG

Öffnungszeiten:
Mo - Fr 10-19 Uhr, Sa 9-12 Uhr.
Am Sonn- und Feiertagen geschlossen.
Eintritt frei
Pferdemarkt 15 • Oldenburg
www.lb-oldenburg.de

Zum Erntedank am 4. Oktober • 11:00 - 18:00 Uhr

„Mahlzeit!“ – Ernten und Essen



Zu Erntedank am 4. Oktober 2026 zeigt das Museumsdorf Cloppenburg von 11 bis 18 Uhr historisches Erntegerät in Aktion. Mitmachaktionen für Groß und Klein wie etwa eine Ernte-Rallye sowie zahlreiche Marktstände mit regionalen Leckereien bieten Gelegenheit zum Entdecken und Probieren. Im Mittelpunkt steht dieses Jahr die Kartoffel. Kinder können beim Aufsammeln der Knollen helfen und erleben, wie die Ernte früher aussah. Darüber hinaus kann man beim Apfelmosten zuschauen. Beim Riesenkürbiswiegen sind viele Schwergewichte zu bestaunen. Alles rund ums Getreide gibt es bei Dreschvorführungen des Oldtimerclubs Nikolausdorf. In den Mühlen wird gemahlen. Von 14 bis 16 Uhr eine Saatguttauschbörse.

Museumsdorf
Cloppenburg
Niedersächsisches Freilichtmuseum



MAHLZEIT!
Ernten und Essen
4. Oktober 2026
11.00 bis 18.00 Uhr

www.museumsdorf.de



Schottland im 11. Jahrhundert: Als der Feldherr Macbeth als gefeierter Held vom Schlachtfeld zurückkehrt, begegnet er drei Hexen, die ihm eine schicksalhafte Prophezeiung machen: Er werde zunächst Than von Cawdor und schließlich König von Schottland sein.

Nachdem die erste Prophezeiung eintrifft, lässt Macbeth der Gedanke an den Königsthron nicht mehr los. Angetrieben von seiner ebenso herrschsüchtigen Frau beschließen sie, das Schicksal selbst in die Hand zu nehmen und ermorden König Duncan. Sein Tod bringt Macbeth zwar die ersehnte Krone, allerdings wächst mit ihr auch die Angst, die gewonnene Macht wieder zu verlieren. So nimmt die Tyrannei ihren Lauf und ein Mord folgt dem nächsten. Doch schon bald fordern die Gräueltaten ihren Tribut. Geplagt von Kontrollverlust und Wahnvorstellungen muss Macbeth erkennen, dass sich die Prophezeiung auf eine Weise erfüllen könnte, die er niemals erwartet hat. Denn seine Gegner formieren sich bereits zum Widerstand und machen sich zum finalen Kampf bereit...

MACBETH gilt als eines der düstersten und abgründigsten Dramen der Theatergeschichte. Shakespeares Geschichte vom machtgierigen Königsmörder verbindet nicht nur historische Bezüge zu den Chroniken von Schottland, sondern zeichnet einen tragischen Protagonisten, der sich im Laufe des Dramas vom angesehenen, loyalen Feldherrn zu einem skrupellosen und tyrannischen Herrscher entwickelt. Diese ambivalente Dynamik auszuloten, hat sich Regisseur Nicola Bremer zusammen mit Ausstatterin Wiebke Heeren angenommen: Inmitten einer mystischen Kulisse spiegelt ein herrschaftlicher Thron das Spannungsfeld zwischen der übernatürlichen Welt, an die man seinerzeit glaubte, und der weltlichen Macht und erzeugt einen unentrinnbaren Sog aus Nervenkitzel und Psychothriller-Elementen, der das Publikum bis zum Schluss in Atem hält.

Die nächsten Termine:

Di 29.9. Stadthalle Papenburg
Do 1.10. Festspielh. Emden
Sa 4.10. Stadttheater WHV
Mo + Di 05. und 06.10.

Metropol-Theater Vechta
Do 08.10. Theatersaal Norden
Fr 09.10. Theater Jever
Sa 12.12. Stadttheater WHV
Mo 28.12. Stadttheater WHV

BUTTERWEGGE

Sascha UND DIE HERINGE

80A
BAND OHNE ANSPRUCH

Apropos Möwe...
Möwie noch een?

14.11.26
EINLASS: 18 UHR / BEGRIFF: 19 UHR

NAZIS
RAUS

EEN SHIET
MUTT IK

VVK: 27,50€*
AK: 35,00€
inkl. 10% GEBÜHREN

LIVE MUSIC CENTER
Gewerbestraße 13, 26759 Hinte

<https://tickets.lmc-enden.de>

© GMS 2016

VHS | Kompass

**Wie wir unsere Energiezukunft
verspielen – oder gewinnen**

Freitag 2. Oktober, 18:00 Uhr
VHS Oldenburg
Eintritt frei



Bilder: privat

Prof. Dr. Claudia Kemfert

Leuphana Universität Lüneburg (Energiewirtschaft und -politik)
Deutsches Institut für Wirtschaftsforschung (Leiterin der Abt. Energie, Verkehr, Umwelt)

Prof. Dr. Bernd Siebenhüner

Universität Oldenburg (Ökologische Ökonomie), Forschungsschwerpunkte u. a.:
ökologische Ethik, Umweltbildung, kollektive Lernprozesse

Moderation: Sarah Orlowski, Geschäftsführerin VHS Oldenburg

Volkshochschule Oldenburg | Karlstraße 25 | Oldenburg | www.vhs-ol.de



www.pumpwerk.de

 Tickets an allen Vorverkaufsstellen,
auf www.pumpwerk.de und Facebook.

 Besuchen Sie uns auf Facebook
www.facebook.com/pumpwerk


PROGRAMMVORSCHAU

23

Freitag, 23. Oktober, 20.00 Uhr

**32. Festival der Kleinkunst
Katie Freudenschuss**
One Woman Show


Eine Frau, ein Flügel, eine Show: Katie Freudenschuss verbindet Kabarett, eigene Songs, Stand-Up und grandiose Improvisationen zu einem charmanten Abend – berührend und lustig, melancholisch bis schonungslos. Besonders: Aus dem Moment entstehen Songs und Geschichten in direkter Interaktion mit dem Publikum. KI war gestern – das ist KI Freudenschuss!

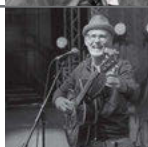
24

 Samstag, 24. Oktober, 20.00 Uhr
**Pumpwerk vor Ort in der Christus-
und Garnison Kirche**
**Annie Heger &
Yared Dibaba**
Op de Fründschop!


Annie Heger & Yared Dibaba sind Freunde – und feiern an diesem Abend die Freundschaft. Sie lesen aus ihrem „Freundschaftsbuch für Große“, singen und schnacken auf Platt und Hoch darüber, was passiert, wenn Freundschaften erwachsen werden, warum sie gut fürs Immunsystem sind, uns manchmal den letzten Nerv rauben und warum wir ohne sie aufgeschmissen wären. Op de Fründschop!

25

Sonntag, 25. Oktober, 20.00 Uhr

Reinhold Beckmann
Komm nach Haus


Reinhold Beckmann ist wieder musikalisch auf Tour – mit neuen Songs und seinen langjährigen Wegbegleitern Thomas Biller und Jan-Peter Klöpfel. Der Singer/Songwriter verbindet tief verwurzelte Musikalität, feine Ironie und packendes Storytelling. Seine neuen Lieder erzählen von Liebe, Integration, Familie und Krieg – berührend, humorvoll und mitten aus dem Leben.

28

Mittwoch, 28. Oktober, 20.00 Uhr

Nacht der Gitarren
Das Weltbeste der Gitarrenmusik


Die „Nacht der Gitarren“ versammelt vier herausragende Gitarrist*innen aus Australien, Frankreich, dem Kongo und Brasilien. Mit Solo-, Duett- und Quartettauftritten präsentieren sie eigene Kompositionen und Coverversionen. Das Festival verbindet unterschiedliche Kulturen und Generationen und zeigt die ganze Virtuosität und Vielfalt der akustischen Gitarre.

29

Donnerstag, 29. Oktober, 20.00 Uhr

Lydie Auvray Trio
„Saluti! Et merci“


Die „Grande Dame des Akkordeons“ Lydie Auvray blickt auf 47 Jahre, 24 erfolgreiche Alben und fast fünf Jahrzehnte Bühnenleben zurück. Auf ihrer letzten Tour präsentiert sie Lieblingsstücke aus allen Schaffensphasen: von Musette und Tango über Chansons bis zu Weltmusik, Jazz und filmmusikartigen Klängen – charmant, vielseitig und voller Leidenschaft.

01

Sonntag, 01. November, 20.00 Uhr

**32. Festival der Kleinkunst
Thomas Freitag**
Rückzug über die Minen der Ebene


Thomas Freitag setzt mit seinem neuen Programm einen Schlusspunkt. Mit schauspielerischem Talent, Erfahrung und Wut führt er durch die Minen der Gegenwart. Kafkaesk, bissig und mit viel Heiterkeit entlarvt er menschliche Hybris und den Missbrauch von Errungenschaften wie KI, Reichtum und Macht. Legendäre Parodien sorgen dabei für zusätzliche Höhepunkte.

Tipp:
Vorschau:


Samstag, 31. Oktober

Halloween Partys

Tagsüber für Kinder |

Abends für Erwachsene Gäste

Do., 05.11. | KIRSTEN NEHBERG

Fr., 06.11. | POHLMANN

Sa., 07.11. | GAYLE TUFTS

Do., 12.11. | LALELU

Sa., 14.11. | MURZARELLA

Fr., 20.11. | SCHWESTER CORDULA

Kulturzentrum Pumpwerk · Banter Deich 1a · 26382 Wilhelmshaven · Tel.: 04421/9279-0



WUNSCHKONZERT

Die lebende Jukebox der Kulturetage

40 Jahre Kulturetage – und der Soundtrack dazu kommt live auf die Bühne!

Unsere neugegründete Jubiläums-Band „The Kulti Boys & One Girl“ nehmen euch mit auf eine musikalische Reise durch vier Jahrzehnte voller Erinnerungen, Lieblingssongs und besonderer Momente. Der Clou dabei: Ihr bestimmt das Programm und zwar à la carte! Als lebende Jukebox erfüllen die Künstler*innen - gegen eine kleine Spende - eure Wünsche aus einer feinen Auswahl von der Tageskarte.

Freut euch auf einen Abend voller Musik, Überraschungen und guter Laune und feiert mit uns „40 Jahre Kulturetage: die Musik, das Leben und die Zukunft!“

Mit: Uwe Bergeest (Gesang), Jan Bunte (Schlagzeug), Lasse Dinter (Klavier), Martin Flindt (Gitarre), Josef Kempfen (Bass), Anne Zarour (Gesang), Ralf Selmer (Schauspiel)

16.10. um 19 Uhr & 18.10. um 17 Uhr im Studio

www.kulturetage.de | info@kulturetage.de | Bahnhofstraße 11, 26122 Oldenburg | 0441-92480-0

Tickets:





DIKKA



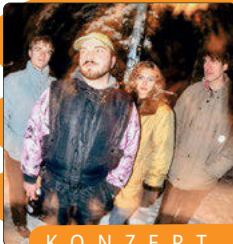
KONZERT

18.10.26

Weser-Ems-Halle OL

Das frechste Nashorn der Welt geht wieder auf Tour! Ein kleines Nashorn aus dem Berliner Zoo macht sich auf, die Musikwelt zu erobern. Im Gepäck: Jede Menge dicke Reime und Beats – und ein bisschen Unterstützung von einigen der größten Namen der deutschen Pop-Landschaft.

SCHLUMA



KONZERT

05.11.26

umBAUbar OL

Schluma ist eine junge Indie-Band aus Hamburg. Musikalisch bewegt sich Schluma zwischen Indie-Rock, Lo-Fi-Pop und noisyen 90s-Referenzen. Der Sound ist bewusst roh produziert, textlich oft melancholisch, mit einem Gespür für Alltagsbeobachtungen und untergründigen Witz.

32. KOMISCHE NACHT OL



COMEDY

12.11.26 verschiedene Locations OL

Die Komische Nacht bietet einen bunten und aufregenden Querschnitt durch die aktuelle Comedyszene in Deutschland. In jedem Spielort treten an einem Abend bis zu 5 Comedians jeweils ca. 20 Minuten auf. Hier steht das Lachen im Vordergrund!

ROBERT ALAN



COMEDY

13.11.26

CO/RE OL

Mein neues Programm heißt „Pervekt“, weil mein Leben eben Pervekt ist. An guten Tagen stehe ich vorm Geldautomaten. An schlechten Tagen stehe ich vorm Pfandautomaten. Am Ende vom Tag komme ich auf Null raus. Sag ich zumindest dem Finanzamt.

CLEMENS BROCK



COMEDY

17.11.26

Kleine EWE-Arena OL

Lust auf einen Trip in die Vergangenheit, der dich laut lachen lässt? Dann sei dabei, wenn Clemens Brock alias „Der Vadda“ die Bühne rockt! In seiner neuen Live-Show „Früher war alles besser, oder?“ nimmt dich der sympathische Familienvater mit auf eine urkomische Zeitreise.

