

Draußen 2019

Die besten Ausflugsziele und
Freizeittipps, ausgewählte Biergärten,
Cafés und Restaurants in der Region.

Foto: Ingrid / AdobeStock



Eine Sonder-
veröffentlichung von

DIE HARKE

Medienhaus



Fruchthof
Graue

*Natürlich
& gut!*



Erdbeeren

zum Selberpflücken **ab Mitte Juni**

Fruchtig genießen

Bei uns im Hofcafé: leckerer Erdbeerkuchen,
Eis und Waffeln mit Erdbeeren, Erdbeer-Shakes,
Joghurtbecher und vieles mehr!

ab 11. Mai bis Mitte August

Sa./So. 14 bis 18 Uhr

Hofladen

Hausgemachte Spezialitäten wie Säfte,
Suppen, Fruchtaufstriche, Wurstwaren,
Eier, Früchte und Gemüse der Saison

ab Mitte Mai

Mo. bis So. 8 bis 18 Uhr



Ab Juni

Matjessessen mit Frühkartoffeln

Sa. und So. ab 11.30 bis 14 Uhr



Bötheler Straße 2 · 31592 Stolzenau · Tel.: 0 57 61 - 27 31

www.hof-graue.de

 /hofgraue



Draußen genießen

Oft sind gar keine langen Reisen nötig, um eine gute Zeit zu verbringen. Speziell wenn das Wetter nach draußen lockt, bieten sich im Landkreis Nienburg und umzu unzählige Möglichkeiten, um die Freizeit gemeinsam zu verbringen.

Parks, Kulturveranstaltungen, Feste und Gastronomie – auch diese zweite Ausgabe von „Draußen“ für die Region bietet viele Anregungen und Ideen, um etwas zu unternehmen und so Schönes, Spannendes und Leckeres in der Region kennenzulernen oder wiederzuentdecken.

Auf den folgenden Seiten finden Sie, liebe Leserinnen und Leser, Tipps für Restaurants, Biergärten, Cafés sowie verschiedene Ausflugsziele und außerdem nützliche Tipps für die kommenden Monate.

Also: Ab nach draußen!



IMPRESSUM

Anzeigensonderveröffentlichung
des Verlags „DIE HARKE“,
An der Stadtgrenze 2,
31582 Nienburg,
Tel. (0 50 21) 9 66-0,
www.dieharke.de
Redaktion: Nikias Schmidetzki

Konzept + Redaktion in Teilen:
J.C.C. Bruns Online +
Service GmbH & Co. KG,
Bruns Medien-Service,
Obermarktstraße 26 – 30,
32423 Minden, Tel. (05 71) 88 20,
www.brunsmedienservice.de

Fotos: HARKE-Archiv, pr,
AdobeStock

Druckerei: J. C. C. Bruns Druckwelt,
Minden

Inhaltsverzeichnis

Früchtehof Graue	2
Einleitung	3
Inhaltsverzeichnis	4 – 5
FFO Nienburg & Restaurant am Waldbad, Steimbke	6
Ponyhof Hagedorn & Der Frischehof	7
Deutscher Eisenbahn-Verein & Radfahr- und Wandergebiet Bruchhausen-Vilsen	8
Urlaub vor der Haustür	9
Mit dem Boot unterwegs	10
Gasthaus am Hafen und Bootsverleih & Café und Bistro Lespresso	11
Spargelhof Winkelmann	12
Bistro Maximilian & Energie-Entdecker-Route	13
Leckeres Eis	14
Paintball in Leese	15
Die perfekte Radtour	16
Gute Wahl beim guten Tropfen & Weinhaus	17
Wenn es Ärger gibt im Paradies	18
Baba's & Der Fresenhof	19
Bickbeernhof Brokeloh	20
SpeicherKaffee Marklohe & Schau- und Lehrgarten	21
Hof Röhrkasten/Restaurant am Bürgerwald & Hotel Sandkrug, Estorf	22

Raths-Keller Rehburg	23
Bäder in Rehburg-Loccum & vln-Nienburg	24
Historische Kuranlage Romantik Bad Rehburg & Polizeimuseum Niedersachsen	25
Kletterwald und Hochseilgarten	26
Flotte Weser	27
Kinder mit einbeziehen	28
Hof Nuttelmann	29
Pottkieker Landesbergen & Heringsfängermuseum Heimsen	30
Früchtehof Schindler	31
Sommer – Zeit zum Grillen	32
Herrenhäuser Gärten & Uchter Moorbahn	33
Per Fähre über den Fluss	34
Erlebnisastronomie – Spargelhof Thiermann	35
Picknick im Sommer	36
Culinario Steimbke	37
Steinhuder Meer – Niedersachsens größter Binnensee	38
Mittelweser-Touristik GmbH	39
Trendsport Slacklines	40
Früchte frisch vom Feld	41
Nienburger Kulturwerk	43
Restaurant Casa Mexicana	44



Bauerngolf®

- Betriebsausflüge
- Golfen und Grillen
- Kindergeburtstage
- Sommerfeste

Hof Claus
 Holter Straße 65 • 31613 Wietzen
 Tel.: 05022-363 • www.hof-claus.de



Fass Füll Organ

Ob zur Radlerpause oder als Zwischenstopp bei der Stadterkundung – das „FFO“, im Herzen der Nienburger Altstadt gelegen, lädt alle durstigen Ausflügler zum Vorbeischaun ein. Mit Blick auf die Nienburger Martinskirche lässt sich hier nicht nur im malerischen Biergarten herrlich entspannen. Im Angebot sind unter anderem verschiedene Bierspezialitäten, ausgewählte Weine aus der Pfalz und diverse alkoholfreie Getränke. Das Fass Füll Organ ist montags, dienstags und donnerstags ausschließlich abends, mittwochs und freitags zusätzlich abends und am Wochenende ganztägig geöffnet. Auch im Innenraum sind Raucher herzlich willkommen. Die Inhaberin Ulla Kirchhoff und ihr Service-Team freuen sich auf Ihren Besuch!

Hakenstr. 6, 31582 Nienburg
Tel. 0 15 20 / 2 60 67 33



Bleiben und Verweilen im Restaurant am Waldbad

Tagsüber baden im Naturbad und abends in geselliger Runde mit Freunden essen und bowlen. Es stehen reichlich kostenlose Parkplätze sowie Wohnmobilstellplätze zur Verfügung.

Wir sind einen Besuch wert, weil:

- » wir besonders familienfreundlich sind
- » wir uns in der Nähe von Naturfreibad und kostenlosen Parkplätzen befinden

Das bieten wir an:

- köstliches Speisenangebot deutsch-kroatischer Küche
- argentinisches Rindfleisch
- Feierlichkeiten bis zu 100 Personen
- Sonnenterrasse
- selbst gemachte Kuchen und Torten

Unsere Besonderheiten:

- Neben unserem gastronomischen Angebot bieten wir Freizeitspaß auf unserer neuen Bowlingbahn und im direkt anliegenden Naturfreibad.

Kontakt:

Klostergarten 2
31634 Steimbke
Tel. (0 50 26) 9 00 77 33 oder
01 71 / 4 76 82 43

Öffnungszeiten:

Di. bis Fr. 17 bis 22 Uhr,
Sa. + So. 11.30 bis 22 Uhr

restaurantwaldbad@outlook.de
www.restaurantwaldbad.com





Ponyhof Hagedorn

Der Ponyhof Hagedorn ist ein Familienbetrieb in Lichtenhorst und bietet hauptsächlich Reiterferien für Kinder von 6 bis 15 Jahren an.

Weitere Programme sind Kindergeburtstagsfeiern, Fahrten für Kindertagesstätten und Schulen sowie Familienausflüge **immer nach vorheriger Anmeldung**.

Wir sind einen Besuch wert, weil:

- » wir besonders familienfreundlich sind
- » man bei uns viel Spaß haben kann
- » wir ein Kinderparadies sind
- » es hier viele Streichtiere gibt

Das bieten wir an:

- Reiterferien für Kinder ab sechs Jahren
- Kindergeburtstage
- Kita-Ausflüge
- Klassenfahrten mit besonderem Programm
- Ponyreiten nach Absprache
- Schnupperwochenenden

Unsere Besonderheiten:

- großer Abenteuer-spielplatz
- überdachte Hüpfburg
- Streichelwiese mit vielen Tieren
- viele Go-Karts und Roller
- Fußballplatz
- Beachvolleyball

Kontakt: Am Walde 4
31634 Steimbke OT Lichtenhorst
Tel. (0 5165) 23 72

www.ponyhof-hagedorn.de



Ponyhof Hagedorn



Der Frischehof

Ganz viele regionale Produkte, zur Saison frischen Spargel und Erdbeeren, bietet der Frischehof in Erichshagen-Wölpe. Einen Besuch wert ist er, weil er kunden- und besonders familienfreundlich ist, angepasste Öffnungszeiten und ein nettes Ambiente hat. Es ist einfach ein tolles Einkaufserlebnis auf dem Frischehof.

Öffnungszeiten sind montags und dienstags, donnerstags, freitags und samstags von 8 bis 15 Uhr, mittwochs von 8 bis 13 Uhr sowie an Sonn- und Feiertagen von 8 bis 14 Uhr.

