

## Wieder Spende für Gnadenkirche in Norden

**NORDEN / ELA** - Der niedersächsische Innenminister Uwe Schünemann (CDU) hat gestern in Norden dem Verein „Gnadenkirche Tidofeld“ einen Scheck in Höhe von 10000 Euro überreicht. Es war nicht die erste Spende des Landes. Damit ist die Finanzierung der geplanten Dokumentationsstätte in der Kirche in Höhe von 346000 Euro komplett. Die Ausstellung hat die Integration der Flüchtlinge und Vertriebenen nach dem Zweiten Weltkrieg zum Thema. Schünemann bezeichnete das Konzept als „hervorragend“. In der Dokumentationsstätte soll Geschichte nach 1945 erlebbar gemacht werden. Unter anderem sind mit 70 Zeitzeugen Interviews geführt worden. Kombiniert werden die Filme mit Exponaten.

## Emden feiert Matjestage

**EMDEN** - Rund um den Delft werden am Wochenende wieder die Emdener Matjestage gefeiert. Eröffnet wird das inzwischen nach Besucherzahlen größte Fest in Emden am Freitag, 1. Juni, um 11 Uhr von Oberbürgermeister Bernd Bornemann mit der obligatorischen Matjesprobe. Gefeiert werden soll an allen drei Tagen mit zahlreichen Shantychören mit zusammen 1000 Sängern, die tagsüber auf drei Bühnen in der Innenstadt aufzutreten. Abends spielen Bands Live-Musik. Verbunden sind die Matjestage mit einem Treffen historischer Schiffe. In der Innenstadt wird Volksfeststimmung herrschen. Am Sonntag haben zudem ab 13 Uhr die Geschäfte geöffnet.

### Geschäftliches

Einem Teil unserer heutigen Ausgabe liegen Prospekte der Firmen HAGEBAUMARKT und MULTI-VERBRAUCHERMARKT, Leer, bei. Wir bitten um Beachtung.

## Ostfriesen Zeitung

ZGO Zeitungsgruppe Ostfriesland GmbH  
Maiburger Straße 8, 26789 Leer  
Internet: [www.oz-online.de](http://www.oz-online.de)

Herausgeber und Verlag:  
ZGO Zeitungsgruppe Ostfriesland GmbH  
Geschäftsleitung: Ute de Buhr,  
Robert Dunkmann  
Verantwortlicher Chefredakteur:  
Uwe Heitmann

Chef vom Dienst: Jan Kaymer  
Zentralredaktion: Jochen Brandt,  
Edgar Behrendt, Petra Herterich, Carmen Leonhard, Marion Luppen, Nils Thorweger.  
Bezirksredaktion Leer: Wolfgang Malzahn (Leitung), Carsten Ammermann, Sebastian Bete, Dr. Gerwin Gräfe, Philipp Koenen, Michael Mittmann, Stephan Schmidt.  
Bezirksredaktion Emden-Norden: Dr. Heiner Schröder (Leitung), Tatjana Gettkowski, Fritz Harders, Heidi Janssen, Ute Kabernagel, Michaela Kruse, Heiko Müller, Heike Rohlf-Jacobs.

Bezirksredaktion Aurich-Wittmund: Michael Zabka (Leitung), Monika Bogena, Bernd-Volker Brahmns, Norbert Fiks, Karin Luppen, Kerstin Singer, Manfred Stolle.  
Sport: Georg Lilienthal (Leitung), Til Bettenstedt, Günther Czempel, Horst Kruse, Sören Siemens.

Überregionales: Rolf Seelheim, Oldenburg  
Online-Redaktion: Timo Sager  
Verantwortlich für Anzeigen: Uwe Boden  
Bezugspreis monatlich 26,90 Euro, (Postzustellung außerhalb des Verbreitungsgebietes 28,40 Euro), einschl. Botenlohn und 7% MwSt.

Druck: WE-Druck GmbH & Co. KG, 26125 Oldenburg

Bei höherer Gewalt (Störung des Arbeitsfriedens, der Zeitungsherstellung, des Zustelldienstes) besteht kein Anspruch auf Lieferung der Zeitung bzw. Rückzahlung des Bezugsbetrags und kein Entschädigungsanspruch. Abbestellungen können nur zum Monatsende ausgesprochen werden und müssen bis zum 10. des laufenden Monats im Verlag schriftlich vorliegen. Keine Gewähr für unverlangt eingesandte oder abgegebene Manuskripte, Filme und Fotos. Rücksendung nur, wenn Porto beiliegt. Alle Nachrichten werden nach bestem Wissen, aber ohne Gewähr veröffentlicht.  
ZGO-Anzeigenpreisliste Nr. 45 vom 1. Januar 2012.

**Kontakt:**  
Anzeigen und Abonnements  
Tel.: 0491 9790100 Fax: 0491 9790202  
Mail: [anzeigen@oz-online.de](mailto:anzeigen@oz-online.de)  
[vertrieb@oz-online.de](mailto:vertrieb@oz-online.de)  
**Redaktion**  
Tel.: 0491 9790172 Fax: 0491 9790201  
Mail: [redaktion@oz-online.de](mailto:redaktion@oz-online.de)

# Gleich zwei Siegerstuten gekürt

**TIERE** Zentrale Zuchtschau in Timmel / Die Qualität der Pferde überzeugt

Die Experten waren begeistert. „Weiter so, Ostfriesland“, sagte der Geschäftsführer des Hannoveraner Verbandes.