MIGHTY OAKS



KONZERT

19.11.26 Modernes HB

Nach zwei Jahren mit intimen Akustikshows kehren Mighty Oaks 2026 mit voller Band und voller Energie zurück auf die Bühne. Die Crew ist wieder vereint, und mit ihr kommt auch der große, dynamische Sound zurück, der ihre Live-Auftritte seit fast 15 Jahren so besonders macht.

DIRE STRATS

KONZERT



20.11.26 Kulturetage OL

Erleben Sie die beliebteste Dire Straits-Tribute-Band Europas live! Im Vordergrund steht der Sound der um die Welt ging, mit einer Gitarre die keiner von uns je vergessen wird. Wolfgang Uhlich wird dabei von vielen Fans im In- und Ausland als bester Mark Knopfler Imitator angesehen.

HERR SCHRÖDER



COMEDY

02.12.26

Kleine EWE-Arena OL

Herr Schröder ist wieder da! Endlich ist der staatlich geprüfte Deutschlehrer mit seinem neuen Solo „Der Rest ist Hausaufgabe“ wieder auf Tour. Herr Schröder, der dienstälteste Junglehrer und Mensch gewordene Overhead-Projektor, präsentiert seine neue Doppelstunde „Der Rest ist Hausaufgabe“.

TICKETS & WEITERE TERMINE UNTER WWW.MITUNSKANNMANREDEN.DE



HENDRIK BREHMER



COMEDY

04.12.26

Kulturzentrum PFL OL

„Was soll die Scheiße?!“ – diese Frage hat sich wohl jeder schon einmal gestellt. Hendrik Brehmer stellt sie sich regelmäßig. Leben ist kompliziert, und während viele versuchen, irgendwie klarzukommen oder Dinge einfach hinzunehmen, macht er genau das Gegenteil: Er nimmt nichts einfach hin.

ALTE BEKANNTE



KONZERT

05.12.26

Stadthalle CLP

**15.04.27 (Abschiedstour)
Stadthalle CLP**

Wie schön, dass es in der manchmal etwas hektischen und betriebsamen Zeit vor Weihnachten auch Abende gibt, an denen man sich zurücklehnen, entspannen und sich innerlich auf das Fest vorbereiten kann, das uns allen so am Herzen liegt.

CHRISTIAN SCHULTE-LOH



COMEDY

18.12.26

Kulturzentrum PFL OL

Das neue Programm des TV-bekannten Komikers. Der in London »ausgebildete« Doppelagent des Humors geht der Frage nach, ob wir Deutschen nicht am Ende doch lustiger sind als die Engländer. »Schulte-Loh besticht mit britischem Humor. Mitreißend und erfrischend charmant.« (WAZ)

EURE MÜTTER



COMEDY

19.12.26

Stadthalle CLP

Das BEST OF von EURE MÜTTER! Schon seit der Jahrtausendwende haut das legendäre Trio eine Show nach der anderen raus. Schon immer steht ihre langjährige Freundschaft als unsichtbare Superkraft hinter jeder Pointe.

DANIEL LUIS



COMEDY

19.12.26 CO/RE OL

07.04.2027 Stadthalle CLP

Jetzt live auf der Bühne: Improvisation, gnadenloses Crowdwork, messerscharfe Stand-up-Comedy – und natürlich seine legendären Autotune-Momente, die inzwischen Kultstatus haben. Außerdem wird er zum Love-Doktor und verknüpelt Singles.

MARC WEIDE



COMEDY

14.01.27

Kulturzentrum PFL OL

Comedy meets Magic! In seinem Programm »Magier des Monats« zeigt Marc Weide, Weltmeister der Zauberkunst, warum er nicht nur zaubern, sondern auch begeistern kann. Clever. Witzig. Unfassbar magisch. Nicht verpassen!

MATILDE KEIZER



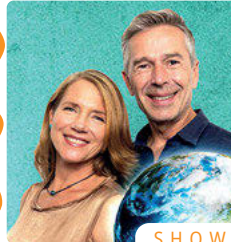
COMEDY

15.01.27

Kulturzentrum PFL OL

In ihrem ersten Solo Programm »Lasagne im Bett«, nimmt Matilde uns mit auf eine Reise durch ihr Leben. Wir erleben sie als Italienerin in der Hauptstadt, ihre »Karriere« als Schauspielerin und ihre kulturellen Missverständnisse – und all das mit einer Mutter, die sich manche vielleicht nicht wünschen würden.

SABINE & DIRK STEFFENS



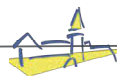
SHOW

04.02.27

Kulturzentrum PFL OL

Ein Wissenschaftspaar, eine Bühne, eine gute Nachricht: 2027 gehen Sabine und Dirk Steffens erstmals gemeinsam auf Tour. Nach mehreren Jahrzehnten und Expeditionen in mehr als 120 Länder sind die beiden überzeugt: Der Weltuntergang fällt aus.

TICKETS & WEITERE TERMINE UNTER WWW.MITUNSKANNMANREDEN.DE



Kunst und Kultur im Alten Westersteder Bahnhof
Bahnhofsverein - Am Bahnhof 1 - 26655 Westerstede



Ausstellung – Werkschau – Arbeiten der „Gruppe '93“

Sei es durch Provokation, Darstellung und Verfremdung der Realität: Elke Balschun, Helga Reinders und Aleida Zuch haben im Verlauf der Jahre im Atelier des Künstlers Joachim Jaenichen-Emden ihren eigenen künstlerischen Ausdruck gefunden.
27.9. - 18.10.2026



Fr., 23.10.26 Theater Rabenschwarze Nachtgeschichten

Ein gruselig-humoriger Theaterabend mit Markus Veith: Poes Rabe führt durch eine schaurig-makabre Nacht voller schwarzem Humor. Er erzählt von Vampiren, Morden und lebendigen Toten – gespickt mit Klassikern von Morgenstern, Ringelnatz und Fontane.

Tickets 18 € / 15 €



Sa., 24.10.26 Solunaya – Pure Duo Music

Zwei Stimmen, Ukulele und Kontrabass: Das Duo Solunaya (Sophie Wachendorff & Jens Piezunka) verwebt Eigenkompositionen, Weltmusik, Jazz sowie Klassiker von Monteverdi bis Sting zu feinfühleriger Akustikmusik über Sonne, Wind, Regen und Mee(h)r.

Tickets 15 € / 12 €



So., 25.10.26 Duo Julie Sassoon & Willi Kellers

Julie Sassoon (Piano) und Willi Kellers (Drums) erschaffen meditative Improvisationen aus Klassik, Jazz und afrikanischen Rhythmen. Lyrische Melodien treffen auf perkussive Ausbrüche.

Tickets 18 € / 15 €

Tickets und Infos



Sa., 14.11.26 TIRÉE „On the Human Scale“

TIRÉE begeistert mit keltisch-schottischem Folk, verfeinert durch Klassik und Jazz. Mit Violine, Akkordeon, Dudelsack und Drehleier entstehen zauberhafte Melodien.

Tickets 18 € / 15 €

cine **k**

Kinoprogramm - September

ab 24.09.



Prime Time

PRIMETIME rekonstruiert den Skandal um das US-amerikanische TV-Format „To Catch a Predator“, das 2006 weltweit Diskussionen über die Verantwortung journalistischer Berichterstattung und die Grenzen medialer Inszenierung auslöste. Chris Hansen (Robert Pattinson) ist das Gesicht des Reality-Formats, das Pädophile mit Lockvögeln in eine Falle lockt und vor laufenden Kameras bloßstellt. Ein moralischer Kreuzweg wird zur Obsession und verändert das Fernsehen für immer.

am 27.09.



Petra Kelly - Act Now!

Anlässlich des Menschenrechtstages:

Dokumentarfilm über die politische Aktivistin Petra Kelly, eine Kämpferin für Frauenrechte und Klimaschutz, die unerbittlich die radikale Transformation der Gesellschaft forderte und zur Symbolfigur der Friedensbewegung in Europa wurde - ihrer Zeit weit voraus.

Mit Begrüßung von Christine Oppermann.

am 02.10.



5 Kurzfilme des

Internationalen Filmfestivals
"Woman Life Freedom"

Das Internationale Filmfestival Frau, Leben, Freiheit bietet eine Plattform für Filme zu Themen wie Freiheit, Menschenrechte, Widerstand gegen Unterdrückung sowie Perspektiven von Frauen und marginalisierten Stimmen und zeigt in Oldenburg eine kuratierte Auswahl an internationalen Kurzfilmen mit anschließendem Publikumsgespräch.

Mehr Infos, Termine, Trailer und Tickets unter www.cine-k.de





Fr 2. Oktober 2026 • 20:15 Uhr
Luksan Wunder:
Dr. Edeljohurts
Multimediapanoptikum 2



Das vielfach ausgezeichnete Humorkollektiv Luksan Wunder ist eine absolute Ausnahmeerscheinung in der Comedyszene. Sie bringen die Absurdität des Medienzeitalters so anders und so lustig auf die Bühne, dass sie sich jeglichem Vergleich entziehen. Man muss sie gesehen haben!

So 29. November 2026 • 17:00 Uhr
Sebastian Krämer:
Ein Licht geht uns auf



Dass sich ausgerechnet zu Weihnachten die Liebe unter den Menschen in einer besonders reinen Form zeigt, wie ein Licht in der Dunkelheit – diese Vorstellung mag etwas aus der Mode gekommen sein. Noch weniger aber möchte man diese Zeit mit dem reinen Bösen in Verbindung bringen. Die Lesung der Geschichte um kindlichen Bruderzwist und das kühle Licht einer Stabtaschenlampe wird immer wieder von Chansons unterbrochen, wie man sie von Krämer bereits gewohnt ist.

Sa 10. Oktober 2026 • 20:00 Uhr
Hattler



Hellmut Hattler ist in Deutschland legendär (KRAAN, TAB TWO, SIYOU'n'HELL) und auch in der internationalen Szene eine feste Größe. Nach wie vor erwartet den Konzertbesucher eine Melange aus coolen Clubsounds, Psychedelic Pop und NuJazz die alsdruckvolle Liveversionen zu Gehör gebracht werden.

Fr 29. Januar 2027 • 20:15 Uhr
Kleines Theater Berlin:
Was war und was wird



Ein Ehepaar in der Mitte des Lebens spielt seine eigene Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft durch. Die Reisen, die Krisen, die Glücksmomente. Was wollen wir erinnern? Wer sind wir miteinander und ohne den anderen? „Der Abend entlässt uns nachdenklich und heiter gleichzeitig. Bravo!“ Sibylle Marx.

Kulturbahnhof Cloppenburg
Bahnhofstr. 82
49661 Cloppenburg
Tel.: 04471 185 218
www.kulturbahnhof-cloppenburg.de





Christine Schütze > **Samstag, 03.10.2026 • 20:00**

Es lebe der Unterschied!

Christine Schützes aktuelles Solo „Also, mir wär sie zu dünn!“ feiert den feinen Unterschied. Zum Beispiel den zwischen sagen und meinen, wissen und verstehen oder den zwischen weiblichen und männlichen (vermeintlichen) Idealtypen.

Im Mittelpunkt der Beschäftigung mit der Liebe und den Worten, dem Alltag und den Sprachhüllen stehen wir alle, die deutsche Sprache und was man mit der wortgewaltig und klavierstimmig so alles machen kann. Auch plattdeutsch spielt eine kleine Rolle. In einem Satz: Als Lied am Ende des Tages zeigen Fidele Alte auf, dass der perfekte Mann reine Relativitätstheorie ist, auch ohne Nachtsichtgerät. Klingt rätselhaft? Stimmt, klärt sich aber im Lauf des amüsanten und intelligenten Kabarettabends.



Purple Schulz > **Sonntag, 18.10.2026 • 19:00**

Purple Schulz wird siebzig. Und? Macht weiter. „Ich hab nicht ewig Zeit“ heißt das neue Programm. Keine Klage, kein Rückblick, kein Abschied. Sondern eine klare Ansage. Und der Soundtrack zu einer Entscheidung: Mach es jetzt! Seine Songs begleiten Generationen – darunter Hits wie „Verliebte Jungs“ oder „Kleine Seen“.



Wein & Käse mit Duocati > **Samstag, 21.11.2026 • 18:30**

Wie im letzten Jahr, wird es auch in diesem Jahr wieder wunderbare musikalische Begleitung zum Wein- und Käseabend, durch „Duocati“, geben. „Duocati“ ist das Projekt der Gitarristen Berndt Poppenga und Dirk Tenfelde aus Oldenburg.



Jörg Seidel > **Samstag, 12.12.2026 • 20:00**

Weihnachten ist die Zeit des Beisammenseins, der Erinnerungen, des gemeinsamen Singens und guten Essens. All das vereint der Bremerhavener Jazzsänger und Gitarrist Jörg Seidel in seinem ausgewählten Programm „The Christmas Menu“.



Irrlichter > **Samstag, 20.02.2027 • 20:00**

Schon bei der ersten Irrlichter Tournee vor zwei Jahren, war schon bald nach Beginn einer jeden Vorstellung beim begeisterten Publikum ein mögliches Missverständnis beseitigt: Irrlichter ist keine Rio Reiser Cover-Show! Es ist eine Hommage an den Ausnahmekünstler.