Kontakt: Der Frischehof
Celler Straße 114
31582 Nienburg
(Erichshagen-Wölpe)
Tel. (0 50 21) 6 35 64

www.frischehof-nienburg.de



Schöne Gegend, viel Programm

Die Umgebung von Bruchhausen-Vilsen gilt als eines der lohnendsten Wandergebiete im Umland von Bremen. Auch Radfahrer kommen in dieser eindrucksvollen und abwechslungsreichen Landschaft auf ihre Kosten. Ausgewiesene und gut beschilderte Radfahrstrecken führen durch die Samtgemeinde. Besuche lohnen sich beim Wassererlebnisspielplatz und auf dem Waldspielplatz Heiligenberg sowie dem Erholungsgebiet und der Ringwallanlage Heiligenberg, im Automobilmuseum in Asendorf und bei den Wind- und Wassermühlen. Außerdem gibt es ein buntes Programm an Gästeführungen und zahlreiche Veranstaltungen wie Musik im Park, Sonntagskonzerte und Kunst im Park.

www.bruchhausen-vilsen.de



Die „Erste Museums- Eisenbahn Deutschlands“

Fahrende Dampfloks sowie Triebwagen und Dieselloks beeindruckten auf einer historischen, 100 Jahre alten, acht Kilometer langen Schmalspur-Strecke. Besichtigung des einzigartigen Fahrzeugparks mit fast 100 schmal- und normalspurigen Fahrzeugen, qualifizierte Führungen durch die Fahrzeughalle und zahlreiche Sonderveranstaltungen laden Sie auf eine Reise in das vergangene Jahrhundert ein.

Wir sind einen Besuch wert, weil:

- » wir besonders familienfreundlich sind
- » man bei uns viel Spaß haben kann
- » wir uns in der Nähe vom Wassererlebnisspielplatz befinden
- » die Umgebung als eines der lohnendsten Wandergebiete im Umland von Bremen gilt

Das bieten wir an:

- Luftkurort inmitten grüner Hügel am Rande der hohen Geest
- schön gestalteter historischer Ortskern
- im Zentrum abwechslungsreiche Gastronomie mit Bistros, Kneipen, Cafés und Geschäften

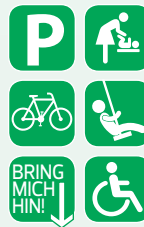
Unsere

Besonderheiten:

- Fahrten mit der ersten Museums-Eisenbahn Deutschlands vom 1. Mai bis 3. Oktober an Samstagen sowie an Sonn- und Feiertagen
- zahlreiche Sonderveranstaltungen
- Fahrten mit dem historischen Triebwagen „Kaffkieker“

Kontakt: Deutscher Eisenbahn-Verein
Bahnhof 1
27305 Bruchhausen-Vilsen
Tel. (0 42 52) 9 30 00

info@museumseisenbahn.de
www.museumseisenbahn.de



Deutscher Eisenbahn-Verein e. V.



Urlaub vor der Haustür

Bei knappem Budget und wenig Zeit kann auch ein Kurzurlaub vor der Haustür Entspannung bieten, zum Beispiel auf einem der zahlreichen regionalen Campingplätze. Denn die Zeiten, in denen Camping-Urlaub mit Entbehrung gleichgesetzt wurde, sind längst vorbei: Wasser- und Stromanschlüsse sind mittlerweile Standard, viele Campingplätze stellen den Gästen auch Waschmaschine und Trockner zur Verfügung. Wer keinen eigenen Wohnwagen besitzt, kann oft vor Ort einen mieten – Vorzelt und Gartenmöbel inklusive. Zudem liegen die Plätze meist idyllisch umgeben von einer wunderschönen Naturlandschaft, oft direkt an Seen oder Flüssen, sodass neben dem Schwimmen auch andere Aktivitäten wie Wasserski, Kanu- oder Bootstouren möglich sind.

Daneben stellen die Campingplatz-Betreiber oft auch Veranstaltungen auf die Beine und können Ausflugsziele in der näheren Umgebung empfehlen. Nicht zuletzt fasziniert Camper immer wieder die tolle Gemeinschaft: Gemeinsame Grillabende, tolle Gespräche und nette Leute aus vielen verschiedenen Regionen machen Camping zu einem Urlaubserlebnis der anderen Art.



Mit dem Boot unterwegs

Ein Bootsausflug mit Kajak, Ruderboot und Co.



Foto: Aok Mediendienst Paddeln

Im Sommer bieten sich Ausflüge im Grünen bei schönem Wetter an. An vielen Seen gibt es die Möglichkeit, ein Kajak oder Ruderboot für einige Stunden oder den ganzen Tag zu mieten. Ein Kajak ist ein Paddelboot, in dem ein bis zwei Personen in speziellen Sitzöffnungen Platz finden können.

Das Boot wird mit einem Doppelpaddel bewegt, welches abwechselnd in das Wasser eingetaucht wird. Ein Kanadier ist ein Bootstyp, in dem sich kniend mit einem einfachen Stechpaddel fortbewegt wird.

Ruderboote gibt es in unterschiedlichen Größen, sodass bis zu acht Personen rudern können. Im Gegensatz zu den Paddelbooten befindet sich der Ruderer entgegen der Fahrtrichtung.

Eine weitere Möglichkeit ist die Ausleihe eines Tretboots. Dieser Bootstyp wird mithilfe einer Pedale mit den Füßen angetrieben. Jede Bootsvariante hat seine Vor- und Nachteile. Ein professioneller Bootsverleih berät die Kunden und kann empfehlen welches Boot sich am besten für einen Ausflug eignet.

Dies ist beispielsweise abhängig von der Personenanzahl und den jeweiligen Vorkenntnissen der Personen. Für einen mehrstündigen Bootsausflug sollte an wasserfeste Kleidung gedacht werden. Es ist möglich, spezielle Wasserschuhe auszuleihen, da es innerhalb des Bootes nass werden kann.

Aus Sicherheitsgründen ist es zudem verpflichtend, Rettungswesten zu tragen, um bei einem etwaigen Umkippen des Bootes gesichert zu sein. Insbesondere für Kinder, die noch nicht schwimmen können, sind diese Westen wichtig.

lps/Jm



Gasthaus am Hafen und Bootsverleih

Egal, ob Gäste sich eine kleine Pause nach dem Radwandern oder Spaziergang gönnen, mit Freunden bei einem leckeren Essen und mit einem guten Tropfen Wein philosophieren möchten oder mit Verein oder Kollegen einen geselligen Abend verbringen wollen – im Nienburger Gasthaus am Hafen bietet sich die Möglichkeit.

Zu der Bootssaison hat außerdem der Bootshandel und -verleih „Büttinghaus“ geöffnet.

Er bietet Fahrvergnügen auf der Weser mit 2 PS und mit 15 PS. Wer so unterwegs ist, kann die Aussicht auf Nienburg und die Umgebung vom Wasser aus genießen – und zwar ohne Bootsführerschein.

Wir sind einen Besuch wert, weil:

- » wir alles selber kochen und backen
- » man in einem schönen Biergarten sitzen kann
- » man bei uns viel Spaß haben kann
- » wir uns direkt am Nienburger Hafen befinden



Das bieten wir an:

- Frühstück für sonntags mit Voranmeldung
- Abendessen
- Fahrvergnügen auf der Weser

Unsere Bestseller:

Wir verwenden ausschließlich frische und regionale Produkte, die hessische und niedersächsische Küche sind vereint

Feste feiern:

bis zu 45 Personen im großen Saal
bis zu 35 Personen im kleinen Saal

Sitzplätze drinnen: 80

Sitzplätze draußen: 40

Kontakt: Am Hafen 0, 31582 Nienburg
Gasthaus zum Hafen:

Tel. (0152) 05 39 17 04

Bootsverleih: Tel. (0177) 197 69 60

www.gasthaus-am-hafen.de



Café & Bistro „Lespresso“
Lange Straße 11 (am Weserwall)
31582 Nienburg
Fon 0 50 21 / 8 96 53 13
info@lespresso-nienburg.com
www.lespresso-nienburg.com

- **Gourmet-Frühstücksbuffet**
- **Täglich wechselnder Mittagstisch**
 - **Frische süße Ideen den ganzen Tag**

**Kostenloser Strom für E-Bikes
direkt am Weser-Radweg**



**Genießen Sie den herrlichen Blick
auf die Weser bei einer guten
Tasse Kaffee und einem leckeren
Stück selbstgemachter Torte.**

Öffnungszeiten:

Dienstag – Samstag: 9 – 18 Uhr
Sonntag: 10 – 18 Uhr
Montag: Ruhetag



**Unser Hofladen und
die Spargeldiele
sind wieder täglich
für Sie geöffnet.**

Genuss vom Land



Spargelhof Winkelmann
Nuttelner Str. 50
32369 Rahden-Tonnenheide
Telefon 0 57 71 - 9 70 60

Öffnungszeiten
von April bis August:
Spargeldiele täglich 11-22 Uhr
Hofladen täglich 8-20 Uhr

www.spargelhof.de



Spargelhof Winkelmann

Für alle, die frischen Spargel, Erdbeeren und aromatische Heidelbeeren lieben, ist der Spargelhof Winkelmann ein guter Anlaufpunkt. Alles aus eigenem Anbau – mit diesem Qualitätsversprechen hat sich der Familienbetrieb weit über die Region hinaus einen Namen geschaffen. In Restaurant und Biergarten werden die erntefrischen Produkte zu echten Klassikern, westfälischen Spezialitäten und süßen Besonderheiten verarbeitet. Insbesondere zu den Hoffesten und Aktionstagen ist der Spargelhof ein Anlaufpunkt für Radfahrer und Ausflügler. Genuss zum Mitnehmen bietet darüber hinaus der Hofladen mit seinem vielseitigen Sortiment.

Wir sind einen Besuch wert, weil:

- » wir besonders familienfreundlich sind
- » wir alles selber backen und kochen
- » wir durchgehend warme Küche anbieten
- » man in einem schönen Biergarten sitzen kann

Das bieten wir an:

- Mittagessen
- Kaffee und Kuchen
- Snacks für zwischendurch
- Abendessen

Feste feiern:

bis zu 100
Personen im
großen Saal

Sitzplätze

drinnen: 100

**Sitzplätze
draußen:** 100

Kontakt:

Nuttelner Straße 50
32369 Rahden
Tel. (0 57 71) 9 70 60

Öffnungszeiten:

bis 31. August täglich 11 bis 22 Uhr

www.spargelhof.de





Maximilian

Das Maximilian bietet seinen Gästen samstags ein reichhaltiges Frühstücksbüfett: Schlemmen, so viel Sie mögen. Ein abwechslungsreicher Mittagstisch sorgt für frische und leckere Pausen.