VON KARSTEN GLEICH

**TIMMEL** - Die Zentrale Stutenschau des Pferdezuchtvereins Ostfriesland im Hannoveraner Verband gilt als Schaufenster der Pferdezucht. Was die Zuschauer am vergangenen Sonnabend in Timmel zu sehen bekamen war so gut, dass kurzerhand zwei Siegerstuten gekürt wurden. „Die Springpferdezucht, vor einigen Jahren noch ein Sorgenkind der Ostfriesen, ist inzwischen in der Region so gut geworden, das wir uns kurzerhand entschlossen haben, eine Siegerstute der dressurbetonten Pferde und eine Siegerstute der springbetont gezüchteten Pferde zu küren“, sagt Vereinsvorsitzender Wilhelm de Vries nach der Schau.

Siegerstute der dressurbetont gezüchteten Stuten wurde „Despira“, eine Tochter des Hengstes „Desperados“ aus einer „Jungle Prince“-Mutter, die auf mütterlicher Seite auf den Vollblüter „Jet Stream xx“ zurückgeht. Züchterin und Besitzerin der Fuchsstute ist Gisela Meyer aus Bunderhee.

Den neu eingeführten Titel „Siegerstute der springbetont gezüchteten Pferde“ erhielt die holsteinisch gezogene Stute mit Hannoveraner Brand „Cordana“. Die „Contendro I“-Tochter aus einer „Lordanos“-Mutter wurde von Gerd Janssen aus Neuschoo gezüchtet und ist im



Die Siegerstute Dressur wurde „Despira“. BILDER: GLEICH

Besitz von Dirk und Marlies Visscher aus Leer. Das erfolgreiche Berufsreiterpaar stellte auch die beste zweijährige Stute der Schau. Die „Quintender“-Tochter aus einer „Chasseur“-Mutter wurde

von Helmut Siefkes aus Holtland gezogen und steht im Stall des Ehepaares Visscher.

Der Zuchtleiter und Geschäftsführer des Hannoveraner Verbandes, Dr. Werner Schade, war begeistert von der Qualität der Stuten. „Das letzte Mal war ich 2010 auf der Stutenschau in Ostfriesland und habe die Qualität der gezeigten Stuten damals bemängelt. In diesem Jahr kann ich nur sagen: Weiter so, Ostfriesland.“ Neben der Wahl der Siegerstuten war die Schauklasse der Familien ein weiterer Höhepunkt. In diesem Wettbewerb treten Gruppen aus drei Töchtern einer Stute, einer Stute mit zwei Töchtern oder Großmutter, Mutter und Tochter gegeneinander an. Gewonnen hat in diesem Jahr die Familie aus dem Stall der



„Cordana“ ist zur Siegerstute Springen gekürt worden.

### Klassensiegerinnen

**Siegerstute Dressur:** „Desperados“-Stute von Gisela Meyer aus Bunderhee.

**Siegerstute Springen:** „Contendro“-Stute von Marlies und Dirk Visscher aus Leer.

**Siegerstute der zweijährigen Stuten:** „Quintender“-Stute von Marlies und Dirk Visscher aus Leer.

**Siegerin Klasse 1:** „Quintender“-Stute von Marlies und Dirk Visscher aus Leer.

**Siegerin Klasse 2:** „Bentley“-Stute von Lothar Ackermann aus Aurich.

**Siegerin Klasse 3:** „Florenco“-Stute von Gerhard Dirks aus Friedeburg.

**Siegerin Klasse 4:** „Fürst Romancier“-Stute von Jörn Wedermann, Wangerland.

**Siegerin Klasse 5:** „Herzendsieb“-Stute von Louisa Wedermann aus dem Wangerland.

**Siegerin Klasse 6:** „Contendro“-Stute von Marlies und Dirk Visscher aus Leer.

**Siegerin Klasse 7:** „Londontime“-Stute von Gabriele und Joachim Nanninga aus Westerwälderde.

**Siegerin Klasse 8:** „Fürst Nymphenburg“-Stute von Dr. Marc Thronton aus dem Wangerland.

**Siegerin in der Klasse 9:** „Cosinhus“-Stute von Christian de Riese aus Filsum.

Zuchtgemeinschaft Broers & Weber aus Aurich. Platz zwei ging an die Familie aus dem Stall von Carla Beckmann-Ihnen aus Emden, Platz drei an die Familie aus dem Stall von Insa ter Haseborg aus Filsum und Platz vier an die Familie der Zuchtgemeinschaft Pudenz & Frühling, Großefehn.

# Ein dauerhaftes Verbot macht Schokolade nur attraktiver

**OZ-SERIE (7)** Ernährungsberaterin Ute Krüger gibt Tipps für eine gesunde und ausgewogene Ernährung

Der Frühling motiviert viele Ostfriesen, sich wieder sportlich zu betätigen. Doch für welche Sportart soll man sich als Neu- oder Wiedereinsteiger entscheiden? Die OZ gibt in ihrer Serie Anregungen. Heute: Ernährung.