VORVERKAUF

In den örtlichen Vorverkaufsstellen:

nord-klang/tronic, Nordstr. 6, 26188 Edewecht

Buchhandlung Haase, Hauptstraße 73, 26188 Edewecht

Piet Gorecki Trio

> Samstag, 06.03.2027 • 20:00

Das Piet Gorecki Trio ist seit 2015 live unterwegs und hat mit 'Second Life' (2015), 'Indigo Moods' (2020) und 'Acoustic Lifesigns' (2025) bisher drei Alben veröffentlicht.



Anne Haigis & Susanne Back > Freitag, 12.03.2027 • 20:00

Für ihr Gastspiel hat sich Anne Haigis etwas ganz Besonderes ausgedacht: Im Gepäck hat sie nicht nur ihr aktuelles Programm "RauchZart" und neue Songs, sondern auch die für sie wichtigsten und persönlichsten Songs aus 40 Jahren "on stage".



Big Band Walle > Samstag, 10.04.2027 • 20:00

Bei der Gründung 1984 verpflichteten sich die Musiker dem groovigen Big Band Sound. Daran hat sich nach über 40 Jahren bis heute nichts geändert. Das Repertoire der Band zeichnet sich vor allem durch seine große musikalische Vielfalt aus.



Ulla Meinecke > Samstag, 08.05.2027 • 20:00

Was für Zeiten. Sicher können die Liebeslyrik und Alltagsironie von Ulla Meinecke keine besseren Zeiten hervorzaubern, aber für ein paar Stunden vergessen und aufatmen lassen. Auch in ihrem neuen Programm kann sich ihr Publikum auf Liebeslieder, wie man sie so noch nicht gehört hat, auf gesungene Gedichte - ohne Kitsch, aber mit Tiefgang, freuen.



Isabell Varell > Samstag, 04.09.2027 • 20:00

Wer oder was ist Isabel Varel? Oder besser gefragt: was ist sie nicht? Bühnenpräsenz mit Leichtigkeit sowieso. Und dann? Sängerin, Fernsehmoderatorin, Schauspielerin, und Buchautorin. Die Varell passt einfach in keine Schublade.



Stefan Jürgens > Samstag, 11.09.2027 • 20:00

Tauchen Sie ein in ein faszinierendes Lesespektakel, das die Grenzen zwischen Lesen und Spiel verschwimmen lässt. Stefan Jürgens entführt Sie auf eine atmosphärische Reise in das dunkle Herz der Dracula-Geschichte. In seiner melodramatischen und temporeichen Literaturperformance entfaltet er eine Welt voller Schrecken, Mut und Liebe.



Oder online: www.pretix.eu/nord-klang



SG Fri/Pe startet gut i



Das Team in der Handball-Regionalliga: Die Handballfrauen der SG Fri/Pe

Die Handballerinnen der SG Friedrichsfehn/Petersfehn sind gut in die neue Saison der Regionalliga gestartet. Nach zwei Spieltagen steht die Mannschaft

auf Platz 2 der Tabelle mit 3:1 Punkten. Vor allem ein Ergebnis dürfte in der Liga für Aufmerksamkeit gesorgt haben: Beim amtierenden Meister SV Altencelle erkämpfte sich die SG Fri/Pe zum Auftakt ein 27:27-Unentschieden.

Dass dieser Punktgewinn keineswegs selbstverständlich war, zeigte sich bereits im Vorfeld. Altencelle gehört zu den etablierten Spitzenteams der Liga und ging als einer der großen Favoriten in die neue Spielzeit. Fri/Pe ließ sich davon allerdings nicht beeindrucken. Die Mannschaft hielt über die gesamte Spielzeit dagegen und belohnte sich mit einem Punkt.

Noch deutlicher fiel anschließend die Reaktion im ersten Heimspiel aus. Gegen den TV Oyten setzte sich Fri/Pe mit 34:25 durch. Neun Tore Unterschied sprechen dabei eine deutliche Sprache: Die Mannschaft



in die Saison



präsentierte sich nicht nur kämpferisch, sondern auch offensiv ausgesprochen durchschlagskräftig.

Vom Aufsteiger zum etablierten Regionalligisten

Der gute Saisonstart kommt nicht völlig überraschend. Fri/Pe hat in den vergangenen Jahren eine bemerkenswerte Entwicklung genommen. Nach dem Aufstieg in die Regionalliga musste sich die Mannschaft in der vergangenen Spielzeit zunächst an das höhere Niveau gewöhnen. Am Ende stand jedoch ein dritter Tabellenplatz mit 27:17 Punkten.

Eine der herausragenden Spielerinnen der vergangenen Saison war Clementine Stoll. Mit 152 Treffern sicherte sie sich die Torschützenkrone der Regionalliga. Besonders auffällig war dabei ihre Sicherheit von der Siebenmeterlinie: 87 ihrer 152 Tore erzielte Stoll per Strafwurf, bei insgesamt 99 Versuchen.

Viel Routine und eine gewachsene Mannschaft

Die Entwicklung der vergangenen Jahre hat dazu geführt, dass Fri/Pe mit einer gehörigen Portion Erfahrung in die Spiele gehen kann. Die Mannschaft lässt sich auch von schwierigen Spielverläufen nicht so leicht aus der Ruhe bringen. Auch die Heimstärke dürfte

in der laufenden Saison wieder eine wichtige Rolle spielen. Bereits in der vergangenen Spielzeit holte Fri/Pe 16:6 Punkte in eigener Halle. Die Unterstützung der Fans ist also ein wichtiger Faktor für die Mannschaft.

Die Messlatte liegt inzwischen höher

Mit dem erfolgreichen ersten Jahr in der Regionalliga hat sich aber auch der Anspruch geändert. Während ein Aufsteiger zunächst vor allem darum kämpft, sich in der neuen Spielklasse zu etablieren, wird eine Mannschaft nach einem dritten Platz naturgemäß anders wahrgenommen.

Die SG muss nun beweisen, dass die gute Vorsaison kein Strohhalm war.

Noch ist die Saison jung

Von einer endgültigen Standortbestimmung ist nach zwei Spieltagen selbstverständlich noch nicht zu sprechen. Dafür ist die Saison zu lang und die Regionalliga zu ausgeglichen.

Chef-Trainerin Alex Zwick



Sie begann das Handballspielen beim Niendorfer TSC, wechselte über Norderstedt zum VfL Oldenburg, wo

sie bis 2008 in der Bundesligamannschaft spielte. Rückenprobleme zwangen sie, kürzer zu treten, und sie wurde Spielertrainerin der 2. Mannschaft beim VfL Oldenburg. Dort endete ihre Karriere als Spielerin 2012. Bis 2017 war sie dort Co-Trainerin von Andreas Lampe. Im Herbst 2018 wechselte sie zur SG FriPe und trat die Nachfolge von Tobias Plagemann an. Dort blieb sie bis 2021, wurde von Elias Wührmann abgelöst, den sie dann 2024 wiederum nachfolgte.



Gesundheit

Fit und beweglich im Alter mit Yoga. Dieser Yoga Kurs findet statt im Ziegelhof Fitness Treff. Immer Freitags 10:30 - 11:45.

Jetzt einfach über unsere Webseite anmelden: www.soul-retreat.eu/kurse oder per E-mail: info@soul-retreat.eu
Unsere Kurse sind als Präventionsangebot laut §20 SGBV von den Krankenkassen anerkannt.

Die Selbsthilfegruppe „Erfahrungen im Inklusionsbetrieb“ sucht neue Teilnehmer*innen, um den regelmäßigen Austausch weiter auszubauen. Du arbeitest in einem

Wir haben Dein
WG-Zimmer!
gsg-oldenburg.de



Inklusionsbetrieb und möchtest Erfahrungen, Sorgen und Freuden mit Gleichgesinnten teilen? Die Gruppe richtet sich an Menschen mit körperlichen oder psychischen Beeinträchtigungen, die in einem Inklusionsbetrieb arbeiten. Ziel ist es, gemeinsam Lösungen zu finden, voneinander zu lernen und gemeinsam Wege zu finden, sich zu stärken. Interessierte Betroffene wenden sich an die BeKoS – Beratungsstelle für Selbsthilfegruppen; 0441 88 48 48; info@bekos-oldenburg.de

Kurse & Seminare

Craniosacrale Therapie lernen. Wir, von der CranioSchule Bremen, bieten eine fundierte Grundausbildung, Berufsbegleitend, für Menschen aus Gesundheitsberufen oder Umsteiger. Individuell, Persönlich.Professionell. Lernen mit Freude!
www.cranioschule-bremen.de oder 0173 2179109 S.Hünermann

Kleingarten

Idyllischer Kleingarten. Idyllischer Kleingarten in Oldenburg Süd abzugeben. Preis: VHB Tel.: 0441 18132984

Wohnen

Wohnprojekt im zentralen Oldenburg ... sucht sympathische(n) Mitbewohner:in zwischen 30 und 65 Jahre. Wir (67, 32, 28, 20, 18, 16 J.) bewohnen eine sanierte Villa mit Gemeinschafts- Küchen u. - Räumen sowie einem noch wilden Garten. Jeder Wohnbereich hat 1 -1,5 Zimmer sowie ein eigenes Bad. Die frei-werdende Einheit ist ca 30 qm groß, sehr hell, die Warm-Miete beträgt € 750 . Wenn Du Lust auf Gemeinschaft hast wie die Selbstverständlichkeit zum Rückzug schätzt und Dir auch soziale und ökologische Werte wichtig sind, dann freuen wir uns auf Deine aussagekräftige Nachricht.

Chiffre 220826

Suche ruhigen Ort zum Leben

Kreative Individualistin in den 60ern sucht ruhigen Ort für sich allein zum leben, gärtnern, glücklich sein auf kleinem Grundstück mit bestenfalls 20qm-max.40qm Wohnraum in Minihaus/Hütte/Bau- oder

Zirkuswagen. Zur Pacht, Mietkauf oder Kauf. Angebote unter Chiffre Nr.: 090926

Nah Dran Entrümpelungsdienst
Saubere, fair, zuverlässig - Nah Dran macht's möglich! Ob Haus, Wohnung oder Sonstiges: Rufen Sie an & wir machen Ihnen ein unschlagbar faires Angebot!
Mobil: 0152-54130717,
Festnetz: 0441 - 40579180

Büro/Atelier

Büro mit 4 Räumen in Oldenburg gesucht. Gerne City nah oder Bahnhofsviertel. Chiffre 171125

Suche Atelier (-gemeinschaft) in Oldenburg. tel.. 0176 84626840

Musik

Gesang und Bass gesucht: Rock-Cover-Band (git, keyb, dr), 70er, 80er, 90er, sucht erfahrene(n) Sänger(in) und Bassisten(in). Anlage und Ü-Raum in OL vorhanden.
Kontakt: 0160-97718090 und 0178-6829190

Neu im MoX Bücherregal...

Fiona Barton: Die Witwe • Philip Kerr: Die Berlin Trilogie • Cathy O'Neil: Angriff der Algorithmen

Wer gut erhaltene Bücher verschenken möchte, kann uns gerne welche bringen. Aus Platzgründen aber nur max. 3 Bücher.

Es gibt immer neue Bücher im MoX-Bücherregal. Einfach kommen und mitnehmen!



Die Bücher sind kostenlos. Es kann an den Kinderschutzbund gespendet werden.

MoX-Büro, Güterstraße 17, Oldenburg • Mo-Fr 9:00-17:00

HORIZONT REISEN

Stau 35 - 37
26122 Oldenburg
Tel (0441) 2 61 33

email: Info@horizontreisen.de
homepage:www.horizontreisen.de

Mitsänger gesucht! Freundlicher Chor sucht Unterstützung im Bass und Tenor. Proben dienstags 20 Uhr. www.chor-kleinanzeige.de

Erf. Gitarrist gesucht von Just for Fun Band Ü40 für Rock, Pop, Funk etc.- Cover. T: 0151/40554974

Job

Handwerksmeister hat noch Zeit. Hallo, Ich M. Handwerksmeister erledige Arbeiten Rund um Haus, Wohnung oder Garten. Freue mich auf eure Anfrage. Über die Bezahlung können wir gerne verhandeln. LG Puh26@web.de

Hilfe wir sind alt. Wir sind alt geworden. Brauchen Hilfe im / am Haus und im Garten. Nähe Drielaker See. Gibt es freundliche junge Menschen, die uns helfen wollen? Lust? Technisch begabt? Lernen? Magst du uns helfen und schreiben? WhatsApp +49 1573 6607877 Danke

Sie suchen einen neuen Bioladen?
Probieren Sie unsere Abo-Kiste!



Jetzt 20% Schnupper ABO-Kisten Rabatt

Himpsl-Hof
Okoologisch!
Mit Hofladen

Waterkamp 2A, Edeweicht
www.himpsl-hof.de
04405 6918 **Abo-Kiste auch für Oldenburg**

Tomaten vom Himpsl-Hof

Die Tomate besteht zu rund 94 Prozent aus Wasser. Neben den Gurken zählt sie somit zu den kalorienärmsten Gemüsesorten. Neben reichlich Vitaminen, allen voran A und C sowie Kalium, beinhalten Tomaten große Mengen an Karotin, Lycopin sowie wertvolle sekundäre Pflanzenstoffe. Unsere Bio-Tomaten werden stets im vollreifen Zustand geerntet. Das garantiert zum einen eine tieftrote, appetitliche Farbe und zum anderen einen aromatischen, süßen Geschmack. Gemäß strenger Bioland Richtlinien düngen wir den Boden in unseren Gewächshäusern ausschließlich mit natürlichem Kompost, Vinasse, (eingedickte, vergorene Zuckerrüben-Melasse) und Pflanzenresten aus der Biogasproduktion.