Am Nachmittag laden Kuchen und Kaffeespezialitäten zum Abschalten und Klönen ein. Den Tag ausklingen lassen können Besucher bei leckeren Cocktails, Steaks, dem Klassiker „Currywurst“, hausgemachten Burgern, Pastavariationen und frischen Salaten.

Bei allem setzt unser Küchenteam auf frische Produkte, wo es geht aus der Region.

Wir sind einen Besuch wert, weil:

- » wir besonders familienfreundlich sind
- » man bei uns viel Spaß haben kann
- » wir uns in der Nähe der Nienburger Altstadt und eines großen Spielplatzes befinden

Das bieten wir an:

- regionale Küche
- abwechslungsreicher Mittagstisch
- hausgemachte Burger
- schönster Biergarten der Stadt



Unsere Besonderheiten:

- buchbar für Feiern und Partys bis 120 Gäste, z. B. Konfirmation, Hochzeiten, Geburtstage
- Sky-Sportsbar: Erlebe alle Spiele der Bundesliga live auf Großbildleinwand

Kontakt:

Bistro Maximilian
Bürgermeister-Stahn-Wall 15
31582 Nienburg
Tel. (0 50 21) 60 44 44

Öffnungszeiten:

Mo. bis Do. ab 11 Uhr, Sa. ab 9 Uhr
und sonntags ab 12 Uhr

www.maximilian-nienburg.de



Energie-Entdecker-Route

Warum blitzt es bei Gewitter? Wie wird Strom erzeugt? Was sind erneuerbare Energien? Wie entsteht Biogas? Was sind Energiepflanzen? Antworten auf diese Fragen finden Sie, wenn Sie die Energie-Entdecker-Route Mittelweser abradeln, die erste ihrer Art in Deutschland. Die rund 100 Kilometer lange Route ist in eine Nord- (43 km) und Südroute (65 km) geteilt und verbindet unterschiedliche Energiestandorte (Nr. 1–21), die alle eines gemeinsam haben: Sie beweisen, dass die Nutzung erneuerbarer Energien in der Mittelweser-Region längst alltäglich ist.

Leckeres Eis

Daran lässt sich Qualität erkennen

Eis ist insbesondere im Sommer nicht wegzudenken und bei Groß und Klein beliebt. An fast jeder Straßenecke gibt es ein Eiscafé oder einen Eisstand, der zum Schlemmen einlädt. Doch woran lässt sich qualitativ hochwertiges Eis erkennen?

Ein Zeichen für hochwertiges Eis ist eine natürliche Farbe. Knallbunte Eissorten dagegen weisen auf künstliche Farbstoffe hin und sind zu vermeiden. Zudem sollte es cremig aussehen und nicht glänzen. Letzteres kann auf einen erhöhten Zuckergehalt hinweisen.

Wird das Eis in dem Behälter gewissermaßen getürmt, sind darin häufig sogenannte Emulgatoren enthalten, welche die Struktur vom Eis künstlich verbessern. Dies ist eine klassische Verkaufsstrategie und weist nicht auf qualitätsvolle Ware hin. Fruchtis enthält idealerweise Fruchtstücke und ist körnig. In vielen Eisdielen wird anstatt echter Früchte eine Fruchtpaste bei der Herstellung verwendet. Eine geringere Auswahl an Sorten kann ein Anzeichen von hochwertigem Eis sein, das mit natürlichen Zutaten hergestellt wurde. Eine Kugel qualitatives Eis kostet üblicherweise zwischen 1,20 Euro und 1,70 Euro.

Der optische Eindruck der Eisdielen ist ebenfalls entscheidend. Sie sollte stets aufgeräumt und hygienisch sein. Als Kunde ist es hilfreich, nach den Inhaltsstoffen zu fragen. Wird das Eis handwerklich produziert, sollte diese Frage für die Inhaber und Mitarbeiter leicht zu beantworten sein.

lps/Jm





PAINTBALL in Leese

- « 7 SPIELFELDER!
- « RIESIGE SPIELFLÄCHE
- « MEHR ALS 100 LEIHAUSRÜSTUNGEN
- « NIGHTGAME
- « SHOP & GRILLPLATZ



KINDER ab 12 Jahre
4 STD. inklusive Ausrüstung

15 €

KONTAKT: Oehmer Feld 101-105 • 31633 Leese • +49 (0) 57 61-9 01 00 97 • p2@paintball-leese.de



Eine Fahrradtour macht mit der ganzen Familie besonders Spaß.

Foto: Aok Mediendienst Radtour

Die perfekte Radtour

Ein Ausflug in die Natur

Fahrradfahren ist eine beliebte Freizeitaktivität, bei der man sich bewegt und gleichzeitig die Natur genießen kann. Sowohl für Kinder als auch für Erwachsene ist eine Radtour eine ideale Ausflugsmöglichkeit im Sommer. Dabei kann die Planung entscheidend sein. Es ist wichtig, das Leistungsniveau der Mitfahrer zu kennen. Ein Radler, der häufig lange Strecken fährt, ist geübter als ein Radfahrer, der nur selten das Fahrrad nutzt.

Es gibt unterschiedliche Radwegformen. So gibt es beispielsweise Flussradwege, die entlang eines oder mehrerer Flüsse verlaufen. Sogenannte Rundradwege haben den gleichen Start- und Zielort.

Radwege, die zwischen verschiedenen großen Städten und Orten, wie beispielsweise der Berlin–Usedom Radweg, verlaufen, sind ebenfalls beliebt. Die meisten Radwege sind für mehrtägige Fahrradtouren geeignet, bei denen an verschiedenen Stationen ein Zwischenstopp für eine Übernachtung eingelegt wird. Insbesondere in der Hochsaison, zur Ferienzeit, ist eine Reservierung in einem Hotel sinnvoll. Campingplätze sind eine günstige Alternative zu Hotels oder Pensionen.

Für einen Tagesausflug eignen sich kürzere Strecken in der näheren Umgebung. Das können beispielsweise umliegende Ortschaften sein. Bei warmem Wetter lässt sich eine Fahrradtour gut mit einem Besuch eines Badesees verbinden. Nach der Fahrt kann man sich anschließend im kühlen Wasser erfrischen.

lps/Jm

Gute Wahl beim guten Tropfen

Experten wissen, wann welches Getränk gut passt

Ein leckeres Mahl wird erst durch die passenden Getränke abgerundet, da darf manchmal der passende Wein nicht fehlen. So manch einer fühlt sich von der großen Auswahl aber schnell überwältigt und weiß dann nicht mehr, was er auf-tischen soll.



Foto: Messe Düsseldorf / tillmann

Doch Wein-Experten wissen Rat und weisen beispielsweise darauf hin, welche Sorten zu welchem Essen und zu welchem Anlass besonders gut passen – und was eher nicht an-gebracht ist.

Vor dem Essen kann man die Gäste beispie-lsweise mit einem Aperitif, der den Appetit an-regen soll, verwöhnen. Nach dem Mahl kommt ein Digestif gut an, der zur besseren Verda-uung beitragen soll. Dabei kann man zwischen Likören, Weinbränden oder klaren Spirituosen wählen. Abends darf es dann noch etwas ex-quisiter werden: Ein edler Whiskey kommt pur gut an, kann aber auch als Bestandteil eines Whiskey Sour serviert werden, und ein Gin Tonic dürfte bei Gin-Freunden ebenfalls für Freude sorgen. Im Fachhandel kann man sich von den Experten beraten und bei der Auswahl unterstützen lassen.

Übrigens: Wein und gute Spirituosen eignen sich auch wunderbar als Mitbringsel – etwa, wenn man eingeladen ist.

lps/jk



Der Geheimtipp im Herzen von Nienburg!

Nehmen Sie sich die Zeit ihn zu finden!

Es lohnt sich!



Foto: Maridav / AdobeStock

Wenn es Ärger gibt im Paradies

Sonnenallergie und andere Nebenerscheinungen

Der schöne Schein, den die Sonne mit sich bringt, ist für einige mit zusätzlicher Vorsicht zu genießen. Besonders im Urlaub, wo man der Sonne intensiver frönt,

ist es wichtig, Maßnahmen zu ergreifen. Wer bereits festgestellt hat, dass seine Poren schnell verstopfen und eine Neigung zu Pickeln vorhanden ist, geht in die

Apotheke und holt sich Sonnencreme, die nicht die Poren verstopft und somit Unreinheiten vermeidet. Der Fachbegriff heißt nicht-komedogen und bezeichnet einen sehr niedrigen Fettgehalt der Creme. Da auch die Einstrahlung von UV, bekannt als ultraviolettes Licht, Hautunreinheiten begünstigt, kann man somit selbst einen der Faktoren einschränken. Die Kombination aus UV und Hautunreinheiten, die vorzugsweise im Urlaub am Strand bei starker Sonneneinstrahlung auftritt, kennen wir als „Mallorca-Akne“. Eine klassische Sonnenallergie hingegen zeigt sich durch Bläschen, juckende kleine Pickel, Entzündungen oder Schwellungen.

Oft wird sie durch Medikamentenablagerungen oder Zusatzstoffe in der Sonnencreme, wie beispielsweise Konservierungs- und Farbstoffe, im Zusammenhang mit der Sonneneinstrahlung hervorgerufen. Um möglichst viele Eventualitäten auszuschließen, empfiehlt sich daher eine Sonnencreme für Allergiker. Auch nach dem Sonnenbad will die Haut gepflegt werden. Die Produkte sollten auf die Bedürfnisse der empfindlichen Haut abgestimmt sein. Um die Haut langsam an eine stärkere Einstrahlung zu gewöhnen, kann man Beta-Carotin einnehmen, das eine leichte, nicht vor Sonne schützende, Tönung hervorruft.

