

## Dies &amp; Das

## ■ Cornwalls Häfen

Der nächste öffentliche Stammtisch des Vereins der Freunde Cornwalls findet am Mittwoch, 14. Oktober, um 19.30 Uhr – die künftige neue Anfangszeit – im Restaurant Delphi, Cloppenburg Straße 24, statt. Das Thema: Cornwalls Häfen. Gäste sind willkommen.

## ■ Tuinapraktik

Am Freitag, 16. Oktober, findet um 18 Uhr in den Räumen für angewandte Gesundheitswissenschaften, Steinweg 2-4, ein kostenfreier Vortrag zum Thema „Tuinapraktik“ (Massageform aus der klassischen chinesischen Medizin, verbunden mit westlichen Wissenschaften). Tuinapraktik fördert die Durchblutung, stärkt das Abwehrsystem, verbessert die Funktion der Organe, sorgt für mehr Beweglichkeit und guten Schlaf.



**FÜNFMAL EINE FREIKARTE** Horror Picture Show der Superlative dargeboten. Präsentiert wird die Show im VPT-typischen Comic- und Komödien-Style. Wer eine Freikarte gewinnen möchte, sendet bis Dienstag, 13. Oktober, 18 Uhr, eine E-Mail mit dem Stichwort: Sinclair an

verlosung@sonntagszeitung.net. Karten im Vorverkauf gibt es an allen bekannten Vorverkaufsstellen, telefonisch unter 0180/5040300 (0,14 Euro/Min.) sowie im Internet unter [www.mitunskannmanreden.de](http://www.mitunskannmanreden.de).

Foto: mitunskannmanreden

## Häusliche Gewalt

## Präventionsrat startet Kampagne

OLDENBURG/am. Körperliche, sexuelle und psychische Gewalt in der Partnerschaft oder der Ehe erfährt in Deutschland bereits jede vierte Frau. Deshalb nimmt der Präventionsrat Oldenburg (PRO) sich nun dieses Themas mit einer Kampagne gegen „Häusliche Gewalt“ an.

Am Montag, 12. Oktober, wird um 16 Uhr die Ausstellung „Rosenstraße 76“ eröffnet: eine ganz normale Dreizimmerwohnung, die exemplarisch Räume zeigt, in denen Gewalt zu Hause ist. Die Ausstellung ist vom 13. bis zum 17. und vom 19. bis zum 24. Oktober jeweils von 10 bis 17 Uhr im Famila Einkaufsland Wechloy, 1. Stock, geöffnet. Der Eintritt ist frei.

Außerdem zeigt der Präventionsrat am Montag, 26. Oktober, den Film „Gegen die Wand“. „Pigs will fly“ läuft am Montag, 30. November. Die Vorstellungen finden im Cine-maxx, Stau 79, jeweils um 19.30 Uhr statt. Es wird ein Eintritt erhoben. Nach den Vorführungen gibt es Gelegenheit

zur Diskussion. Ebenfalls um häusliche Gewalt dreht sich der 5. Oldenburger Präventionstag, der am 25. November von 10 bis 16 Uhr im Kulturzentrum PFL stattfindet. Anmeldungen sind erforderlich. Nähere Auskünfte gibt es unter der Rufnummer des PRO-Büros 235-3611.

Zusätzliche Veranstaltungen bietet die Ev.-luth. Kirchengemeinde Oldenburg, an den Sonntagen 4. Oktober, 1. November, und 6. Dezember, mit einer Predigtreihe zu dem Thema in der Garnisonkirche, Peterstraße 41, jeweils 18 Uhr. Uwe Schumacher, Leiter der Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstelle, Oldenburg, spricht am 3. November, 20 Uhr, zur „Gewalt in der Beziehung - aus heiterem Himmel“. Er hält den Vortrag in der Forumskirche St. Peter, Peterstraße 20, um 20 Uhr (Katholisches Forum St. Peter). Auch die Evangelische Familienbildungsstätte wird das Thema in verschiedenen Veranstaltungen aufgreifen.

Anzeige

# 100 Teilnehmer für Bauchkiller-Studie gesucht

## OLDENBURG TESTET NEUHEIT

„Bis zu zwei Kleidergrößen schlanker in nur vier Wochen!“ Das versprechen die Studienergebnisse des Instituts für medizinische und sportwissenschaftliche Beratung (IMSB) in Wien. Erzielt werden diese Ergebnisse mit dem Slim Belly®. Von der Wirkung haben sich bereits Tausende Menschen in Deutschland, Österreich und der Schweiz überzeugt. Die Oldenburger haben jetzt die Möglichkeit den Bauchkiller im Rahmen einer regionalen Studie zu testen.