Impressum

MoX-Journal

Verlag Schön & Reichert GbR
Güterstraße 17, 26122 Oldenburg

Tel.: 0441/21835-0, Fax: 0441/21835-20
Bürozeiten: Mo.-Fr.: 10-13 Uhr, 14-17 Uhr
Redaktion: Rosy Reichert (V.i.S.d.P)

Redaktionelle Mitarbeit:

Thea Drexhage, Horst E. Wegener

Unterwegs-Fotos: MoX

Anzeigenleiter: Rüdiger Schön

Gestaltung: MoX

Anzeigenverbund: City Mags

Vertrieb: Eigenvertrieb

sowie Gerdes Reisen

Druck: Eurodruck - Poznan Sp. z o.o., ul.

Wierzbowa 17/19, 62-080 Tarnowo

Podgórze

Redaktionsschluss: Mittwoch vor

Erscheinen

Kalenderschluss, Kleinanzeigenschluss:

und Anzeigenschluss ist **Donnerstag vor Erscheinen,**

MoX arbeitet mit Ökostrom.

100% erneuerbare Energie.

Nachdruck: Nach Absprache mit der Redaktion, mit Quellenangabe und zwei Belegexemplaren. Urheberrecht für Fotos, Texte, Zeichnungen und Anzeigenentwürfen sowie die gesamte Gestaltung sind beim Verlag. Namentlich gekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Für unverlangt eingesandte Beiträge kann keine Haftung übernommen werden.

Die nächste MoX erscheint am:

7.10.2026

Bildungskontor GmbH

**Intensiv-Vorbereitungskurse auf die
Ausbilder-Eignungsprüfung in einer Woche**

2026: 26.10. / 23.11.

2027: 25.1. / 22.2. / 15.3. / 19.4. / 10.5. / 5.7. / 9.8. / 6.9. / 25.10. / 22.11.

Meisterprüfung Teil 3 in zwei Wochen

2026: 5.10. / 2.11. / 30.11.

2027: 11.1. / 8.2. / 5.4. / 24.5. / 7.6. / 16.8. / 13.9. / 4.10. / 8.11. / 6.12.

Bildungskontor GmbH • Gerd Wilkens • Am Wendehafen 8-12 • 26135 Oldenburg

Tel.: 0441 - 92 66 13 0 • www.bildungskontor.de • E-Mail: wilkens@bildungskontor.de

Nächster Anzeigenschluss

2.10.26

mox-kleinanzeigen.de

MoX – Nr. 19 | September | Oktober 2026

kleinanzeigen

**Registrieren Sie sich auf
mox-kleinanzeigen.de**

Verwalten Sie dort ihre Kleinanzeigen kostenlos

**Geben Sie dort ihre
Kleinanzeige auf**

Als Online-Kleinanzeige sind sie kostenlos

Als Printanzeige kostet die private Kleinanzeige 4,25 "



Es geht nicht nur um Liebe, bei

www.mox-kleinanzeigen.de

**Manchmal sucht man einfach nur eine neue Wohnung.
Das geht wirklich einfach! Und wenn Sie öfter
inserieren möchten, registrieren Sie sich. Dann müssen
Sie nicht jedes mal ihre Daten eingeben.**
oder old school per Briefpost an
MoX, Güterstraße 17, 26122 Oldenburg

kleinanzeigen

Private Kleinanzeigen sind auf mox-kleinanzeigen.de kostenlos!

Name:
 Straße:
 PLZ/Ort:
 Telefon:
 Unterschrift:

**50 Zeichen kosten in MoX (print): privat 0,85 ~
(mind. 4,25 ~) gewerblich 3,65 ~ (mind. 18,25 ~)**

Ich bezahle:

☐ bar ☐ in Briefmarken ☐ Bankeinzug

IBAN:

Bitte ankreuzen: ☐ gewerblich ☐ privat ☐ Chiffre (2,70 ~) ☐ 1x ☐ 2x ☐ 3x ☐ 4x ☐ bis auf Widerruf

 **MoX**
 **mox-kleinanzeigen.de**
 **fb-kleinanzeigen**

- | | | | |
|---|--|--|---|
| ☐ Kurse & Seminare | ☐ Lust & Laster | ☐ Bücher | ☐ Fahrrad/Roller |
| ☐ Weiterbildung | ☐ Musik & Instrumente | ☐ Reisen & Freizeit | ☐ Autos |
| ☐ An- & Verkauf | ☐ Suche Wohnung | ☐ Handwerk | ☐ Sonstiges |
| ☐ Grüße | ☐ Biete Wohnung | ☐ Jobs | ☐ Verschenke |
| ☐ Kontakt | ☐ Gewerberaum | ☐ Sport | |

Handwriting practice area with dashed lines for tracing and solid lines for independent writing.

Diverses

Die Analogen

Eine neue Selbsthilfegruppe namens „Die Analogen“ wendet sich an Menschen, die einem immer digitaleren Leben sowie dem Einfluss von Algorithmen und KI mit Skepsis begegnen. Sie wünschen sich Entscheidungsfreiheit, Selbstbestimmung und den Schutz persönlicher Daten. Und sie wollen sich gegenseitig ermutigen weiterhin analoge Wege zu finden und sich dazu austauschen. Interessierte Menschen jeglichen Alters sind herzlich eingeladen sich dieser Gruppe anzuschließen. Mehr Informationen gibt es bei der BeKoS unter 0441-884848 oder info@bekos-oldenburg.de.

An- und Verkauf

Anzündholz / bretter / einwegpaletten / klötzer der pal. anzündholz in 25 cm / bretter in 25 cm, wunschlänge möglich / klötzer der paletten / einwegpaletten, auch große 04407 5567 / mi.w123@ewe.net

Suche gebrauchten Ergometer.

Tel: 01522 3255392

Sie brauchen Briefpapier, Flyer

Visitenkarten Faltblätter oder Broschüren. Wir helfen Ihnen gerne. MoX, 0441 218350

Damenrad zu verkaufen.

Damenrad Pegasus, 7-Gang (150,-€), 1 Fotoscanner neu mit Farbdisplay, Rudermaschine, Sofortübersetzer (Neu und original), Büchersammlung limitiert und signiert „Der große Wolfen“, Zustand sehr gut mit Gepäcktaschen, Markenuhren zu verkaufen, Ferrari-Sammlung, 9 Fahrzeuge (1:18 aus Metall) von Burago. Tel.: 04421 9566780 oder 0152 08676280

Kontakt

Er sucht tolerantes Paar. Gepflegter, höflicher, schlanker Singlemann (65 Jahre; Bi interessiert) sucht besuchbares Paar für Freundschaft. Bitte Mail an: Frieze1961@web.de

**Haushaltsauflösungen
Entrümpelung • Umzug
Handwerkliche Arbeiten
Tel.: 0172 9979699**

Deharde
Dachdeckerei
Meisterbetrieb



Ihr Partner für Dacharbeiten aller Art
Steildach, Flachdach, Fassaden- und Metallarbeiten

Nordenhamer Weg 6 • 26125 Oldenburg
Tel.: 0441-340 75 67
info@deharde-dach.de • www.deharde-dach.de

Suche Freundin Mann, 45 sucht Freundin! Bin sport- und kulturinteressiert und feier gerne. SMS: 01782120088

Nordic Walking. Hallo, ich möchte eine regelmäßige nordic walking Gruppe eröffnen. Anfänger sind willkommen. Bitte anmelden unter 0151 505 413 75 - Whatsapp, SMS

Gib Deine Kleinanzeige hier auf:
www.mox-kleinanzeigen.de



Platten bei MoX

BETTINA WEGNER: Sind so kleine Hände. Original LP. Zustand sehr gut. Preis: 9,-€.

Camel: Rain Dancer.



LP aus dem Jahr 1977, erschienen bei NOVA-Records/DECCA. 8,-€

Trio Rio. erschienen 1980 bei Metronome, Musikrichtung Pop/New Wave/ Rock. Mit Titeln wie "Be A Shilling Light", "New York-Rio-Tokyo" und "Man In The Moon". Die Schallplatte befindet sich in einem guten gebrachten Zustand. Schöne LP für Fans der Musik aus den 1980er Jahren und Vinyl-Sammlern.

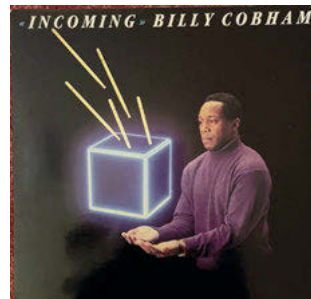
Herwig Mitteregger: Erschien 1983



unter dem Label CBS Records.

Zustand gut, das Cover hat sichtbare Griffspuren, Vinyl einwandfrei. 8,-€

Billy Cobham: Incoming. LP aus



dem Jahr 1989 mit Fotoblatt und engl. Presstext. Erschienen bei K-tel

David Knopfler: Cut the Wire. LP im Aufklapp-Cover, mit Texten, Erschienen im Jahr 1986, 8,-€

Diese und noch andere LPs sind nur im MoX-Büro erhältlich.

Güterstraße 17, Oldenburg. Mo - Fr 9:00-17:00 Uhr

Handwerk

Nächster Anzeigenschluss:

2.10.2026 mox-kleinanzeigen.de

.....

Verlosungen

www.ol-mittendrin.de

oder www.diabolo-mox.de, Menüpunkt: Freizeit & Kultur
www.mox-veranstaltungen.de



14 Tage

Programm

24.9. bis 07.10.2026



Foto: Harald Hoffmann

Wildes Holz

08.10.2026

Kulturetage Oldenburg

mox-veranstaltungen.de





Veranstaltungs-Kalender

24. September 2026 bis 7. Oktober 2026

Do 24.9.

Musik

Oldenburg

00:00 Kneipenfestival; Verschiedene

20:00 Joy Wanna & The Spicy Jam; Wilhelm13

TIPP 20:00 Reis Against The Spülmaschine; Kulturetage, Halle

Bremen

18:30 1986zig; Pier2

19:30 Niemals; Lila Eule

20:00 Highfield Lane; Meisenfrei

TIPP 20:00 Team Dresch; Tower

Hamburg

20:00 Lotte; Große Freiheit 36

20:00 Manfred Mann's Earth Band; Fabrik

Leer

20:00 Arnd Zeigler; Zollhaus

Bühne

Oldenburg

19:00 Live: Podcast „Gut zu vögeln“; Landesmuseum Natur und Mensch

Bremen

15:00 Schiff Ahoi!; Theaterschiff

19:30 The Tide; Theater Bremen, Kleines Haus

20:00 Liebe, Last & Fracht; Hafen Revue Theater

20:00 Impulse; GOP Varieté

Wilhelmshaven

19:30 Das Feuerschiff; TheOs

20:00 Carmela De Feo; Pumpwerk

Wittmund

19:30 Der große Gatsby; Aula Schulzentrum Brandenburger Str.

Film

Oldenburg

19:00 Salz und Wasser; Casablanca Kino

Literatur

Rastede

19:30 „Niemand's Töchter“; Mühlenhof

Vortrag

Oldenburg

13:30 Die professionelle Arbeit mit vulnerablen Asylsuchenden. Schwerpunkt: GEAS-Reform; IBIS

Politik

Oldenburg

17:00 Ausschuss für Stadtplanung und Bauen; Alte Fleiwa

Kinder

Leer

16:00 „Der Ernst des Lebens – Den Schulweg gehen wir gemeinsam“; Stadtbibliothek

Treffen

Oldenburg

15:00 Café Treff für Frauen; Bürgerhaus Ofenerdiek

19:00 Spiele- und Rätselabend; Buddel Bar

Ausstellung

Oldenburg

Elke Lange: Matter Of Nature; VHS Wreckage im Pulverturm; Pulverturm ÜberlebensKünstler*innen: Persönliche

Geschichten, künstlerische Perspektiven; Heiligengeiststraße 12 Oldenburger Stadtansichten; Forum St. Peter

Kolportageliteratur: Jahrmarktdrucke des 19. Jahrhunderts; Landesbibliothek

Ich fotografiere, was sich zeigt; August-carree, Auguststraße 7

Zeiten Zeichen Zusammenhänge; Kunstverein

Menschenbilder; BBK Galerie

Andrea Ziegler | Horst Janssen: What is the truth and Where did it go?; Horst-Janssen Museum

Mein Name ist Mensch – Ausstellung; Bürgerbüro am Pferdemarkt

Bremen

Christian Schilling Wunderkammer; Gerhard-Marcks-Haus

Daphne Wright – Memory and Presence; Gerhard-Marcks-Haus

Tibati – Bremen und zurück; Überseemuseum

Anton Henning: Interieur No. 687; Kunsthalle Bremen

RemixPhotographie; Kunsthalle Bremen Hafenwirtschaft heute; Hafenmuseum Hafengeschichte zum Anfassen; Hafenmuseum