Zur Unterstützung isst man gelbes, oranges und rotes Obst und Gemüse oder trinkt entsprechende Säfte. So ist die Haut nicht „unangenehm berührt“, wenn sie auf die Sonne trifft und man kann das tun, was man sich für den Urlaub vorgenommen hat – genießen! *lps/Hg*



Baba's

Das Baba's ist eine der wenigen noch übrig gebliebenen kleinen Ur-Kneipen in Nienburg. Mit dem vollen Programm an Fußball über das Sky-Angebot kommen Fans auf ihre Kosten. Aber nicht nur Sportbegeisterte sind hier herzlich willkommen. Jeder, der eine gemütliche Kneipe aufsuchen möchte, wird hier herzlich empfangen.

Wir sind einen Besuch wert, weil:

- » man bei uns Spaß haben kann
- » wir uns in der Stadtmitte befinden
- » Fußballübertragungen laufen
- » Tanzmusik nach Wünschen aller Art gespielt wird



Das bieten wir an:

- Getränke im großen Sortiment
- viel Spaß

Unsere Besonderheiten:

- kleine Kneipe
- Gemütlichkeit

Kontakt:

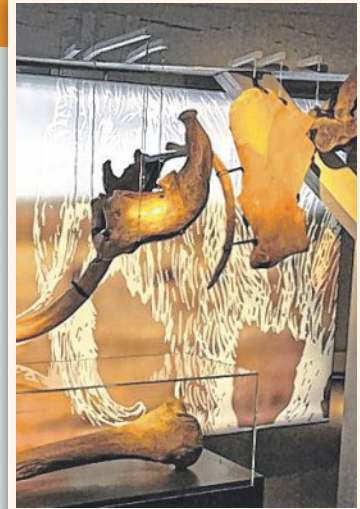
Friedrich-Ludwig-Jahn-Straße 11
31582 Nienburg
Telefon (0152) 1176 22 54

Öffnungszeiten:

Di. bis So. 15 Uhr bis open end



Baba's



Der Fresenhof

Der Fresenhof ist ein Burgmannshof aus dem 16. Jahrhundert und das Hauptgebäude des Nienburger Museums. Es zeigt in der Dauerausstellung mit den Stichworten „Chronologie, Grenzen, Fortschritt“ die Geschichte von Stadt und Landkreis Nienburg. Ein großer Schwerpunkt ist die Archäologie mit Highlights wie die Nienburger Kultur oder die Funde vom frühmittelalterlichen Gräberfeld von Liebenau. Auch die Sonderausstellungen sind im Fresenhof zu sehen.

Bickbeernhof

natürlich genießen



Ihr nächstes
Ausflugsziel in
unserer Region:
**Lecker
schlemmen!**

Brokeloher Hauptstraße 37
31628 Landesbergen
Telefon (05027) 1566

Vielfalt genießen bei uns vor Ort:

Große Terrasse, Wildbratwurst,
Waffeln, Kaffeespezialitäten,
Kuchen, Salate, Blaubeerwein,
Hofbier, Blaumelade...

Weitere Infos und Bestellungen
auch online unter:

www.bickbeernhof.de

Bio-Blaubeeren

selbst pflücken ab Mitte Juli

(den genauen Termin geben wir
rechtzeitig online bekannt)

Geöffnet für Sie:

Sa., So. und Feiertage von 10.00 Uhr bis 18.00 Uhr

Hofcafé: Mai von 10.00 bis 18.00 Uhr

Ab Juni täglich geöffnet.

Mai-Sonntagsfrühstück
von 10 bis 12 Uhr

Regionale Produkte auch zum
Muttertag und Vatertag!



DE-ÖKO-006
EU-/Nicht-EU-
Landwirtschaft



SpeicherKaffee Marklohe

Das SpeicherKaffee wurde nach erfolgreichem Umbau zum Schmuckstück im Fachwerkstil. Der Familienbetrieb mit motiviertem Team hat seit August 2014 seine Türen für Kaffee- und Kuchenliebhaber geöffnet. Alles hausgemacht, Torten und Kuchen in den unterschiedlichsten Varianten.

Aber nicht nur süß, sondern auch herzlich geht es dort zu. Auf Frische, Qualität und Regionalität wird viel Wert gelegt. Gäste können in der ländlichen Idylle entschleunigen und einfach genießen.

Wir sind einen Besuch wert, weil:

- » wir alles selber kochen und backen
- » wir saisonale und regionale Produkte verwenden
- » wir keine Zusatzstoffe verwenden
- » Sie bei uns Gaumen und Seele verwöhnen können

Das bieten wir an:

- Frühstück
- Kaffee & Kuchen
- Feierlichkeiten wie Konfirmationen und Geburtstage

Unsere Bestseller:

- unsere hausgemachten Kuchen und Torten

Feste feiern:

bis zu 60 Personen

Für private und geschäftliche Feierlichkeiten können die Räume individuell hergerichtet werden.

Sitzplätze drinnen: 60

Sitzplätze draußen: 60

Kontakt: Hoyaer Straße 72

31608 Marklohe

Tel. (0 50 21) 157 57

Öffnungszeiten:

Sa. ab 14.30 Uhr, So. ab 14 Uhr,

an jedem 1. und 3. Sonntag im Monat

Frühstücksbüfett ab 9 Uhr

und nach Vereinbarung

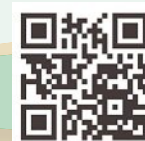
www.speicher-kaffee.de



Schau- und Lehrgarten

An der Meerbachbrücke der Ziegelkampstraße befindet sich der naturnahe Schau- und Lehrgarten des BUND in Nienburg. Er soll naturnahe Gestaltung und Pflege zeigen und zur Nachahmung anregen. Versucht wird dies an vielen Beispielen wie Gemüse- und Kräutergarten, Hochbeet, Duftbeet, Hexenbeet, Wildrosenbeet, Bauerngarten, Trockensteinmauern, Kräuterspirale, Wildbienenhotel, Gartenteich, Wildblumenwiese, Kompostanlage, Flechtzäune, Wildsträucherhecke, Dachbegrünung des Info-Hauses, Bodenbedeckungen und unterschiedliche Weggestaltung. Entstanden ist ein Lern- und Erlebnisort für Erwachsene und Kinder.

www.bund-nienburg.de



Speicher
Kaffee



Hotel Sandkrug Estorf

Das gemütliche Hotel „Sandkrug“ liegt in Estorf an der Weser in sehr reizvoller Umgebung: ein Paradies für Angler, Reiter und Radwanderer entlang des Wanderweges vom Weserbergland bis zur Nordsee. Mit Festsälen, Gastronomiebereich und Sommerterrasse lockt es Einzelreisende, Bustouristen, Durchreisende mit dem Motorrad oder Pkw ebenso wie Urlauber, die sich in dieser schönen Landschaft länger erholen möchten.

Da das Hotel in unmittelbarer Nähe des Weser-Fernradweges liegt, wird natürlich auch den fahrradmobilen Fahrensleuten, den „Radlern“, gute Verpflegung und Unterkunft geboten.

Hotel Sandkrug
Mindener Landstraße 22
31629 Estorf, Tel. (0 50 25) 10 25
info@hotel-sandkrug.de



Hof Röhrkasten/ Restaurant am Bürgerwald

In den Hofläden in Höfen 17 und Hoysinghausen 84 „zum kleinen Kropp“ werden hauptsächlich Spargel, Erdbeeren und Heidelbeeren aus eigenem Anbau sowie leckere selbstgemachte Säfte und Fruchtaufstriche angeboten. Wurstwaren, Weine und Dekoartikel runden das Sortiment ab. Die angeschlossenen Saisoncafés verwöhnen die Gäste in rustikalem Ambiente mit einer Vielzahl selbstgebackener Torten und Kuchen.

Im hofeigenen „Restaurant am Bürgerwald“ in Uchte kann man vom 7. April bis 7. Juli das beliebte Spargelbuffet genießen, das durch Frische und Qualität besticht. Außerhalb der Spargelsaison werden dort neben Frühstück und Brunch verschiedene saisonale Buffets angeboten. (Mehr Infos auf der Homepage)

Wir sind einen Besuch wert, weil:

- » wir saisonale und regionale Produkte verwenden
- » unsere frischen Erzeugnisse auch im „Restaurant am Bürgerwald“ in Uchte auf den Tisch kommen

Das bieten wir an:

- Spargelbuffet
- Saisonale Buffets
- Kaffee & Kuchen

Unsere Bestseller:

Spargelbuffet;
Spargel, Erdbeeren,
Heidelbeeren aus
eigenem Anbau;
selbstgemachte Marmeladen

Feste feiern:

Im „Restaurant am Bürgerwald“
bis zu 150 Personen

Sitzplätze draußen:

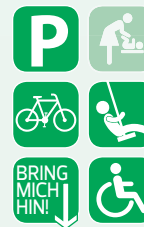
In unseren Saisoncafés jeweils 50,
im Restaurant circa 25

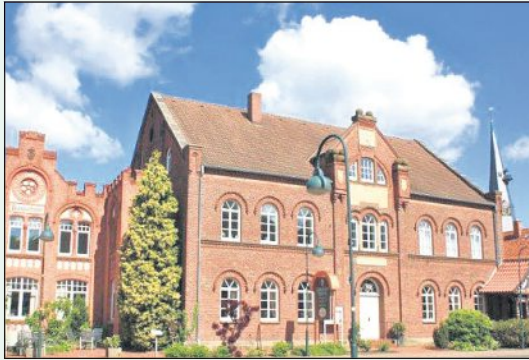
Kontakt: Hof Röhrkasten

Höfen 17, 31600 Uchte
Tel. (0 57 63) 12 52

Öffnungszeiten: Hofläden: täglich
Saisoncafés: Sa. und So. 14 bis 18 Uhr
Restaurant: nach Voranmeldung

www.spargelhof-roehrkasten.de





Raths-Keller Rehburg

Lassen Sie sich in unserem gemütlichen Restaurant sowie im neuen Biergarten mit deutsch-mediterraner Esskultur verwöhnen.