## DER IMPULS FITNESSCLUB IST FÜR DIE DUCHFÜHRUNG LIZENZIERT

Als einer von ca. 250 Fitness- und Gesundheitsclubs wurde das Impuls in Oldenburg für die Durchführung des Programms ausgewählt. „Das Programm richtet sich an alle Menschen zwischen 16 und 66 Jahren, die ihr Körperfett und ihren Bauchumfang innerhalb kurzer Zeit deutlich verringern wollen,“ sagen Daniela Thümler und Kerstin Bokelmann vom Impuls Fitnessclub. Durchschnittlich wurden bisher 6,5 cm weniger Bauchumfang in nur vier Wochen erzielt (mindestens 2,5 cm bis maximal 23,5

cm). Auch ein straffereres Gewebe und ein verbessertes Hautbild sollen mit dem revolutionären Bauchkiller gelingen. Durch eine raffinierte Wecheldrucktechnik wird die Durchblutung im Bauchbereich angeregt. Die Umfangsreduktion findet dadurch genau dort statt, wo es gewünscht wird: Im Bauch- und Hüftbereich!

## BEGRENZTE TEILNEHMERZAHL

Die Studie läuft über vier Wochen mit

drei Einheiten pro Woche à 30-40 Minuten. Die Gebühr beträgt 19,90 Euro pro Woche. Die Teilnehmerzahl ist auf 100 Personen begrenzt. Wer also kurzfristig seine Figur in Form bringen will, der sollte sich beeilen. **Anmeldeschluss ist der 23. Oktober 2009. Anmeldung und weitere Informationen ab Montag 8 Uhr im Impuls Fitnessclub unter 0441/2094891.**

# Tschüss Bauch!



Mit dem revolutionären Slim Belly® werden Sie in vier Wochen um bis zu zwei Kleidergrößen schlanker! Fett verbrennen, Bauchumfang reduzieren, Gewebe straffen und das Hautbild verbessern – all das gelingt mit dem neuen Bauchkiller-Konzept Slim Belly®.

Von der Wirkung des Slim Belly® haben sich bereits Tausende Menschen in Deutschland, Österreich und der Schweiz überzeugt. Um den Bauchkiller nochmals auf Herz und Nieren zu prüfen, nehmen wir an einer landesweiten Studie teil.

Die Studie läuft über 4 Wochen mit 3 Einheiten pro Woche à 30-40 Minuten. Teilnehmen können Frauen und Männer im Alter von 16 bis 66 Jahren.

Teilnahmegebühr: 19,90 Euro pro Woche. Begrenzte Teilnehmerzahl.

Anmeldeschluss: **23.10.2009**

Ab Montag 8 Uhr anmelden unter Telefon: **04 41-2 09 48 91**

**impuls**  
FITNESS-CLUB ... hier bin ich richtig.

Bremer Heerstr. 424  
26135 Oldenburg  
[www.impuls-fitness-ol.de](http://www.impuls-fitness-ol.de)

## Medaille für Historiker



IN ANERKENNUNG seiner außerordentlichen Verdienste um die Erforschung des Heidewalls in Oldenburg überreichte am Mittwoch Oberbürgermeister Gerhard Schwandner (l.) dem Historiker

Martin Teller die Karl-Jaspers-Medaille der Stadt Oldenburg. Schwandner betonte dabei, dass der Fund des Heidewalls wertvoll für die Stadt und ihre Menschen sei.

Foto: F. Blech

## Richtigkeit überprüfen

### Lohnsteuerkarten werden verschickt

OLDENBURG. In diesen Tagen werden von der Stadt Oldenburg die Lohnsteuerkarten für das Jahr 2010 versandt. Bevor die Karten an die Arbeitgeber weitergereicht werden, sollten die Eintragungen auf den Karten in jedem Falle auf Richtigkeit überprüft werden. Wer eine Lohnsteuerkarte für 2010 benötigt, diese aber bis zum 7. November nicht erhalten hat, sollte sich bis Mittwoch, 30. Dezember, beim Bürgerbüro Mitte melden. Die Karte wird bis Jahresende kostenfrei neu ausgestellt. Ab 1. Januar 2010 ist eine Gebühr von fünf Euro zu entrichten.

Für Änderungsanträge ist das Finanzamt zuständig, wenn Kinder über 18 Jahre, höhere Werbungskosten, Sonderausgaben oder

außergewöhnliche Belastungen, Freibeträge wegen Schwerbehinderung sowie Verluste bei den Einkünften aus Vermietung und Verpachtung auf der Karte eingetragen werden sollen.

In den übrigen Fällen helfen die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in den Bürgerbüros Mitte, Pferdemarkt 14, und Nord, Stiller Weg 10, weiter. Dabei ist in jedem Fall die Lohnsteuerkarte vorzulegen. Wenn Ehegatten einen Steuerklassenwechsel wünschen, müssen beide Karten vorgelegt werden. Telefonische Auskünfte erteilt auch das ServiceCenter unter 235-4444.

Die Öffnungszeiten der Bürgerbüros sind montags bis mittwochs 8 bis 15.30 Uhr, donnerstags 8 bis 18 Uhr und freitags 8 bis 12 Uhr.