Fischfang, Feuer, Feldarbeit; Focke Museum

Von Knochen bis Gameboy; Focke Museum

Glaskunst, Möbel und Tapeten; Haus Riensberg

Wissenswerkstatt Archäologie; Focke Museum

Wilhelmshaven

Sand und Salz – Islands Found and Lost; Kunsthalle Wilhelmshaven

Hamburg

Von Monet bis Picasso; Bucerius Kunst Forum

Aber ich | Die Welt | Ich sehe | Dich; Kunsthalle Hamburg

This Is The Modern World; Kunsthalle Carrie Yamaoka; Kunsthalle Hamburg

Skulptural; Kunsthalle Hamburg Making History; Kunsthalle Hamburg

Akosua Viktoria Adu-Sanyah; Deichtorhallen

Abdulhamid Kircher – Rotting From Within; Deichtorhallen

Knotenpunkt 26; Affenfaust Galerie

Butjadingen

„Ansichtsache(n)“; Atrium Burhave

Bremerhaven

Sicher, oder?; Klimahaus

Still Stehen – Seeleute und Geflüchtete in der Pandemie; Deutsches Schifffahrts Museum

Tiere an Bord – Wissen, Ware, Wunder; Deutsches Schifffahrts Museum

Neuzugang im Historischen Museum;
Historisches Museum

Jade

Helmut Wahnhoff; Galerie Schönhof

Osnabrück

Zukunft Bauen; Museum Industriekultur

Verden

„Bilder im Dunkeln – Höhlenkunst der
Eiszeit“; Deutsches Pferdarium

Wildeshausen

„Ein gut Teil Eigenheit“ – Lebenswege
früher Archäologinnen; Urge-
schichtliches Zentrum

Sonstiges

Oldenburg

16:00 Digitallots*innen – Hilfe bei Com-
puter und Smartphone; VHS

Führungen

Oldenburg

15:00 Öffentliche Führung der Demenz-
Informations- und Koordinations-
stelle Oldenburg; OCM

16:00 Stadtspaziergang: Fair durch Ol-
denburg; Weltladen Oldenburg

17:00 Kuratorinnenführung Sonderaus-
stellung; Stadtmuseum Oldenburg

Fr 25.9.

Musik

Oldenburg

20:00 Consilium; Buddel Bar

Bremen

19:00 Grollkantine II; Zolkantine

19:30 Duo Pertar „Echoes of the World“;
Sendesaal

20:00 Nefertiti Quartet; Villa Sponte

20:00 Belzebong; Tower

20:00 Shackle One; Schlachthof

20:45 Blok3; ÖVB Arena

21:00 Kiss Forever Band; Meisenfrei

Hamburg

20:00 Dendemann; Große Freiheit 36

20:00 Musa Dagh; Hafenklang

Emden

18:00 Epilog I Musikvermittlung; Mar-
tin-Luther-Kirche Emden

Jever

20:00 Groove Elevator feat. Sheila; LOK
Kulturzentrum

Hatten

20:00 Mariuzz; Dingsteder Krug

Vechta

TIPP 20:00 Miü; Gulfhaus Vechta

Bühne

Oldenburg

19:00 Annes Kultursalon; Kulturetage,
Theater k

20:00 Cycle & Recycle – Wann, wenn
nicht jetzt; Theater Hof/19

20:00 Vom Fischer und seiner Frau;
Theater Laboratorium

Bremen

16:30 Impulse; GOP Varieté

17:30 Die Trasse. Eine Erfahrung; St.
Pauli Hof

19:00 Schnorr Geschichten; Packhaus-
theater im Schnoor

19:00 Schiff Ahoi!; Theaterschiff

19:00 Innocence; Theater am Goethe-
platz

19:00 Michael Mittermeier; Metropol
Theater Bremen

19:30 Ab in den Schrank; Boulevard-
theater Bremen

19:30 Baba Dunjas letzte Liebe; Schnür-
schuhtheater

19:30 I hired a contract killer; Bremer
Kriminaltheater

19:30 I. Grief. Different.; Theater Bre-
men, Kleines Haus

20:00 SchlagerWelle; Hafen Revue Thea-
ter

20:00 50. Kleinkunstabend in Pusdorf;
Kulturhaus Pusdorf

20:00 Die Trasse. Eine Erfahrung; St.
Pauli Hof

20:00 Wunderbar; Fritz Theater

20:30 Impulse; GOP Varieté

Wilhelmshaven

19:00 Sonny Boys; Theater am Meer

19:30 Das Feuerschiff; TheOs

Bremerhaven

19:30 True Crime: Die Thomaskatastro-
phe; Stadttheater Bremerhaven

Jever

19:30 „Kramer gegen Kramer“; Theater
am Dannhalm

TagesTipps

20:00_24.9._Kulturetage, OL



Reis Against The Spülmaschine

Genießt das reichhaltige Buffet
aus lustigen Songparodien, die von
Onkel Hanke und Don Filippo wie
immer so mitreißend präsentiert
werden, dass alle Gäste in Kürze in
Partystimmung versetzt werden.
(Foto: Jan Huesing)

20:00_24.9._Tower, HB



Team Dresch

Zuletzt tourten die kanadischen
Queer-Punk-Ikonen von Team
Dresch vor circa 30 Jahren in
Deutschland. Nun melden sie sich
mit neuer Musik und Tour zurück.
(Foto: Twylo Landey)

20:00_25.9._Gulfhaus, Vechta



MIU

Vor rund 10 Jahren fliegt die Ham-
burgerin Miü nach New York, spielt
im legendären „The Bitter End“
und schmeißt danach ihren Job in
der Werbung. Ihre musikalische Vi-
sion: Retroinspirierter Soulpop in
zeitgemäßem Produktionsgewand.
(Foto: Zauke)

Leer

19:30 Macbeth; Theater an der Blinke

Party**Oldenburg**

20:00 Studi-Freitag; Umbauber

23:00 Bäng Boom Bäng; Amadeus

Bremen

18:00 Elternabend; Modernes

23:00 2000er; Modernes

Wilhelmshaven

22:00 Tanzbar Disco; Kling Klang

Festival**Oldenburg**

15:00 Atari-Festival „NOMAM“; OCM

Vortrag**Oldenburg**

18:30 Vortrag und Gespräch: „Dieses blöde Gefühl“ – Warum wir fühlen, was wir fühlen; VHS Oldenburg

20:00 Verwenden Buddhistischer Methoden zur Umwandlung von störenden Gefühlen und Hindernissen auf dem Weg; Buddhistisches Zentrum

Sport**Oldenburg**

19:45 VfL Oldenburg vs. TuS Blau-Weiß Lohne II; Hans Prull Stadion

Markt & Messen**Bremen**

12:00 Kreativ + Spiel; Messe Bremen

Kinder**Oldenburg**

15:00 mini.diwan – das transkulturelle Kinderformat; Landesmuseum Natur und Mensch

Ausstellung**Oldenburg**

08:00 Mein Name ist Mensch; Bürgerbüro am Pferdemarkt

Sonstiges**Dötlingen**

11:00 Maislabyrinth; Maislabyrinth Iserloy

Westerstede

20:00 Flames of Water; Rhododendronpark Hobbie

Führungen**Oldenburg**

17:00 Öffentliche Führung; OCM

18:45 Internationale Batnight; Schlossgarten Oldenburg

Wilhelmshaven

11:00 Historische Hafenrundfahrt; Deutsches Marinemuseum

14:00 Historische Hafenrundfahrt; Deutsches Marinemuseum

Sa 26.9.

Musik**Oldenburg**

17:00 Das Bremer Mandolinenorchester; Packhaustheater im Schnoor

Bremen

19:00 Grenzkontrolle; Tower

19:00 Powder For Pigeons; Zollkantine

TIPP 19:00 Felix Räuber: Traumkonzert; Metropol Theater

19:30 Jeff Cascaro „Broadway and Beyond“; Sendesaal

21:00 Linkin Back; Meisenfrei

Wilhelmshaven

19:00 Stahlnacht X; Pumpwerk

Hamburg

20:00 Holly Humberstone; Grünspan

Emden

14:00 Pauls Coastrock Festival; Live Music Center

19:30 Dire Strats; Festspielhaus am Wall

Leer

20:00 Farewell Summer; JUZ

Worpswede

20:00 Mamas Gun; Music Hall

Schortens

20:00 Mackefisch; Theater am Dannhalm

Bühne**Oldenburg**

14:00 Wellen wiegen; Theater wrede+

15:45 Wellen wiegen; Theater wrede+

19:30 Cabaret; Oldenburgisches Staatstheater – Großes Haus

20:00 Viva la Vida – Frida Kahlo; Limonadenfabrik

20:00 Cycle & Recycle; Theater Hof/19

20:00 Kramer gegen Kramer; Kultur-etage, Halle

20:00 Ein Stück Land; Oldenburgisches Staatstheater, Kleines Haus

Bremen

15:00 Schiff Ahoi!; Theaterschiff

17:00 Paula. Selbst; Kunsthalle Bremen

17:30 Impulse; GOP Variété

19:00 Move On – Weitergehen; Theater Bremen, Brauhaus

19:00 Schiff Ahoi!; Theaterschiff

19:00 Cabaret; Theater am Goetheplatz

19:30 Ab in den Schrank; Boulevard-theater Bremen

19:30 I hired a contract killer; Bremer Kriminaltheater

19:30 Die Kopenhagen-Trilogie; Theater Bremen, Kleines Haus

20:00 SchlägerWelle; Hafen Revue

20:00 Wunderbar; Fritz Theater

20:30 Impulse; GOP Variété

Wilhelmshaven

19:30 Das Feuerschiff; TheOs

Bremerhaven

19:30 Die Mausefalle; Stadttheater

Party**Bremen**

21:00 Retropolis; Aladin

23:00 Tanznacht; Modernes

Wilhelmshaven

22:00 Tanzbar Disco; Kling Klang

Bockhorn

21:00 Soundtheater; Soundcheck

Sande

22:00 Ü30/40 Partynight; Twister Dance

Ihrhove

23:00 Steina dreht frei; Limit

Sport**Edeweicht**

15:30 SSV Jeddelloh II vs. Eintracht Nordstedt; Haskamp Arena

Markt & Messen**Bremen**

09:00 Weserflohmarkt; Weseruferpromenade

10:00 Kreativ + Spiel; Messe Bremen

Bremerhaven

16:00 Feminin – neu kaufen kann jede:r; Stadthalle Bremerhaven

Ausstellung

Bremen

15:00 „Talking to Animals“; Villa Sponte

Sonstiges

Bremen

16:00 Girls Club Academy; Modernes

Westerstede

20:00 Flames of Water; Rhododendron-park Hobbie

Führungen

Oldenburg

11:00 Zurück in die Steinzeit – oder wer war Ötzi?; Landesmuseum Natur und Mensch

14:00 Garten im Wandel – Bäume im Fokus; Landesmuseum Natur und Mensch

Wilhelmshaven

11:00 Historische Hafenrundfahrt; Deutsches Marinemuseum

14:00 Historische Hafenrundfahrt; Deutsches Marinemuseum

So 27.9.

Musik

Bremen

19:00 Bremer Rath Chor: „Dido und Aeneas“; Kulturkirche St. Stephani

20:00 Patrick Snow; Die Glocke

Wilhelmshaven

19:30 Christian Kohlund & Ina Paule Klank; Pumpwerk

Butjadingen

11:00 Shantychor Nordenham; Hafen Fedderwardsiel

Bühne

Oldenburg

14:00 Wellen wiegen; Theater wrede+

15:45 Wellen wiegen; Theater wrede+

TIPP 16:00 Adresse unbekannt; Exerzierhalle

18:00 Viva la Vida – Frida Kahlo; Limonadenfabrik

18:00 Echos der Leidenschaft; Oldenburgisches Staatstheater – Großes Haus

18:30 Sophia oder das Ende der Humanisten; Oldenburgisches Staatstheater, Kleines Haus

20:00 Vom Fischer und seiner Frau; Theater Laboratorium

Bremen

14:00 Impulse; GOP Varieté

15:00 Peter und der Wolf; Mensch, Puppe!