Bei uns erwartet Sie eine gutbürgerliche Küche, bei der täglich alles frisch zubereitet wird, ein familiäres Lebensgefühl und ein charmantes Ambiente mit reizenden Menschen.

Wir freuen uns darauf, Sie demnächst als Gast begrüßen zu dürfen.

Wir sind einen Besuch wert, weil:

- » wir alles selber kochen
- » wir saisonale und regionale Produkte verwenden
- » man einen schönen Blick auf den neuen Stadtplatz, die Kirche und das Rathaus hat
- » man in einem schönen Biergarten sitzen kann

Das bieten wir an:

- Kaffee und Kuchen
- Snacks für zwischendurch
- Abendessen

Unsere Bestseller:

- Steaks
- Reh-Burger (Spezial-Burger mit Wild)

Feste feiern:

bis zu 240 Personen
im großen Saal,
bis zu 30 Personen im
kleinen Saal

Sitzplätze drinnen: 70

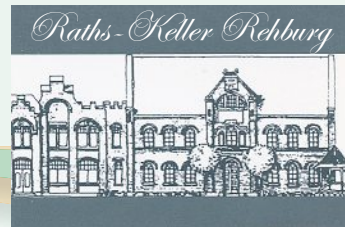
Sitzplätze draußen: 70

Kontakt:

Heidtorstraße 1
31547 Rehburg-Loccum
Tel. (0 50 37) 96 93 60

Öffnungszeiten:

Di. bis Fr. 17 bis 22 Uhr, Sa. 12 bis 22 Uhr
und So. 12 bis 21 Uhr,
Kaffee und Kuchen Di. bis Do. ab 14 Uhr



Raths-Keller Rehburg

Für Ihre Hochzeit bieten wir drei Räume mit Platz für 6 bis 240 Personen. Profitieren Sie auch von unserem professionellen Equipment und zuverlässigen Catering-Service. Gerne stellen wir Ihnen ein individuelles Angebot für Ihre Feier und alle anderen Anlässe zusammen – sprechen Sie uns an!

Kontakt:

Heidtorstraße 1
31547 Rehburg-Loccum
kontakt@rathskeller-rehburg.de

Öffnungszeiten:

Di. bis Fr. von 17 bis 22 Uhr,
Samstag von 12 bis 22 Uhr und
Sonntag von 12 bis 21 Uhr

Nähere Informationen gibt es
unter www.rathskeller-rehburg.de



Immer wieder **SONNTAGS**

...mit dem Bus unterwegs!

 Linie 6053

 Nienburg

 Leeseringen

 Estorf

 Landesbergen

 Leese

 Stolzenau

 Loccum

 Münchehagen

 Bad Rehburg

 Rehburg



www.vln-nienburg.de
Tel. 05021 / 66011

24 | Draußen



Bäder in Rehburg-Loccum

In den Sommermonaten ist das Freizeitbad Münchehagen für alle geöffnet, die entspannt schwimmen, ausgelassen toben oder die 100 Meter lange Riesenrutsche ausprobieren möchten. Es verbindet Abkühlung, Erholung und Gastlichkeit für die ganze Familie.

Wir sind einen Besuch wert, weil:

- » mindestens 22 °C in allen Becken sind
- » es ein großes Wasserspielzeug im Nichtschwimmerbecken gibt
- » Kinder eine Spiel- und Matschzone haben
- » 2000 m² Platz auf der Liegewiese mit neuem Beachvolleyballfeld vorhanden sind

Das bieten wir an:

- Erfrischungen und Snacks in der Cafeteria

Kontakt: Am Schacht 4
31547 Rehburg-Loccum
www.rehburg-loccum.de

Öffnungszeiten:

11. Mai bis 30. Juni 2019:
Mo. bis Do. 10 – 20 Uhr,
Fr.: 10 bis 21 Uhr

Sa. und So. 8 bis 21 Uhr

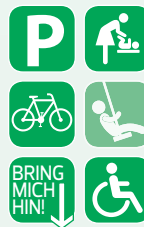
Juli bis 8. September 2019:

Mo. bis Fr. 10 bis 21 Uhr

Sa. und So. 8 bis 21 Uhr

Die Öffnungszeiten können der Witterung entsprechend angepasst werden.

Ab dem 21. September ist das Hallenbad Rehburg, Auf der Bleiche 9, geöffnet; mit einer täglichen Wassertemperatur von 30 °C. Dort gibt es viele Angebote wie Schwimmunterricht, Wassergymnastik und Aqua-Jogging.



Polizeimuseum Niedersachsen

Einmalig in Niedersachsen ist das Polizeimuseum der Polizeiakademie in Nienburgs Innenstadt. Fakten und Wissen aus der erkennungsdienstlichen Behandlung, der Polizeifotographie und aus der Arbeit der Kriminalpolizei werden den kleinen und großen Besuchern anschaulich vermittelt. Zudem erhalten sie einen Einblick in die verschiedenen Fortbewegungsmittel der Polizei Niedersachsens seit dem Zweiten Weltkrieg. Wer sich besonders für die historische Entwicklung polizeilicher Arbeit interessiert, findet Informationen zu politischen und gesellschaftlichen Veränderungen und Exponaten vom Mittelalter bis zur Gegenwart.



Historische Kuranlage „Romantik Bad Rehburg“

Die Quellen des einst königlich hannoverschen Staatsbades sind längst versiegt. Wo früher der Hochadel „der Gesundtheit wegen und des Vergnüehens halber“ zum Kuraufenthalt weilte, geben sich heute Musiker, Maler und Bildhauer ein Stelldichein.

Ein klassisches Klavierkonzert oder lieber eine heiße Jazz-Session? Eine hinreißende musikalische Lesung oder ein besonderes „kleines Kurkonzert“? Und das Café & Restaurant „Carpe Diem“ lädt zum Genuss ins Restaurant oder auf die stilvolle Terrasse. Genießen Sie Kunst, Kultur und Geschichte und erleben Sie bei einem Besuch das „Kurleben der Romantik“.

Wir sind einen Besuch wert, weil:

- » man hier ein wenig in vergangene Zeiten eintauchen kann
- » hier ein schöner Startpunkt in die Umgebung des Steinhuder Meeres ist
- » man hier einfach ein wenig entspannen kann

Das bieten wir an:

- Touristinformation der Stadt Rehburg-Loccum
- abwechslungsreiches Kulturprogramm
- wechselnde Kunstausstellungen

Unser Tipp:

Ausstellung: „Stars on Stage“ – Udo Weger: Vier Jahrzehnte Konzertfotografie. Vom 30. Juni bis 22. September 2019 sind ausgewählte Fotografien zahlreicher Konzerte von A (Angus Young) bis Z (ZZ Top) zu sehen.

Kontakt: Friedrich-Stolberg-Allee 4
31547 Rehburg-Loccum
Tel. (0 50 37) 30 00 60

Öffnungszeiten:

Dienstag bis Sonntag 10 bis 17 Uhr

info@badrehburg.de
www.badrehburg.de



Kletterwald und Hochseilgarten

Ein Erlebnis für Groß und Klein

Sowohl für Familien mit Kindern als auch für Paare ist ein Besuch eines Kletterparks ein Erlebnis. Ein Hochseilgarten oder auch -park bezeichnet ein Gelände, auf dem freistehende Holzpfähle mit Kletterrouten errichtet worden sind. Im Gegensatz zu einem Kletterwald ist diese Variante meist weniger umfangreich.

Ein Kletterwald, auch Waldseilgarten genannt, ist in einer Parkanlage oder einem Waldgebiet gelegen. Bereits vorhandene Bäume bieten die Basis für die Parcours. Bei beiden Varianten sind im Gegensatz zu einer Kletterhalle die einzelnen Kletterelemente in der Natur gelegen. Insbesondere bei gutem Wetter wird das Klettern somit zum Vergnügen.

In der Regel ist der Besuch einer Kletteranlage für Kinder ab zwölf Jahren gestattet, dabei ist die Anwesenheit einer volljährigen Aufsichtsperson meist Voraussetzung. Es gibt unterschiedliche Schwierigkeitsgrade der Parcours, die sich nach der Erfahrung und der Größe der Kletterer richten. Personen mit einer kleinen Körpergröße oder Kinder dürfen aus Sicherheitsgründen oftmals nicht die anspruchsvollsten Parcours betreten.

**Der Besuch eines Kletterwaldes
ist ein Abenteuer für Groß und Klein.**

Foto: Pixabay / RitaE

Eine Einweisung, bei der die Funktion der Sicherheitsgurte erläutert wird, ist vor dem ersten Klettern verpflichtend, weshalb jeder Besucher daran teilnehmen muss. Während des Kletterns ist das geschulte Personal anwesend, um Hilfe und Rat anbieten zu können. Für den Besuch eines Kletterwaldes oder Hochseilgartens ist mit einem Eintritt zwischen 15 bis 20 Euro

zu rechnen. Üblicherweise wird zwischen zwei oder drei Stunden geklettert. Insbesondere für Schulen ist diese sportliche Aktivität eine beliebte Idee für Ausflüge mit den Schulklassen. Hierbei empfiehlt es sich, die Klasse vorab anzukündigen und eine Reservierung zu tätigen.

lps/Jm



Verschenken Sie Heimat!

Die schönsten Seiten aus der Mitte Niedersachsens

Land *erleben*



Das besondere
Präsent:
**4 Ausgaben
nur 15 €**

Im Abo bequem nach Hause!

Die Harke · Vertrieb
An der Stadtgrenze 2 · 31582 Nienburg · Tel. (050 21) 9 66-500
vertrieb@dieharke.de · www.dieharke.de

DIE HARKE
■ Medienhaus



**Rund- und Frühstücksfahrten
in Nienburg**

**Grillfahrten von Nienburg
nach Stolzenau, Hoya,
Verden oder Minden**

**Abendveranstaltungen...
und vieles mehr!**



Flotte Weser

Tel. (0 50 21) 91 93 11
www.flotte-weser.de

Kinder mit einbeziehen

Aktivitäten für die ganze Familie

Mit Kindern die Natur zu entdecken ist immer spannend.