VON FRANZISKA LAUBE

**LEER** - Ob Mannschaftssportler oder Einzelkämpfer, Aerobic oder Fitness – wer körperlich fitter werden möchte, muss auch auf seine Ernährung achten. „Wichtig ist bei Sportlern, dass sie ausreichend Kohlenhydrate zu sich nehmen“, sagt Diätassistentin Ute Krüger vom Klinikum Leer. Denn nur durch kohlenhydrathaltige Lebensmittel wie Vollkornprodukte würden die Energiereserven



der Sportler aufgefüllt und eine optimale körperliche Leistung ermöglicht. Doch nicht nur für Sportler, auch bei einer Diät spielen die Kohlenhydrate eine wichtige Rolle. „Gerade Obst und Gemüse enthalten neben den Kohlenhydraten viele wichtige Vitamine und Mineralstoffe, die auch den Stoffwechsel ankurbeln“, so Krüger. Sie empfiehlt, deswegen nur am Abend auf den Energielieferanten zu verzichten.

Die fehlenden Vitamine und Mineralien einfach

durch Nahrungsergänzungsmittel zu ersetzen, hält die Diätassistentin dagegen nur in Ausnahmefällen für sinnvoll. „Normalerweise bekommt der Körper alle benötigten Nährstoffe aus unseren alltäglichen Lebensmitteln“, sagt Krüger. Nur Schwangere oder Leistungssportler würden die zusätzlichen Nährstoffe benötigen. Als Problem sieht die Ernährungsberaterin aber, dass sich immer mehr



Ernährungsberaterin Ute Krüger BILD: LAUBE

Menschen ungesund ernähren und auf Vollkorn, Obst und Gemüse verzichten. „Häufig versuchen diese Leute dann, ihr schlechtes Essverhalten durch künstliche

## Tüte mit Haschisch flog ins Gras

**BUNDE** - Beamte des Hauptzollamts Oldenburg (Kontrollinheit Emden) haben am Montagabend gegen 22 Uhr einen 45-jährigen Radfahrer gestoppt und Haschisch bei ihm entdeckt. Wie der Zoll gestern mitteilte, war der Mann auf dem Radwanderweg bei Bunde unterwegs, als er den Zöllnern auffiel. Die Haltezeichen der Beamten ignorierte der Mann und trat stattdessen in die Pedale. „Bevor die Zöllner den Mann stoppen konnten, flog der offensichtlich Grund seiner Flucht im weiten Bogen ins hohe Gras“, so die Beamten. Offenbar war Rauschgift im Spiel, was der darauf angesprochene Mann jedoch zunächst vehement abstrikt. Kurzerhand wurde ein Rauschgiftspürhund eingesetzt. Der fand nach kurzem Schnüffeln eine Tüte mit 52 Gramm Haschisch. Es wurde ein Strafverfahren eingeleitet.

## Innovationspreis: Bewerbungen bis 30. Juni möglich

**OSTFRIESLAND** - Noch bis zum 30. Juni können sich Handwerksbetriebe aus dem Bezirk der Handwerkskammer für Ostfriesland um den Innovationspreis des Niedersächsischen Handwerks bewerben. Der Preis ist mit 10000 Euro dotiert, 7000 Euro erhält der Gewinner. Ziel der in Hannover ansässigen Karl-Möller-Stiftung ist es, die Forschung und Entwicklung im Handwerk zu fördern. Ausgezeichnet werden Handwerksbetriebe, die neuartige Verfahren oder Produkte entwickelt haben. Bewertungskriterien sind neben der Funktionsfähigkeit, der Schwierigkeitsgrad, die wirtschaftliche Bedeutung und die Fertigungstechnik. Am 21. November wird der Innovationspreis in Hannover überreicht. Die letzte Ausschreibung gewann Christoph Wenk von der CW-Tec GmbH in Hage 2010 für die Innovation „Knotenaggregat für Doppelkammertebeutel“. Über die Teilnahmebedingungen informiert Dirk Peters, 049 41 / 179763. Die Bewerbungsunterlagen gibt es im Internet unter [www.karlmollerstiftung.de](http://www.karlmollerstiftung.de).

Präparate auszugleichen“, so Krüger. Doch das sei kein ausreichender Ersatz.

Wenn man sich insgesamt gesund ernährt, dürfen hingegen auch kleine Sünden wie Schokolade gelegentlich auf dem Speiseplan stehen. „Gerade Hobbysportler, die abnehmen wollen, verbieten sich oft die kleinen Leckereien“, so Krüger. Aber ein dauerhaftes Verbot sei nur schwer einzuhalten und mache Schokolade nur noch attraktiver. Besser sei ihrer Meinung nach, die Süßigkeiten mit einer extra Runde Sport auszugleichen.

➔ Mit dieser Folge endet die OZ-Serie „Fit in den Frühling“.

Ein Video zu diesem Thema gibt es im Internet unter: [www.oz-online.de](http://www.oz-online.de)