15:00 Paula. Selbst; Kunsthalle Bremen

15:00 Schnorr Geschichten mit Heini Holtenbein; Packhaustheater im Schnoor

15:00 Schiff Ahoi!; Theaterschiff

15:30 Die Zaubrerflöte; Theater am Goe-theplatz

16:00 I hired a contract killer; Bremer Kriminaltheater

16:00 Die Trasse. Eine Erfahrung; St. Pauli Hof

18:00 Dorfpunks; Schnürschuhtheater

18:00 Impulse; GOP Varieté

18:30 All das Schöne; Theater Bremen, Kleines Haus

19:00 Läuft bei mir; Theater Bremen, Brauhauskeller

19:00 Die Trasse. Eine Erfahrung; St. Pauli Hof

19:30 Wunderbar; Fritz Theater

Wilhelmshaven

15:00 Die unvermeidliche Abkühlung – Carl Brandt; Kunsthalle Wilhelmshaven

TIPP 15:30 Sonny Boys; Theater am Meer (+ 19 Uhr)

19:30 Lebensblues; Stadttheater

Bremerhaven

18:00 Luisa Miller; Stadttheater

Party

Bremen

15:00 Feiern wie früher – nur früher!; Modernes

15:00 Sonntagstanz im Aladin; Aladin

Wilhelmshaven

15:00 Forever Young Party; Kling Klang

Markt & Messen

Bremen

10:00 Kreativ + Spiel; Messe Bremen

Bremerhaven

11:00 Kids & Co.; Stadthalle Bremerhaven

TagesTipps

19:00_26.9._Metropol Theater, HB



Felix Räuber

Polarkreis 18 Sänger Felix Räuber nimmt dich mit auf eine einzigartige musikalische Reise – weit weg vom Alltag bis zu den Sternen – und präsentiert sein gleichnamiges neues Album.
(Foto: Veranstalter)

16:00_27.9._Exerzierhalle OL



Adresse Unbekannt

Der 12-jährige Felix und seine Mutter Astrid sind ein gutes Zweierteam. Als sie ihre Miete nicht mehr bezahlen können, ziehen die beiden nach einem kurzen Aufenthalt bei Bekannten in einen alten Campingbus - ab 10 Jahren (Foto: Stephan Walz)

1530_27.9._Theater am Meer; WHV



Sonny Boys

Willy Mick und Fiete Mackenberg waren einst das gefeierte Komikerduo „Sonny Boys“ – ein Garant für volle Säle und begeistertes Publikum. Doch hinter den Kulissen sah ihre Welt ganz anders aus...
(Foto: Veranstalter)

Kinder**Oldenburg**

11:30 Tamo sticht in See; Oldenburgisches Staatstheater, Kleines Haus

16:00 Peggy Packer; Oldenburgisches Staatstheater – Spielraum

Sonstiges**Varel**

12:00 IBIS-Team beim Begegnungsfest Varel ; Jugendzentrum Weberei

Führungen**Oldenburg**

10:30 Sonntagsführung durch Oldenburg neu entdecken; Stadtmuseum

11:00 Sonntagsführung durch die Dauerausstellung; Horst-Janssen Museum

12:30 Öffentliche Führung in Deutscher Gebärdensprache (DGS); Horst-Janssen Museum

14:00 Sonntagsführung; Pulverturm

15:00 Themenführung: Baugeschichte des Schlosses; Landesmuseum Kunst & Kultur

15:00 Öffentliche Führung; OCM

16:30 Sonntagsführung: Janssen neue entdeckt; Horst-Janssen Museum

Wilhelmshaven

11:00 Historische Hafenrundfahrt; Deutsches Marinemuseum

Mo 28.9.

Musik**Bremerhaven**

20:00 Sinfoniekonzert „Verwandlungen“; Stadttheater Bremerhaven

Bühne**Bremen**

20:00 Mystic Musical Revue; Hafen Revue Theater

Vortrag**Oldenburg**

19:00 Das Gehirn im Alltag – was macht eigentlich ihr Gehirn den ganzen Tag über; Schlaues Haus

Politik**Oldenburg**

16:00 Ausschuss für Allgemeine Angelegenheiten; Kulturzentrum PFL

16:30 Verwaltungsausschuss; Kulturzentrum PFL

18:00 Rat; Kulturzentrum PFL

Ausstellung**Oldenburg**

Mein Morgenstern; Landesbibliothek

Sonstiges**Oldenburg**

16:00 Bezahlkarten-Tauschcafé; Alhambra

Di 29.9.

Musik**Oldenburg**

20:00 Don't marry; Wilhelm13

Bremen

TIPP 19:00 Gentleman; Pier2

20:00 Hardt 'n Brook; Meisenfrei

Bremerhaven

19:30 Sinfoniekonzert „Verwandlungen“; Stadttheater Bremerhaven

Amsterdam

20:00 Muse; Ziggo Dome

Bühne**Oldenburg**

19:00 Die Oldenburger Schlaraffen: Ein bunter Strauss aus Musik, Worten und Liedern; Bürgerhaus Ofenerdiek

19:30 Mephisto; Oldenburgisches Staatstheater – Großes Haus

20:00 Spielreflex – Improtheater; Buddel Bar

Bremen

19:00 Talk mit Bundespräsident AD Christian Wulff; Theater am Goe-theplatz

19:00 Lläuft bei mir; Theater Bremen, Brauhauskeller

Papenburg

19:30 Macbeth; Forum Alte Werft Papenburg

Vortrag**Oldenburg**

11:00 Lernen ohne Grenzen – Eröffnung des Gasthörersemesters; BiS-Saal Universitätsbibliothek

14:00 Die Entwicklung des Aus- und Weiterbildungsinstituts für Psychotherapie; Universitätsbibliothek

Wilhelmshaven

19:00 Zwischen Booten und Eisbären – Die Bedeutung von Spitzbergen in der maritimen Sicherheit; Deutsches Marinemuseum

Schortens

15:00 Ankommen, austauschen, unterstützen – Infonachmittag bei IBIS Pferdestall, Alter Brauerweg1

Politik**Oldenburg**

17:00 Schulausschuss; Alte Fleiwa

Kinder**Oldenburg**

11:00 Die Blindfische & Philharmoniker Bremen – Ausverkauft; Kulturetage, Halle

Treffen**Oldenburg**

20:00 Zettelquiz – Tiere & Natur; Buddel Bar

Führungen**Oldenburg**

12:30 Mittags im Museum; Horst-Janssen Museum

Wilhelmshaven

11:00 Historische Hafenrundfahrt; Deutsches Marinemuseum

Mi 30.9.

Musik**Bremen**

20:00 Dr. Cleanhead; Meisenfrei

Bremerhaven

19:30 Sinfoniekonzert ; Stadttheater

Leer

TIPP 20:00 The Stokes; Zollhaus

Bühne

Oldenburg

19:30 English Comedy Show; Buddel Bar

20:00 Ein Stück Land; Oldenburgisches Staatstheater, Kleines Haus

Bremen

19:00 Catarina oder Von der Schönheit, Faschisten zu töten; Theater am Goetheplatz

19:30 High Cave; Theater Bremen, Kleines Haus

19:30 Simon Stäblein; Fritz Theater

Leer

19:30 Der große Gatsby; Theater an der Blinke

Party

Oldenburg

20:00 Studi-Mittwoch; Umbaubar

Vortrag

Oldenburg

18:30 Peter Thiel, der Antichrist und der Papst: Vom christlichen Menschenbild und transhumanistischer Ideologie; Horst-Janssen Museum

19:00 Vortrag: Eltern stärken – gelassener durch den Familienalltag; VHS

Wildeshausen

19:00 Dr. Elisabeth Schlicht (1914-1989) – Archäologin und Pionierin der Kultur- und Heimatpflege; Urgeschichtliches Zentrum

Online

19:30 vhs.wissen live Stonehenge – Uralte Geheimnisse, neue Entdeckungen; Online

Politik

Oldenburg

17:00 Ausschuss für Finanzen und Beteiligung; Alte Fleiwa

Sonstiges

Oldenburg

12:00 Tag der offenen Tür in der IBIS-Akademie; Ibis Akademie

Führungen

Oldenburg

18:00 Francksen als Grafiksammler; Stadtmuseum / Telefonführung

Do 1.10.

Musik

Bremen

19:00 Drunken Masters; Modernes

20:00 Love God Chaos; Meisenfrei

Bühne

Oldenburg

18:00 Wolf; Exerzierhalle

TIPP 20:00 Sophia oder das Ende der Humanisten; Oldenburgisches Staatstheater, Kleines Haus

Bremen

19:00 Läuft bei mir; Theater Bremen, Brauhauskeller

19:30 Kleiner Mann – was nun?; Mensch, Puppel

19:00 Tutti Tran; Metropol Theater

19:30 Comedy Club Bremen; Fritz Theater

20:00 Seasons; GOP Varieté

Wilhelmshaven

19:30 Das Feuerschiff; TheOs

20:00 Schlongonges – Themaverfehlung; Pumpwerk

Emden

19:30 Macbeth; Festspielhaus am Wall

Party

Ihrhove

14:00 Familie geht tanzen; Limit

Literatur

Bremen

19:00 Out Loud; Sally Lisa Starken; Lagerhaus

20:00 New Voices; Emma Bading; Packhaustheater im Schnoor

Vortrag

Oldenburg

18:00 Einsamkeit als gesellschaftliche Herausforderung; BiS-Saal Universitätsbibliothek

19:00 Vortrag zur Einstimmung auf die 18. Zugvogeltage; Landesmuseum Natur und Mensch

TagesTipps

19:00_29.9._Pier2, OL



Gentleman

Inspiziert von Märchen, in denen Objekte manchmal leben und dann eigentlich immer zu Projektionsflächen für eigene Erfahrungen werden, hat Eva Meyer-Keller in der Performance »Death is Certain« Süßkirschen zu Protagonisten erhoben. (Foto: Pascal Bunning)

20:00_30.9._Zollhaus, Leer



The Stokes

Das Markenzeichen der Band ist ein ursprünglicher, unverfälschter Irish Folk – ohne poppige Zugeständnisse, dafür mit umso mehr Energie, Gefühl und Authentizität. (Foto: Veranstalter)

20:00_1.10._Staatstheater, OL



Sophia oder das Ende der Humanisten

Sophia ist hochintelligent, gutaussendend und eine blendende Köchin. Nur mit Türen hat sie Probleme. Das neueste Modell eines künstlichen Menschen ist noch nicht ganz perfekt... (Foto: Stephan Walzl)

Treffen

Oldenburg

15:00 Senioren-Spiele-Nachmittag mit Kaffee, Tee und Kuchen; Stadtbibliothek

Fr 2.10.

Musik

Oldenburg

18:00 Schmiede Live Lounge – Beats & Begegnung; Schmiede Bloherfel.de
19:00 Wisecracker; Umbaubar
19:00 Weckmann und seine Wurzeln; St. Johannis Kirche

TIPP 20:00 Bibiza; Kulturetage, Halle
20:30 Dear Robin; Cadillac

Bremen

19:00 Pop Punk Blow Up; Zollkantine
19:30 Tim Garlands Lighthouse Trio; Sendesaal

20:00 Project Priest; Meisenfrei
20:00 JCasper Hejlesen Trio; Villa Sponte

Wilhelmshaven

22:00 Techno Planet; Kling Klang
Hamburg

19:00 Spiritbox; Sporthalle Hamburg
19:30 Chris Harms; Grünspan
20:00 Wallis Bird; Nachtspeicher
20:00 Ok Kid; Uebel und Gefährlich
20:00 Shoreline; Logo

Wildeshausen

20:00 New Blue Honk; Musikschule

Hatten

20:00 4 Swedes; Dingsteder Krug

Agathenburg

20:00 Little Flower Trio; Schloss Agathenburg

Worpswede

TIPP 20:00 Ryan Sheridan; Music Hall Vechta

20:00 Andreas Kümmert; Gulfhaus

Bühne

Oldenburg

15:00 Vereint durch die Vergangenheit?; Theater am Goetheplatz, Foyer
20:00 Dieser Tag ein Leben; Theater Laboratorium
20:00 Cycle & Recycle – Wann, wenn nicht jetzt; Theater Hof/19
20:00 Ein Stück Land; Oldenburgisches Staatstheater, Kleines Haus

Bremen

19:00 Schnorr Geschichten; Packhaustheater im Schnoor
19:00 Catarina oder Von der Schönheit, Faschisten zu töten; Theater am Goetheplatz
19:30 Dracula; Mensch, Puppe!
19:30 I hired a contract killer; Bremer Kriminaltheater
20:00 Das Fritz singt; Fritz Theater
20:00 Seasons; GOP Varieté

Wilhelmshaven

19:30 Der grosse Gatsby – Das Musical; Stadttheater Wilhelmshaven

Schortens

20:00 Jochen Malmsheimer; Theater am Dannhalm

Party

Oldenburg

19:00 Saisonabschluss „Wir feiern 20 Jahre bau_werk!“; Kulturplatz

20:00 Schmizz Reloaded; Cubes
21:00 Amadeus Retro Special 80% 80er meets Rocknacht; Amadeus

Bremen

22:00 Dreamland Selected; Aladin
23:00 90er; Modernes

Cloppenburg

22:00 XXL Throwback Party; Bel Air

Film

Oldenburg

00:00 Women, Life, Freedom; Kultur-
etage, cine k

Festival

Jever

TIPP 17:00 Punklok Festival 2026; LOK Kulturzentrum

Vortrag

Oldenburg

13:00 Versorgungssicherheit und Energiewende: Wer zahlt den Preis?; Hallig Hanken

Markt & Messen

Oldenburg

Oldenburger Kramermarkt 2026; Weser-Ems-Hallen, Freigelände

Wilhelmshaven

14:00 Wilhelmshaven Sailing-CUP; Hafengelände Wilhelmshaven

Treffen

Oldenburg

15:00 kreativdiwan – das transkulturelle Frauenformat; Landesmuseum Natur und Mensch

Führungen

Oldenburg

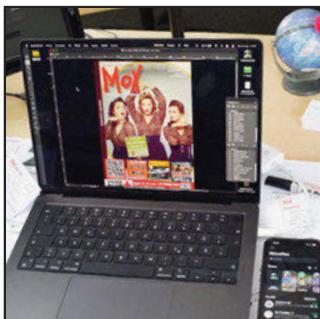
17:00 Kuratorische Führung; Pulverturm

Sa 3.10.