Foto: Pixabay.de



Wer das Glück einer Familie hat, möchte mit dieser meist jede Minute der freien Zeit verbringen. Gemeinsame Aktivitäten sorgen für Spaß und können den Zusammenhalt stärken. Je nach Alter des oder der Kinder sollten dabei Unternehmungen gewählt werden, die an den jeweiligen Entwicklungsstand angepasst sind. Diese sollten die Kleinen weder über- noch unterfordern. Neben klassischen Ausflugszielen wie Zoo oder Freizeitpark können auch sportlich ausgerichtete Ziele angesteuert werden. Oft im Wald versteckt, befinden sich beispielsweise Klettergärten.

Wer es sich zutraut, kann mit Kindern ab ca. 6 Jahren schwindelerregende Höhen erklimmen und wirkliche Abenteuer erleben. Doch auch wer von der Idee des Kletterparcours nicht überzeugt wird, kann im Wald Abenteuer mit der Familie erleben. Dazu braucht es nicht immer angeleitete Freizeitangebote. Warum nicht einfach die Kreativität der eigenen Kinder nutzen? Ein traditionelles Picknick könnte so in einem ruhigen Stück Natur zu einem Sternmenü auf einer verborgenen Schatzinsel werden.

Renn- und Versteckspiele sind bei Kindern allen Alters sehr beliebt und können auch Eltern außer Atem bringen und sportlich fordern. Ganz nebenbei fördern solche Aktivitäten in der Natur die Kreativität und den Orientierungssinn der Kleinen. Wichtig ist dabei, sich rücksichtsvoll gegenüber Pflanzen und Tieren zu verhalten. Dies sind wichtige Kenntnisse, die dem Nachwuchs bei einem gemeinsamen Tag weitergegeben werden können.

lps/ML

Hof Nuttelmann
Naturkost *aus eigenem Anbau*

Mitte April bis Ende Juni

täglich bis 21:00 Uhr für Sie geöffnet

**TÄGLICH
SPARGEL SATT**

*Um Voranmeldung
wird gebeten.*

Für alle Liebhaber des königlichen Gemüses:

*Unsere hervorragende Küche bietet Ihnen frischen
Nienburger Spargel aus eigenem Anbau, kombiniert mit
saisonalen Beilagen.*

**Samstags ab 18 Uhr / Sonntags ab 12 Uhr: das besondere Spargelbuffet in
versch. Variationen: Spargel trifft auf französische, italienische, spanische,
griechische oder mexikanische Küche!**



Hof Nuttelmann

Sarninghausen 3
31595 Steyerberg

Tel. 05764 - 1614

info@hof-nuttelmann.de

www.hof-nuttelmann.de





Heringsfängermuseum Heimsen

Was machen Heringsfänger an der Mittelweser? Die Ursachen liegen im ausgehenden 18. Jahrhundert. Es verzeichnete für die Bauern an der Mittelweser ein katastrophales Missverhältnis zwischen Ackernahrung und Einwohnerzahl. Um Geld zu verdienen, setzte der „Hollandgang auf Heringsfang“ ein und die „bückeberg-westfälischen Hollandgänger“ wurden zu Pionieren der „großen deutschen Heringsfischerei“. Das Heringsfängermuseum Heimsen zeigt die Geschichte der Region und der heimischen Heringsfänger. In verschiedenen aufwändig restaurierten Fachwerkhäusern wird das Leben der damaligen Bevölkerung vorgestellt.



Pottkieker Landesbergen

Im Landesberger Pottkieker erwarten Sie im modernen Ambiente frisch zubereitete Gerichte und ausgewählte Getränke. Das Team freut sich auf Ihren Besuch und wird alles tun, Ihnen einen angenehmen Aufenthalt zu bieten. Neben durchgehend warmer Küche können Sie am Samstag unser vielfältiges Frühstücksbuffet genießen, auch gern im Kreis der Familie oder Freunde, wir empfehlen dann Ihre Reservierung. In der warmen Jahreszeit können Sie auf unserer Terrasse unser breites Angebot probieren, vom kleinen Snack bis zum Menü. Aber auch zuhause lassen wir Sie nicht im Stich, unser Partyservice versorgt Sie maßgeschneidert mit allem, was Ihre Veranstaltung zum großen Erfolg macht.

Wir sind einen Besuch wert, weil:

- » wir besonders familienfreundlich sind
- » man bei uns viel Spaß haben kann
- » wir uns in der Nähe vom Weser-Radweg befinden
- » man einen schönen Blick auf die Feldmark hat
- » wir ein modernes Ambiente bieten

Das bieten wir an:

- gut bürgerliche Küche
- Currywurst-Karte (40 Variationen)
- Schnitzelkarte (30 Variationen)
- Grillgerichte (50 Variationen)



Unsere Besonderheiten:

- neue überdachte Außenterrasse
- Saisongerichte in vielen Variationen (Spargel, Matjes, Pfifferlinge, Grünkohl, Enten- und Gänseessen)

Kontakt:

Restaurant Pottkieker
Brokeloher Straße 8–12
31628 Landesbergen
Tel. (0 50 25) 94 36 60

Öffnungszeiten:

täglich von 9 bis 22 Uhr

www.pottkieker-landesbergen.de



Inhaber: Martin Bicknese



WEIL WIR FRISCHE LIEBEN: SPARGEL UND HEIDELBEEREN VOM FRÜCHTEHOF SCHINDLER



**Ein Ausflug zu uns lohnt sich
immer!**



**BLEIB GENIAL –
ISS REGIONAL**



Früchtehof Schindler • Warpe 21 • 27333 Warpe
Telefon (05022) 81 71 • info@fruechtehof-schindler.de

Sommer – Zeit zum Grillen

Was braucht man alles für die perfekte Grillparty?

Natürlich lockt der Sommer auch viele aus ihren Häusern, um der Lieblingsbeschäftigung der Deutschen nachzugehen – dem Grillen. Mit einem eigenen Garten macht die Grillparty zuhause gleich noch mehr Spaß und an lauen Sommerabenden gibt es nichts Schöneres, als ein paar leckere Happen auf den Grill zu werfen und mit den Freunden ein Bier zu trinken. Doch wie veranstalten Sie den perfekten Grillabend?

Für eine perfekte Grillparty braucht es gar nicht viel: Ein bisschen Fleisch, Gemüse, Brot, ein paar Grillsoßen, Geschirr und natürlich einen Grill. Es muss deshalb nicht immer die von langer Hand geplante Party sein. Manchmal sind spontane Grillpartys, zu denen jeder einfach schnell irgendetwas mitbringt, die besten. Wenn man etwas mehr Zeit zur Vorbereitung hat: Umso besser!

Dann muss man nicht auf den Alu-Einmalgrill aus dem Supermarkt und Pappgeschirr zurückgreifen,



Foto: Rainer Sturm/pixelio.de

sondern kann sich um einen ordentlichen Grill bemühen. Sie können zum Beispiel einen Grill selber bauen oder einen tragbaren Kugelgrill besorgen. Außerdem gibt das Ihnen die Gelegenheit, sich um richtiges Geschirr und Besteck für die Grillparty zu kümmern, anstatt auf Wegwerf-Ware zu setzen. Picknick-Geschirr

aus Plastik begleitet einen den ganzen Sommer lang. Das ideale Mitbringsel zur Grillparty sind selbstgemachte Grillsoßen, Kräuterbutter und Ketchup. Aber auch Obst und Nachtisch sind eine gute Idee, wenn Sie nicht ganz klassisch auf Grillfleisch und Salate zurückgreifen wollen.

lps/vfo



Herrenhäuser Gärten

In den Herrenhäuser Gärten erwartet Sie ein Spaziergang durch eine der schönsten Parkanlagen Europas und gleichzeitig durch die Geschichte der Gartenkunst. In Kombination mit einem Besuch des Sea Life Aquariums oder des Museums Wilhelm Busch, mit einer spannenden Führung und der Einkehr in einem der Restaurants/Cafés lässt sich in den Herrenhäuser Gärten ein rundum genussvoller Tag verbringen. Ein besonderes Erlebnis sind auch die stimmungsvollen Veranstaltungen inmitten der Gartenpracht.

Wir sind einen Besuch wert, weil:

- » die Herrenhäuser Gärten wunderschön gestaltet und perfekt gepflegt sind
- » wir tausende Sommerblumen, Orchideen und exotische Kübelpflanzen präsentieren
- » wir täglich prächtige Wasserspiele zeigen
- » der Familiensonntag (14 -16 Uhr) zum Mitspielen einlädt

Das bieten wir an:

- Kinder unter 12 Jahre zahlen keinen Eintritt, viele Ermäßigungen
- von Mai bis September geöffnet bis 20 Uhr
- Führungen und vielfältige Veranstaltungen
- zwei Shops mit Pflanzen, Souvenirs, Schönem für Heim und Garten



Unsere Besonderheiten:

- Großer Garten: barocke Ornamente und Wasserspiele, Irrgarten, abendliche Illuminationen
- Grotte von Niki de Saint Phalle
- Museum Schloss Herrenhausen
- Berggarten: botanische Kostbarkeiten, Schauhäuser mit tropischen Pflanzen, Mittelmeerpflanzen und Wüstenpflanzen

Kontakt: Herrenhäuser Straße 3c
30419 Hannover,
Tel. (05 11) 16 83 40 00

Öffnungszeiten: tägl. 9 bis 20 Uhr,
letzter Einlass eine Stunde vor
Schließung

www.herrenhausen.de



Herrenhäuser
Gärten



Uchter Moorbahn

Mit einer Gesamtlänge von mehr als zehn Kilometern verfügt die Moorbahn im Großen Uchter Moor über das längste Streckennetz ähnlicher Bahnen in Niedersachsen. Besucher fahren durch das 3263 Hektar große Naturschutzgebiet und lernen das Moor auf der etwa zweistündigen Fahrt einmal anders kennen. Entlang eines Erlebnispfad sind 13 Stationen eingerichtet, wo Sie sich über Moor, Torf, Fauna, Flora und Naturschutz informieren können. Start ist der Bahnhof in Essern immer sonntags von Mai bis Oktober. Dort befindet sich auch das Informationszentrum „Tor zum Moor“.