Musik

Bremen

20:00 Die Fantastischen Vier; Domshof
18:00 Camerata Instrumentale; Sendesaal
18:00 Spirited Away / Clo:e / Salem's Lot / Imla; Zollkantine Bremen



Der kurze Weg zu Ihrer MoX-Anzeige:

Fabian Kahler
01174 9712719

Rüdiger Schön
0172 6007902

Gerne auch per WhatsApp



19:00 Uncle Hammond's Soul Jazz Movement; Lagerhaus
19:00 Downtown Bigband; Theaterschiff
21:00 Rockalots; Meisenfrei

Köln

20:00 Bryan Adams; Lanxess Arena
Vechta
20:00 Drunken Swallows; Gulfhaus Vechta

Bühne

Oldenburg

18:00 Dieser Tag ein Leben; Theater Laboratorium
19:30 Echos der Leidenschaft; Oldenburgisches Staatstheater - Großes Haus
20:00 Cycle & Recycle – Wann, wenn nicht jetzt; Theater Hof/19
20:00 Bondi Beach; Oldenburgisches Staatstheater, Kleines Haus

Bremen

15:00 Der Besuch der alten Dame; Mensch, Puppe!
18:00 Anadolu – Ich singe nicht allein; Theater Bremen, Kleines Haus
19:00 Hamlet; Theater am Goetheplatz
19:30 Ab in den Schrank; Boulevardtheater Bremen
19:30 I hired a contract killer; Bremer Kriminaltheater
20:00 Seasons; GOP Varieté
20:00 Till Reiners – Das ist alles Teil der Show; Metropol Theater Bremen

Wilhelmshaven

19:00 Sonny Boys; Theater am Meer
Bremerhaven

19:30 Marie-Antoinette oder Kuchen für alle!; Stadttheater Bremerhaven

Edewecht

20:00 Christiane Schütze; Nordklang-Halle

Party

Bremen

19:00 LP Nites; Aladin
22:00 Come As You Are Party; Tower
23:00 Tanznacht; Modernes

Wilhelmshaven

20:00 Siegerparty – Mit DJ Gunnar von Oehsen; Pumpwerk
22:00 Tanzbar Disco; Kling Klang

Cloppenburg

18:00 Teenie Throwback Party; Bel Air
22:00 Gratis Night; Bel Air

Festival

Jever

15:00 Punklok Festival 2026; LOK Kulturzentrum

Vortrag

Oldenburg

19:30 Das Lernen lernen; Kulturetage, Halle

Markt & Messen

Oldenburg

Oldenburger Kramermarkt 2026; Weser-Ems-Hallen, Freigelände

14:00 Kramermarktsumzug; Oldenburg
Wilhelmshaven

10:00 Wilhelmshaven Sailing-CUP; Hafengelände Wilhelmshaven

Bad Zwischenahn

09:30 Herbstmarkt im Park; Park der Gärten

Kinder

Wildeshausen

12:00 Kleine Wunder im UZW; Urgeschichtliches Zentrum

Sonstiges

Bremen

12:00 Festakt: Tag der deutschen Einheit; Die Glocke

Dötlingen

11:00 Maislabyrinth; Maislabyrinth Iserloy

So 4.10.

Musik

Oldenburg

11:15 2. Kammerkonzert; Oldenburgisches Staatstheater, Kleines Haus

Bremen

18:00 Camerata Instrumentale; Sendesaal
20:00 La Villa Strangiato – The Spirit of Rush; Meisenfrei
20:00 Matterz; Tower

TagesTipps

20:00_2.10._Kulturetage, OL



Bibiza

Der Bibiza hat seinen Lipizzaner gesattelt, seine Lackhose ausgelüftet, die Stimme geölt. Er hat Bock auf Rot, auf Tuchfühlung, auf Rock'n'Roll in überschaubaren Räumen (Foto: Janne Hansberg)

20:00_2.10._Music Hall, Worpstw.



Ryan Sheridan

Durch die Verschmelzung von persönlichen Texten, gefühlvollen Melodien, einer einzigartigen Stimme und ganz charakteristischem Gitarrenspiel, hat der irische Songwriter die Herzen von Musikliebhabern auf der ganzen Welt erobert. (Foto: Ray Keogh)

17:00_2.10._LOK Jever



Punklok Festival

Nach dem erfolgreichen Auftakt 2025 freuen sich die Veranstalter darauf mit Euch zusammen zwei Tage Punkrock zum Tag der deutschen Einheit in Jever zu feiern. (Foto: Veranstalter)

MoX Veranstaltungskalender

Wilhelmshaven

TIPP 19:00 Simon & Jan; Pumpwerk
Butjadingen

11:00 Hafenperlen; Hafen Fedderwarder-siel

Bühne**Oldenburg**

15:00 Der Geräuschehändler; Mensch, Puppe!
18:00 Dieser Tag ein Leben; Theater Laboratorium
18:00 Echos der Leidenschaft; Oldenburgisches Staatstheater - Großes Haus
18:30 Bondi Beach; Oldenburgisches Staatstheater, Kleines Haus

Bremen

14:00 Seasons; GOP Variété
15:00 Ost-West-Dialoge; Theater Bremen, Brauhaus
15:00 Ab in den Schrank; Boulevard-theater Bremen
15:00 Der Geräuschehändler; Mensch, Puppe!
15:00 Paula. Selbst; Kunsthalle Bremen
15:30 Die Zauberflöte; Theater am Goe-theplatz
18:00 Sonne und Beton; Schnürschuh-theater

18:00 Seasons; GOP Variété

Wilhelmshaven

15:30 Macbeth; Stadttheater
15:30 Sonny Boys; Theater am Meer

Bremerhaven

15:00 Die Mausefalle; Stadttheater

Party**Bremen**

14:00 Familie geht tanzen; Aladin
23:45 Klubnacht; MS Treue

Literatur**Bremen**

19:00 Lars Eidingen – Gedichte von Thomas Brasch; Metropol Theater
20:00 Caroline Wahl; Schlachthof

Sport**Oldenburg**

11:00 2. Liegeradrenntag in Oldenburg; Am Steinkamp 2

Markt & Messen**Oldenburg**

Oldenburger Kramermarkt 2026; Weser-Ems-Hallen, Freigelände

11:00 Flohmaxx; Ikea

Wilhelmshaven

10:00 Wilhelmshaven Sailing-CUP; Hafengelände Wilhelmshaven

Dangast

11:30 Apfelfest für Jung und Alt; Franz Radziwill Haus

Cloppenburg

14:00 Saatguttauschbörse; Museums-dorf Cloppenburg

Führungen**Oldenburg**

11:00 Sonntagsführung durch die Dauerausstellung; Horst-Janssen Mu-seum
15:00 Öffentliche Führung; Landesmu-seum Kunst & Kultur
16:30 Sonntagsführung durch Oldenburg neu entdecken; Stadtmuseum burg

Bremen

14:00 Ein Spaziergang über den Riens-berger Friedhof; Haupteingang/ Friedhofsstraße

Mo 5.10.

Musik**Oldenburg**

20:00 Project Smok & Ainsley Hamill; Wilhelm13

Bremen

19:30 Jason Moran; Sendesaal

Bühne**Bremen**

18:00 Erich Kästner – Als ich ein kleiner Junge war; Literaturkeller
19:30 Konzert mit Hansa Cypionka; Schnürschuhtheater

Party**Bremen**

19:30 Tango Differente; Lagerhaus

19:30 Vom Räuberhaus nach Bremen; Mensch, Puppe!

23:45 Klubnacht; MS Treue

Politik**Oldenburg**

17:00 Ausschuss für Wirtschaftsförderung, Digitalisierung und internationale Zusammenarbeit; Alte Fleiwa

Markt & Messen**Oldenburg**

Oldenburger Kramermarkt 2026; Weser-Ems-Hallen, Freigelände

Sonstiges**Leer**

15:00 Woche der Leichten Sprache – Gemeinsame Veranstaltung des Landkreises Leer mit der Volkshochschule, der Lebenshilfe und der Stadtbibliothek ; Stadtbibliothek

Führungen**Dangast**

09:30 Wattwanderung zum Leuchtturm Arngast; Friesendom Schwimm-badparkplatz

Di 6.10.

Musik**Bremen**

20:00 It ain't us; Meisenfrei

Wilhelmshaven

19:30 Rudelsingen; Pumpwerk

Aurich

19:00 Gipfelstürmer: Mantra; Land-schaftsforum Aurich

Bad Zwischenahn

19:30 Sportfreunde Stiller; Park der Gärten

Bühne**Oldenburg**

20:00 Shockheaded Peter; Oldenburgi-sches Staatstheater, Kleines Haus

Bremen

19:30 Time For Tacheles; Fritz Theater

20:00 Fischer singt Cohen; Packhaustheater im Schnoor
20:00 Berlin, Du coole Sau – Eine Liebeserklärung.; Metropol Theater

Vechta

20:00 Macbeth; Metropol-Theater Vechta

Literatur

Oldenburg

19:00 Der Humus Krimi mit Jan-Martin Lichte; Bürgerhaus Ofenerdiek
19:30 Lesebühne Metrophobia; Wilhelm13

Verden

19:30 Comic-Lesung & Gespräch mit Ulli Lust „Die Frau als Mensch: Am Anfang der Geschichte“; Deutsches Pferduseum

Markt & Messen

Oldenburg

Oldenburger Kramermarkt 2026; Weser-Ems-Hallen, Freigelände

Führungen

Oldenburg

16:00 Stadtspaziergang: Fair durch Oldenburg; Weltladen Oldenburg
16:00 Allgemeine Bibliotheksführung; Landesbibliothek

Dangast

15:00 Wattwanderung Dangast; Friesen-dom Schwimmbadparkplatz

Mi 7.10.

Musik

Bremen

19:30 Landsdowne; Tower
20:00 Livingroom 7a / V Cruise; Meisenfrei

Hamburg

19:00 Das Lumpenpack; Inselepark Arena
21:00 Black Sea Dahu; Knust

Bunderhee

19:00 Gipfelstürmer: Mantra; Steinhaus Leer

TIPP 20:00 Lilac Attitude; Zollhaus

Groningen

20:30 Drink The Sea – Ausverkauft; Vera

Bühne

Oldenburg

20:00 Shockheaded Peter; Oldenburgisches Staatstheater, Kleines Haus

Bremen

10:30 Move On – Weitergehen; Theater Bremen, Brauhaus
15:30 Merci Udo – Die Hommage an Udo Jürgens; Theaterschiff
18:00 Heinrich Heine; Literaturkeller
19:00 Seasons; GOP Variété

Wilhelmshaven

19:00 Sonny Boys; Theater am Meer
19:30 Ingmar Stadelmann; Pumpwerk

Visselhövede

10:00 Kinder machen Theater; Theater Metronom

Wardenburg

19:00 Musik Bingo; DAHMS Wirtschaft

Vortrag

Oldenburg

TIPP 19:00 Tove Jansson und die Welt der Mumin; Landesbibliothek

Politik

Oldenburg

17:00 Sportausschuss; Alte Fleiwa

Markt & Messen

Oldenburg

Oldenburger Kramermarkt 2026; Weser-Ems-Hallen, Freigelände

Mehr Veranstaltungen findet Ihr auf

www.mox-veranstaltungen.de



TagesTipps

19:00_4.10._Pumpwerk, WHV



Simon & Jan

Das derzeit wohl hochdekorierteste Liedermacherduo Deutschlands gibt sich bescheiden wie eh und je. Dabei haben sie erkannt, was die gegenwärtige Welt im Innersten zusammenhält: heiße Luft! (Foto: Veranstalter)

20:00_7.10._Zollhaus, Leer



Lilac Attitude

Die Welt geht den Bach runter, Lilac Attitude blasen das Gummiboot auf, stellen Bier kalt und machen das Beste draus. Aus Riot Grrrl, New Wave und Indie mit viel zu viel Verzerrung erblüht Floral-Punk. (Foto: Lilac Attitude)

19:00_7.10._Landesbibliothek, OL



Tove Jansson und die Welt der Mumin

Barbara Müller (Brake) und Christian Panse (Bremen) nehmen uns auf Einladung der Oldenburgischen Bibliotheksgesellschaft mit auf die Reise in die Welt der Mumin. (Foto: Veranstalter)

fahrpläne

Oldenburg nach Bremen – Leer – Cloppenburg – Wilhelmshaven Verbindungen der Deutsche Bahn AG, NordWest Bahn: Stand 1.1.2026 Prüfen Sie Ihre Verbindung auf fahrplaner.vbn.de oder mit der DB App