Per Fähre über den Fluss

An mehreren Stellen lassen sich Weser und Aller überqueren

Wer die Weser überqueren möchte, muss nicht immer die nächste Brücke im Blick haben. An mehreren Stellen besteht auch die Möglichkeit, den Fluss auf einer Fähre zu überqueren. Gerade für Radfahrer oder Wandergruppen kann das attraktiv sein.

Die Gierseilfähre in Schweringen verbindet den Ort mit Gandesbergen, die Motorfähre Gentsiet fährt zwischen Hagen-Grinden und Ahsen-Oetzen, und die Solarfähre PetraSolara verkehrt zwischen Windheim und Hävern.

Außerdem bringt eine Solar-Fähre Menschen von Westen nach Otersen und umgekehrt über die Aller.

Die Querung in Schweringen diente früher vor allen Dingen Bauern aus Schweringen mit Agrarflächen östlich des Flusses. Heute sind auf der Fähre zunehmend auch Radwanderer und Touristen unterwegs. Erst 2005 hat der Fährverein den Betrieb der Weserfähre zwischen Hagen-Grinden und Ahsen-Oetzen wieder aufgenommen und somit eine neue Verbindung für Rad-

fahrer und Wanderer zwischen dem Flecken Langwedel und der Samtgemeinde Thedinghausen geschaffen.

Die Weserfähre „PetraSolara“ ist die einzige Solarfähre in Nordrhein-Westfalen. Sie verbindet die beiden Weserdörfer Hävern und Windheim seit 2002. Die Einstellung der alten Weserfähre im Jahre 1976 hatte bei den Menschen in den beiden Weserorten keine Zustimmung gefunden. Mit den Solar-Allerfähren führen die ehrenamtlichen Fährleute eine traditionelle Verbindung mit moderner, umweltfreundlicher Antriebstechnik fort.

Die erste Solar-Allerfähre „Marie Hoffmann“ ist die zweitkleinste Binnenfähre Deutschlands und erinnert an die letzte Fährfrau an der Aller, die bis 1967 das Fährboot über die Aller ruderte.

nis



Die Weserfähre in Schweringen diente während einer Baustellensperrung auch als Umleitung – meist ist sie weniger stark frequentiert.

Archiv-Foto: Lüers-Grulke

Erlebnisgastronomie auf unserem Spargelhof Thiermann

Bunt ist gesund – schlemmen Sie sich durch die Jahreszeiten!



Unser Hof ist von April bis Anfang Oktober ein beliebtes Ausflugsziel für „Große und Kleine“ und weit über die Kreisgrenzen bekannt. Die hofeigene Gastronomie bietet in einem geräumigen Restaurationszelt kulinarische Genüsse rund um den feldfrischen Spargel und unsere köstlichen Früchte aus eigener Ernte an. Bei schönem Wetter lädt ein großer Garten zum Verweilen ein.

Schlemmen Sie sich durch unser Buffet – angefangen mit Spargelcremesuppe, Spargelpfanne, drei Spargelsalaten, Schinken von Schwein und Pute, Schnitzel, Rührei, klare und braune Butter, Sauce Hollandaise, viel Spargel und zum Nachtisch Bayrische Creme mit Erdbeersauce und Erdbeeryoghurtcreme – von

alles so viel – wie das Herz begehrt. Ganz neu nun auch Frozen Joghurt.

Ein guter Tipp zur Erkundung unseres Hofes ist die Betriebsbesichtigung. Unter fachkundiger Führung kann man sehen und erleben, wie der Spargel vom Feld kommt und von vielen fleißigen Händen sortiert und verpackt wird.

„Super lecker, von allem zum Sattessen und dazu sehr günstig“, schwärmt Ralf Meyer, langjähriger Stammgast. „Auch sollte man das Fahrrad nicht vergessen, da unsere Moor- und Heidelandschaft schöne Touren durch die urwüchsige Landschaft bietet“, so Meyer weiter.

Öffnungszeiten

Während der Spargelsaison täglich, mittags und abends, ab Juli bis zum 3. Oktober an den Wochenenden. Gruppen auf Anfrage!

Anschrift

Scharringhausen 23 · 27245 Kirchdorf
Tel. (0 42 73) 93 20-0

Unsere Verkaufsstände in Bremen

Schwachhauser Heerstr. 240 (Focke Museum)
Stadtländer Str. 2–4 (Achterdiek)

www.thiermannspargel.de





Foto: Techniker Krankenkasse Picknick

Ein Picknick im Sommer

Genuss in der Natur

In der warmen Jahreszeit zieht es die Menschen nach draußen in die Natur, zum Spazieren, Sport treiben oder Verweilen. Ein Picknick in einem Park ist eine entspannende Möglichkeit, das Wetter zu genießen und gleichzeitig mit der Familie oder den Freunden Zeit zu verbringen. Eine große Picknickdecke eignet sich als Unterlage zum Sitzen. Für Bequemlichkeit können einige Kissen sorgen.

Eine Kühltasche oder -box eignet sich für den Transport von gekühlten Lebensmitteln wie Salate oder Getränke. Gleichzeitig kann eine viereckige Kühlbox als Tisch genutzt werden. Es gibt spezielle Picknickkörbe, die ein passendes Geschirrsset sowie Besteck beinhalten. Das Geschirr besteht aufgrund der Praktikabilität meist aus Kunststoff, damit es nicht zerbrechen kann. Mithilfe des Picknickkorbs kann das Zubehör kompakt und vor allem praktisch transportiert werden.

Für ein Picknick empfehlen sich Lebensmittel, die kalt verzehrt werden können wie kleine Boulettes, Salate, hart gekochte Eier, Gemüsesticks oder Obst. Letzteres hält sich länger frisch, wenn man die vorgeschnittenen Stücke mit etwas Zitronensaft beträufelt. So lassen sich braune Stellen vorbeugen. Baguette oder Sandwiches schmecken lecker und sind eine passende Ergänzung. Mediterrane Speisen wie Oliven, Peperoni oder eingelegte Tomaten sorgen für Abwechslung. Selbst zubereitete Dips können für Gemüsesticks oder Baguette verwendet werden. Servietten sowie Müllbeutel sollten ebenfalls bei der Picknickausrüstung nicht fehlen.

lps/Jm



Culinario Steimbke

Seit 2016 begeistert Inhaber Marco Zanella in seinem Restaurant „Culinario“ alle Burger-Freunde aus der Region mit handgemachten und ideenreichen Burger-Kreationen vom Lavastein-Grill, garantiert mit frischen Zutaten und bestem Fleisch aus der Region. Alles außer langweilig: Die Speisekarte bietet eine umfangreiche Auswahl zwischen dem Classic-Cheeseburger und ausgefallenen Burger-Varianten und Aktionsburgern. Weitere Klassiker von Currywurst bis Pulled Pork vereinen deutsche, amerikanische, italienische und weitere internationale Einflüsse.

Wir sind einen Besuch wert, weil:

- » wir alles selber kochen und backen
- » wir saisonale und regionale Produkte verwenden
- » wir durchgehend warme Küche anbieten
- » man bei uns leckere Burger genießen kann

Das bieten wir an:

- Mittagstisch
- Kaffee und Kuchen
- Abendessen

Unsere Bestseller:

frische hausgemachte Burger, auf dem Lavastein gegrillt

Kontakt:

Hauptstraße 31,
31634 Steimbke
Tel. (0 50 26) 90 06 68

Öffnungszeiten:

Mo. bis Do. 11.30 bis
21.30 Uhr,
Fr. und Sa. 11.30 bis 22 Uhr,
So. 12 bis 22 Uhr

www.culinario-steimbke.de



Für jeden Anlass

Die leckeren Burger vom Culinario gehen auf Reisen. Unseren Foodtruck inklusive Catering kann man ganz einfach für Privat- und Firmenfeiern sowie Veranstaltungen mieten. Wann und wo der Foodtruck zu finden ist, wird über soziale Kanäle wie Facebook und Instagram bekanntgegeben. Zur Saison-Eröffnung gibt es Frühlings- und Gruppenangebote ab 40 Personen: Burgermenü ab 8,50 € sowie „All you can eat“ für 12,50 € pro Person.

Facebook: @culinariosteimbke

Instagram: culinariosteimbke

www.culinario-steimbke.de



Steinhuder Meer – Niedersachsens größter Binnensee

Nordwestdeutschlands größter Binnensee, das rund 30 Quadratkilometer große Steinhuder Meer im Westen der Region Hannover, ist Kernstück eines 310 Quadratkilometer großen Naturparks. Das Steinhuder Meer ist trotz seiner Größe durchschnittlich nur 1,5 Meter tief. Im Steinhuder Meer befinden sich zwei künstliche Inseln: Die zwischen 1761 und 1765 vom Grafen Wilhelm angelegte Inselfestung und Militärakademie „Wilhelmstein“ und die 1975 fertiggestellte „Badeinsel“ am Südufer.

Neben der Landschaft mit ihren Pflanzen und Tieren gibt es auch in den einzelnen Orten viel zu entdecken. Für Wanderer und Fahrradfahrer gibt es außerdem Broschüren und Literatur zu Touren. Der Rundweg ums Steinhuder Meer ist etwa 30 Kilometer lang. Wer einfach nur baden will, für den ist die Badeinsel in Steinhude der richtige Platz.

Camper, Surfer, Segler, Vogelkundler, Wanderer und Fahrradfahrer aus allen Bundesländern zieht es jährlich zu Tausenden an das Steinhuder Meer. In den Weiten der Moorlandschaft und den Feuchtwiesen verliert sich jedoch die Masse.

Nur an den Strandpromenaden in Steinhude bei Wunstorf und Mardorf herrscht reger Andrang. Und auch auf dem Wasser ist allerhand los. Wer kein eigenes Boot besitzt, kann sich mit Fahrgastschiffen oder den sogenannten Auswanderern, traditionellen Segelbooten, über den See zur Insel Wilhelmstein bringen lassen.



Radlerparadies Mittelweser

Die Mittelweser-Region zwischen Minden und Bremen eignet sich hervorragend zum Radfahren:

- 3.000 km gut ausgebaute und beschilderte Radwege
- Weser-Radweg – Deutschlands beliebtester Radfernweg, ADFC-Qualitätsradroute mit 4 Sternen
- Mehr als 40 ausgeschilderte Tagesradtouren u.a. Wolfstour, Dino-Tour, Grafenring, Energieentdeckeroute-Mittelweser, Kirchen-Radweg
- GPS-Touren (Satellitennavigationssystem), kostenfreie PDF-downloads unter www.mittelweser-tourismus.de
- Wirtetouren des DEHOGA, Radtouren des ADFC



Mittelweser-Touristik GmbH

Lange Straße 18, 31582 Nienburg
Tel. (05021) 91763-0
info@mittelweser-tourismus.de
www.mittelweser-tourismus.de



Auf weißen Tatzen durch Nienburg – die Bärenspur

Die Nienburger Bärenspur: 500 weiße Bärenatzen auf dem Straßenpflaster führen zu 30 Sehenswürdigkeiten in der Nienburger Altstadt. Start des 3,3 km langen Rundwegs ist die Tourist-Info, Lange Straße 18.

Ab Mai finden wieder öffentliche Führungen durch Nienburg statt. Selbstverständlich sind die Stadt-, Themen- und Nachtwächterführungen auch für Gruppen zum Wunschtermin buchbar.

Weitere Informationen, Termine der Führungen, Broschüre zur Bärenspur:

Mittelweser-Touristik GmbH

Lange Straße 18
31582 Nienburg
Tel. (0 50 21) 917 63-0
Fax (0 50 21) 917 63-40
info@mittelweser-tourismus.de
www.mittelweser-tourismus.de

Trendsport Slacklines

Mit dem Frühjahr beginnt auch die neue Slackline-Saison. Doch woher kommt Slacklines eigentlich? Rein sprachlich gesehen aus dem Englischen. Dabei steht „slack“ für „schlapp“ und „line“ für „Leine“ – also „auf einer schlappen Leine balancieren“. Sportlich betrachtet haben Kletterer das Slacklines salonfähig gemacht.

Heute nutzen es auch Freizeitsportler und Familien als gezieltes Training für Gleichgewichtssinn und Koordinationsfähigkeit. Zuerst waren es nur Einzelne, die über die bunten, meist zwischen zwei Bäumen gespannten,



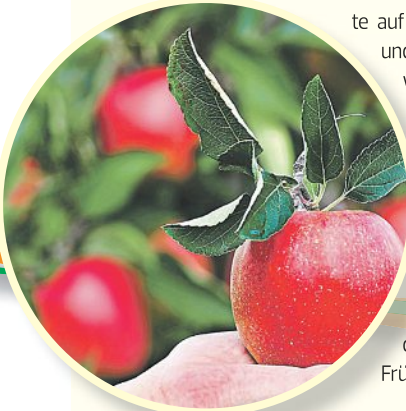
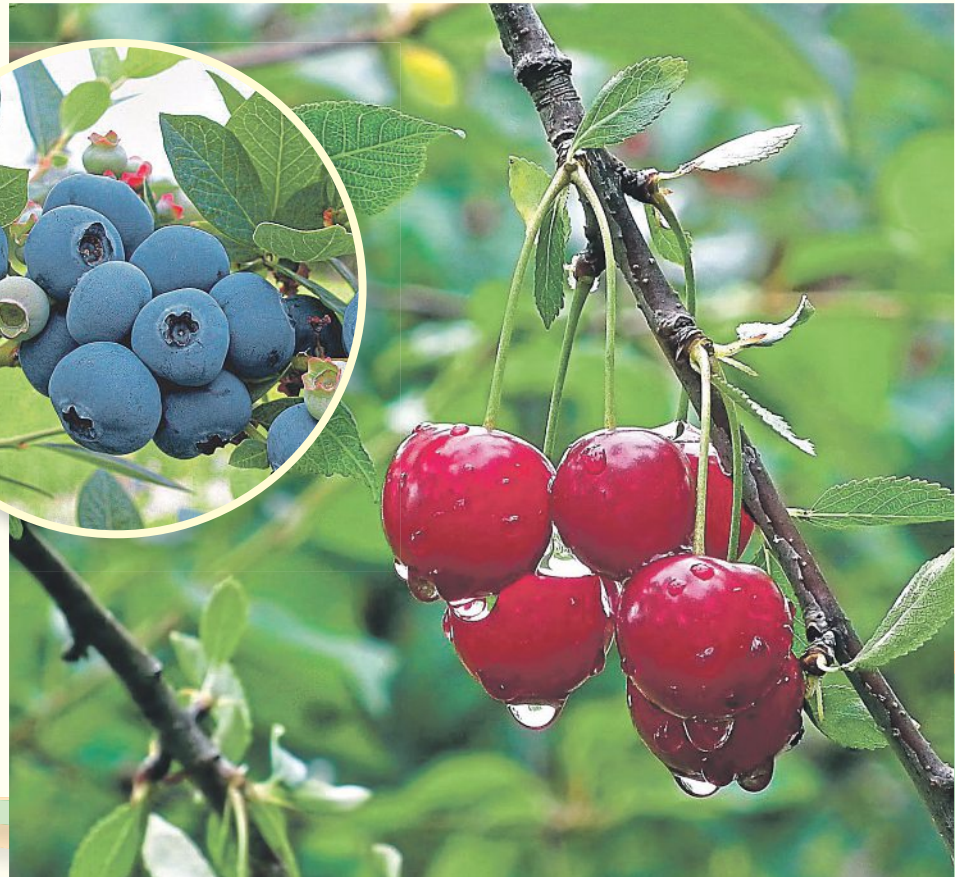
Bänder balancierten. Heute sieht man Kinder wie Erwachsene auf den Lines stehen, laufen und schaukeln. Ganz nach Lust und Laune – und einfach überall, wo es zwei Fixpunkte zur Befestigung der Line sowie einen weichen Untergrund gibt. Aus dem Nischensport Slacklines ist fast unbemerkt ein Trend geworden.

Früchte frisch vom Feld

Frischer geht es nicht: Erdbeeren, Himbeeren, Stachelbeeren oder Heidelbeeren, selbst vom Feld beziehungsweise vom Strauch geerntet. Viele Obstbaubetriebe in der Region bieten in der Erntezeit Obst zum Selbstpflücken an. Dies ist zum einen für diejenigen interessant, die wissen möchten, wo ihre Früchte für den Kuchen, die Marmelade oder die gesunde Nascherei zwischendurch herkommen. Zum anderen können Eltern ihren

Kindern bei der Obstern-
te auf spielerische Art

und Weise vermitteln, wie viel Zeit und Arbeit es kostet, bis Obst und Gemüse verkaufsfertig in den Supermarktregalen liegen – umso mehr werden die Kleinen nach „getaner Arbeit“ das Aroma der selbst gepflückten Früchte genießen.



Draußen 2020



Die nächste Beilage
erscheint im
Frühjahr 2020.
Merken Sie sich den
Termin schon jetzt vor!

Foto: Kzenon/AdobeStock

Die Harke · Anzeigen
An der Stadtgrenze 2 · 31582 Nienburg · Tel. (05021) 966-444 · anzeigen@dieharke.de · www.dieharke.de

DIE HARKE
Medienhaus



NIENBURGER KULTURWERK

TERMINE:

19., 20., 26., 27. Juli 2019

ERÖFFNUNGSFILM:

Über den Dächern von Nizza

SPONSOREN:

GBN Nienburg, AVACON,
Filmpalast Nienburg

Medienpartner:

DIE HARKE

Medienhaus

GOES OPEN AIR!

Das festlich beleuchtete Quaet-Faslem-Haus des Museums öffnet an vier Juliabenden seine Tore zum Biedermeier Garten und bildet die Kulisse zu den **Sommer Film-Classics 2019.**

Ein kühles Bier, Cocktails und Handfestes vom Grill locken bereits **ab 19.30 Uhr** in den schönsten historischen Garten Nienburgs.

Um 21.15 Uhr heißt es dann „**Spiel es noch einmal, Sam**“, wenn geliebte Feel-Good-Arthouse-Filme nochmals gezeigt werden.

Wir sehen uns unter der Sonne Nienburgs!

Ihr Kulturwerk-Team





**Happy Hour:
21-23 Uhr**

**Genießen Sie die
ersten Sonnenstrahlen bei uns!**

.....

Unsere über 200 Sitzplätze laden zum Verweilen ein. Genießen Sie den Sommer auf der sonnigen Dachterrasse mit Blick auf die Nienburger Innenstadt, im gemütlichen Biergarten oder auf der vorderen Terrasse – direkt an der Fußgängerzone und damit stets mitten im Geschehen.

Lassen Sie sich von Hasip Akbas und seinem Team verwöhnen – buen provecho!



Mittags-Angebot:

**Von 12 bis 14 Uhr sparen
Sie bei den Gerichten aus
der Mittagskarte!**



Kontakt

.....

Friedrich-Ludwig-Jahn-Straße 10 - 12
31582 Nienburg · Tel. (0 50 21) 92 64 25
www.mexicana-nienburg.de
info@mexicana-nienburg.de