OL ⇒ Bremen

ab	an	Zug	Tage
0.05	0.45	RS3	täglich
1.05	1.46	RS3	Mo-Sa
4.04	4.45	RS3	Mo-Fr
4.42	5.10	ICE	täglich
5.04	5.45	RS3	Mo-Fr
5.35	6.07	IC	Mo-Sa
5.49	6.27	RS3	täglich
6.05	6.34	RS30	Mo-Fr
6.35	7.07	RE1	täglich
6.40	7.11	ICE	täglich
6.49	7.31	RS3	täglich
7.05	7.33	RS30	Mo-Sa
7.35	8.07	IC	täglich
7.49	8.23	RS3	täglich
8.05	8.33	RS30	täglich
8.35	9.07	RE1	täglich
8.49	9.23	RS3	täglich
8.58	9.31	RS30	täglich
9.35	10.07	IC	täglich
9.49	10.24	RS3	täglich
10.05	10.39	RS30	täglich
10.35	11.07	RE1	täglich
10.49	11.23	RS3	täglich
11.05	11.39	RS30	täglich
11.35	12.07	IC	täglich
11.49	12.23	RS3	täglich
12.05	12.34	RS30	täglich
12.34	13.07	RE1	täglich
12.49	13.29	RS3	täglich
13.05	13.44	RS30	täglich
13.35	14.05	IC	täglich
13.49	14.29	RS3	täglich
14.05	14.34	RS30	täglich
14.34	15.07	RE1	täglich
14.49	15.29	RS3	täglich
15.05	15.34	RS30	täglich
15.35	16.07	IC	täglich
15.49	16.29	RS3	täglich
16.05	16.34	RS30	täglich
16.35	17.07	RE1	täglich
16.49	17.29	RS3	täglich
17.05	17.34	RS30	täglich
17.35	18.07	IC	täglich
17.49	18.29	RS3	täglich
18.05	18.34	RS30	täglich
18.35	19.07	RE1	täglich
18.49	19.29	RS3	täglich
19.05	19.34	RS30	täglich
19.35	20.07	IC	täglich
19.49	20.29	RS3	täglich
20.05	20.34	RS30	täglich
20.35	21.07	RE1	täglich
20.49	21.29	RS3	täglich
21.05	21.34	RS30	täglich
21.35	22.07	IC	täglich
22.05	22.46	RS3	täglich
22.35	23.07	RE1	täglich
23.05	23.45	RS3	täglich
23.32	00.03	RE1	täglich

Bremen ⇒ OL

ab	an	Zug	Tage
0.13	0.53	RS3	täglich
1.13	2.53	RS3	Mo-Sa
2.13	3.53	RS3	Mo-Sa
4.13	4.53	RS3	Mo-Fr
4.55	5.31	RS1	Mo-Sa
5.13	5.53	RS3	Mo-Sa
5.51	6.23	IC	Mo-Sa
6.13	6.54	RS3	Mo-Sa
6.24	6.53	RS30	Mo-Fr
6.28	7.09	RS3	Mo-Fr

6.51	7.23	RE1	täglich
7.12	7.53	RS3	So
7.24	7.53	RS30	täglich
7.29	8.09	RS3	Mo-Sa
7.51	8.23	IC	täglich
8.24	8.53	RS30	täglich
8.29	9.02	RE	Mo-Fr
8.51	9.23	RE	täglich
9.24	9.53	RS30	täglich
9.29	10.09	RS3	täglich
9.51	10.23	IC	täglich
10.24	10.53	RS30	täglich
10.28	11.02	RS3	täglich
10.51	11.23	RE	täglich
11.24	11.53	RS30	täglich
11.29	12.09	RS3	täglich
11.31	12.23	IC	täglich
12.24	12.53	RS30	täglich
12.29	13.09	RS3	täglich
12.51	13.23	RE1	täglich
13.24	13.53	RS30	täglich
13.29	14.09	RS3	täglich
13.51	14.26	IC	täglich
14.24	14.53	RS30	täglich
14.29	15.09	RS3	täglich
14.51	15.23	RE1	täglich
15.24	15.53	RS30	täglich
15.29	16.09	RS3	täglich
15.51	16.23	IC	täglich
16.24	16.53	RS30	täglich
16.29	17.09	RS3	täglich
16.51	17.27	RE	täglich
17.24	17.53	RS30	täglich
17.29	18.09	RS3	täglich
17.51	18.23	IC	täglich
18.24	18.53	RS30	täglich
18.29	19.09	RS3	täglich
18.51	19.23	RE1	täglich
19.24	19.53	RS30	täglich
19.29	20.09	RS3	täglich
19.51	20.23	IC	täglich
20.09	20.40	IC	So
20.24	20.40	RS30	Mo-Sa
20.29	21.09	RS3	täglich
20.50	21.16	ICE	täglich
20.52	21.27	RE	täglich
21.24	21.53	RS30	täglich
21.29	22.23	RS3	täglich
21.51	23.23	IC	täglich
22.13	22.53	RS3	täglich
22.46	23.17	ICE	täglich
22.51	23.23	RE1	täglich
23.13	23.53	RS3	täglich

OL ⇒ Wilhelmshaven

ab	an	Zug	Tage
0.37	1.21	RE18	Mo
5.38	6.21	RE18	Mo-Sa
6.11	6.51	RS3	Mo-Fr
6.38	7.21	RE18	Mo-Sa
7.11	7.50	RS3	Mo-Fr
7.35	8.20	RE	täglich
8.11	8.50	RS3	Mo-Fr
8.38	9.19	RE18	täglich
9.38	10.19	RE18	täglich
10.11	10.50	RS3	Mo-Sa
10.36	11.19	RE18	täglich
11.36	12.19	RE18	täglich
12.11	12.50	RS3	Mo-Fr
12.36	13.19	RE18	täglich
13.11	13.50	RS3	Mo-Fr
13.36	14.19	RE18	täglich
14.11	14.50	RS3	Mo-Sa
14.36	15.19	RE18	täglich
15.11	15.50	RS3	Mo-Sa

15.36	16.19	RE18	täglich
16.11	16.50	RS3	Mo-Fr
16.36	17.19	RE18	täglich
17.11	17.50	RS3	Mo-Sa
17.36	18.19	RE18	täglich
18.11	18.50	RS3	Mo-Fr
18.36	19.19	RE18	täglich
19.36	20.19	RE18	täglich
20.36	21.19	RE18	täglich
21.36	22.19	RE18	täglich
22.36	23.19	RE18	täglich
23.36	00.19	RE18	Mo-Do

Wilhelmshaven ⇒ OL

ab	an	Zug	Tage
4.40	5.24	RE18	Mo-Sa
5.40	6.24	RE18	Mo-Sa
6.08	6.46	RS3	Mo-Fr
6.40	7.24	RE18	täglich
7.08	7.46	RS3	Mo-Fr
7.40	8.24	RE18	täglich
8.08	8.46	RS3	Mo-Fr
8.40	9.24	RE18	täglich
9.08	9.46	RS3	Mo-Fr
9.40	10.24	RE18	täglich
10.07	10.47	RS3	So
10.40	11.24	RE18	täglich
11.08	11.46	RS3	So
11.40	12.24	RE18	täglich
12.08	12.46	RS3	Mo-Fr
12.40	13.24	RE18	täglich
13.08	13.46	RS3	Mo-Fr
13.40	14.24	RE18	täglich
13.29	14.24	RS3	So
14.08	14.46	RS3	Mo-Fr
14.40	15.24	RE	täglich
15.08	15.46	RS3	Mo-Sa
15.40	16.24	RE	täglich
16.08	16.46	RS3	Mo-Sa
16.40	17.24	RE	täglich
17.08	17.46	RS3	Mo-Fr
17.40	18.24	RE	täglich
18.08	18.46	RS3	Mo-Fr
18.40	19.24	RE18	täglich
19.40	20.24	RE18	täglich
20.40	21.24	RE18	täglich
21.40	22.24	RE18	täglich
23.10	23.54	RE18	täglich

OL ⇒ Leer

ab	an	Zug	Tage
5.33	6.13	RE1	täglich
6.33	7.14	IC	Mo-Sa
7.33	8.13	RE1	täglich
8.33	9.14	IC	täglich
9.33	10.14	RE1	täglich
10.33	11.14	IC	täglich
11.33	12.14	RE1	täglich
12.33	13.14	IC	täglich
13.33	14.14	RE1	täglich
14.33	15.14	IC	täglich
15.33	16.14	RE1	täglich
16.33	17.14	IC	täglich
17.33	18.14	RE1	täglich
18.33	19.14	IC	täglich
19.33	20.14	RE1	täglich
20.33	21.14	IC	täglich
21.33	22.14	RE1	täglich
22.33	23.14	IC	täglich
23.33	00.13	RE1	täglich

Leer ⇒ OL

ab	an	Zug	Tage
4.41	5.23	IC	Mo-Sa

5.41	6.23	RE1	täglich
6.41	7.23	IC	Mo-Sa
7.41	8.23	RE1	täglich
8.41	9.23	IC	täglich
9.41	10.23	RE1	täglich
10.41	11.23	IC	täglich
11.41	12.23	RE1	täglich
12.41	13.31	IC	täglich
13.41	14.23	RE1	täglich
14.41	15.23	IC	täglich
15.41	16.23	RE1	täglich
16.41	17.23	IC	täglich
17.41	18.23	RE1	täglich
18.41	19.23	IC	täglich
19.41	20.23	RE1	täglich
20.41	21.23	IC	täglich
21.41	22.23	RE1	täglich
22.41	23.23	RE1	täglich

OL ⇒ Cloppenburg

ab	an	Zug	Tage
4.01	4.35	RE	Mo-Fr
4.29	5.05	RE	Mo-Fr
5.29	6.05	RE	Mo-Sa
5.59	6.35	RE	Mo-Fr
6.29	6.55	RE	täglich
6.59	7.35	RE	Mo-Fr
7.29	8.05	RE	täglich
8.29	9.05	RE	täglich
9.29	10.05	RE	täglich
10.29	11.05	RE	täglich
11.29	12.05	RE	täglich
12.29	13.05	RE	täglich
13.29	13.35	RE	Mo-Fr
13.29	14.05	RE	täglich
13.59	13.35	RE	Mo-Fr
14.29	15.05	RE	täglich
14.59	14.35	RE	Mo-Fr
15.29	16.05	RE	täglich
16.29	17.05	RE	täglich
17.29	18.05	RE	täglich
18.29	19.05	RE	täglich
19.29	20.05	RE	täglich
20.29	21.05	RE	täglich
21.29	22.05	RE	täglich
22.29	23.05	RE	täglich
23.29	24.05	RE	Mo-Sa

Cloppenburg ⇒ OL

ab	an	Zug	Tage
5.26	6.00	RE	Mo-Sa
5.56	6.23	RE	Mo-Sa
6.26	7.00	RE	Mo-Fr
6.56	7.23	RE	täglich
7.26	8.00	RE	Mo-Fr
7.56	8.23	RE	täglich
8.56	9.23	RE	täglich
9.56	10.23	RE	täglich
10.56	11.23	RE	täglich
11.56	12.23	RE	täglich
12.56	13.23	RE	täglich
13.56	14.23	RE	täglich
14.56	15.23	RE	Mo-Fr
15.56	16.23	RE	täglich
16.56	17.23	RE	täglich
17.26	17.59	RE	Mo-Fr
17.56	18.29	RE	täglich
18.26	18.59	RE	Mo-Fr
18.56	19.29	RE	täglich
19.56	20.29	RE	täglich
20.56	21.29	RE	täglich
21.56	22.29	RE	täglich
22.56	23.29	RE	täglich
23.56	00.29	RE	täglich



Foto: MoX

EINLADUNG ZU DEINER BLUTSPENDE



miteinander.



1 x Blut spenden & 1 x Freund motivieren =



2 x Blut spenden & 2 x Freunde motivieren =



Motiviere deine Freunde zu ihrer ersten Blutspende.
Alle Infos online: blutspende-leben.de/miteinander



Termine +++ Termine +++ Termine +++ Termine +++ Termine

Wilhelmshaven/Friesland

24.09.	Wilhelmshaven	UCI Kino	15:00-19:00
25.09.	Hohenkirchen	Schulzentrum	16:00-20:00
28.09.	Obenstrohe	Feuerwehr	15:30-20:00
30.09.	Wilhelmshaven	UCI Kino	15:00-19:00
02.10.	Wilhelmshaven	Malteser	16:00-20:00
05.10.	Jever	McDonald's	14:00-19:30
06.10.	Varel	Weberei	16:00-20:00
08.10.	Wilhelmshaven	UCI Kino	15:00-19:00
12.10.	Jever	Feuerwehr	16:00-20:00
13.10.	Jever	Feuerwehr	16:00-20:00
16.10.	Sillenstede	Ohmstede-Geb.	16:30-20:00
22.10.	Wilhelmshaven	UCI Kino	15:00-19:00
28.10.	Wilhelmshaven	UCI Kino	15:00-19:00

Ammerland/Wesermarsch

25.09.	Hollriede	Dörphus	16:00-20:00
28.09.	Osterscheps	Grundschule	16:00-20:00
29.09.	Wahnbeek	Grundschule	16:00-20:00
30.09.	Metjendorf	Casa, Markt 1	16:00-20:00
05.10.	Elemendorf	Feuerwehr	16:00-19:00
05.10.	Großenmeer	Eventhaus	17:00-20:00
07.10.	Ovelgönne	König zu Gr.	16:00-20:00
09.10.	Westerstede	Ammerl. Klinik	11:00-16:00
12.10.	Spohle	Feuerwehr	17:00-20:00
13.10.	Halsbek	Grundschule	16:00-20:00
20.10.	Rastede	Schlossp. Hotel	16:00-20:00
26.10.	Querenstede	Gasth. Mühle	16:00-20:00
29.10.	Elsfleth	Stadthalle	16:00-20:00



**Für alle
Blutspender:innen
gibt es
etwas Leckeres!**

www.drk-blutspende.de



**Jetzt Termin
reservieren!**