

**1 Jahr in Ottersberg**  
**Feiern Sie mit!**  
**Tag der offenen Tür**  
**Sonntag, 31. März 2019!**  
 12:00-17:00 Uhr

Power Plate Center Ottersberg – Inh. Birgit Dassbeck  
 Große Str. 33, 28870 Ottersberg, Tel. 04205-6852800  
 www.powerplate-ottersberg.de

## Potenziale bündeln – Chancen am Markt schaffen

Verein der Selbständigen macht sich für Wirtschaftskraft in der Gemeinde Ottersberg stark



**Groß genug für alle Herausforderungen  
 Klein genug für individuelle Lösungen**

**Frese & Kollegen SteuerBERATER**  
 Große Straße 24 • 28870 Ottersberg • Tel. 04205/39 55-0  
 www.steuerberater-frese.de



Christian Statz (l.) und Steffen Krickow freuen sich nach dem ersten Jahr als Doppelspitze auf die Jahreshauptversammlung. FOTO: A. SCHACK



Auf dem Herbstmarkt des Vereins der Selbständigen in Ottersberg (VdSO) präsentieren die Gewerbetreibenden der Region ihre Angebote und Dienstleistungen im großen Zelt. FOTO: VDS OTTERSBERG

Die Selbständigen in Ottersberg, Fischerhude, Otterstedt und Posthausen sind seit 35 Jahren im VdSO organisiert. Seit einem Jahr wird der Verein von Christian Statz und Steffen Krickow als ersten und zweiten Vorsitzenden vertreten. Am kommenden Donnerstag, 4. April, treffen sich die Mitglieder zur Jahreshauptversammlung.

Ziel des VdSO ist seit jeher, die Öffentlichkeit auf die Leistungsfähigkeit der mittelständischen Wirtschaft und die Attraktivität der Gemeinde Ottersberg als Wirtschaftsstandort aufmerksam zu machen. Schon bei der Gründung im Jahr 1984 war die Intention des Vereins klar: die Potenziale der Gewerbetreibenden bündeln und damit neue Chancen am Markt zu schaffen. Vor einem Jahr hat sich der Vorstand komplett neu aufgestellt. Am kommenden Donnerstag treffen sich alle Mitglieder nun zur Jahreshauptversammlung im Walter-Becker-Haus am Sport-

platz, um eine Zwischenbilanz zu ziehen und neue Pläne zu schmieden.

Christian Statz ist selbständiger Gebäudereiniger und wurde vor einem Jahr zum ersten Vorsitzenden des VdSO gewählt. Er freut sich auf die Arbeit der kommenden Monate. „Nach dem ersten Jahr ist die Findungsphase des neu formierten Vorstands abgeschlossen“, berichtet er. „Es stehen wichtige Aufgaben an, von der Organisation unserer alljährlichen Events bis zur Entwicklung neuer Angebote, die den Austausch der Mitglieder auch abseits von Herbstmarkt und Co. verbessern sollen“, kündigt er an. Unterstützt wird er dabei von Steffen Krickow, der Leiter des Rewe-Marktes in Ottersberg ist, als zweiten Vorsitzenden. Gemeinsam setzen sich die beiden 34-jährigen Unternehmer als Doppelspitze für die Belange des VdSO ein. „Nachdem Hannah Schwarz-Kaschke ihr Amt als Vorsitzende zur Verfügung

gestellt hat, war es uns wichtig, dass die Verantwortung zukünftig auf mehrere Schultern verteilt wird – auf unsere und die des gesamten aktiven Vorstands“, erklärt Krickow.

Beide sind noch relativ neue Mitglieder des Vereins. Steffen Krickow sagt: „Ich bin in den VdSO eingetreten, weil ich den Rat erfahrener Kollegen suche und nach Möglichkeiten Ausschau halte, um mich in der Region zu engagieren.“ Christian Statz erklärt: „Ich bin Mitglied geworden, weil der VdSO Selbständigen gute Möglichkeiten zum Kennenlernen und der Zusammenarbeit bietet. Und genau das möchten wir gern noch weiter entwickeln. Schon in der Vergangenheit gab es beispielsweise regelmäßige Treffen bei Neumitgliedern. Wir möchten das in diesem Jahr wieder aufleben lassen und alle zwei bis drei Monate so ein Treffen anbieten“, erklärt er.

Ein weiteres Anliegen des neuen Vorstands ist die Präsenz der Mit-

gliedsunternehmen des VdSO in den dazugehörigen Ortschaften Fischerhude, Otterstedt, Posthausen und natürlich im weiteren Umkreis zu stärken. Aus diesem Grund organisiert und veranstaltet der Verein seit vielen Jahren schon den Frühlingszauber in Ottersberg, in diesem Jahr am Sonntag, 12. Mai, den Herbstmarkt auch dort am 28. und 29. September und den Weihnachtsmarkt in Fischerhude am 15. Dezember.

Diese Events haben sich zu Publikumsmagneten entwickelt und sind weit über die Gemeindegrenzen hinaus bekannt.

Für eine Mitgliedschaft im VdSO sprechen darüber hinaus, laut Statz und Krickow, eine ganze Reihe von Vorteilen für die Unternehmer: „Der Austausch untereinander ist natürlich wichtig“, erklärt Statz. „Aber auch Preisvorteile als Aussteller bei unseren Veranstaltungen.“ Die Präsenz der Mitgliedsunternehmen auf der Internetseite

der Vereinigung und in den Sozialen Medien wollen die beiden erhöhen und somit einen weiteren Vorteil schaffen. „Und das alles für einen sehr geringen Jahresbeitrag“, betont Statz.

Erst Anfang März hat der VdSO die Berufsorientierungsbörse der Wümme-Schule unterstützt, unter anderem mit der Bereitstellung von Kaffee, Getränken und Brötchen.

Die Planungen für die kommenden Veranstaltungen sind bereits in vollem Gange. „Neben der Selbstständigkeit ist so eine ehrenamtliche Tätigkeit oft herausfordernd, das weiß jeder, der so etwas schon einmal gemacht hat. Aber es macht uns auch große Freude“, erklären Christian Statz und Steffen Krickow.

XAS

Interessierte, die sich über die Angebote der VdSO informieren möchten, finden auf der Internetseite des Vereins weitere Informationen und Kontaktmöglichkeiten: [www.vdso.de](http://www.vdso.de).

**BAHRENBURG HAUSTECHNIK AG**

Heizung • Lüftung • Sanitär • Klima

Zentrale 04205 - 31710  
 Kundendienst/Service 04205 - 317130  
 Notdienst 04205 - 317199

Große Str. 26 • 28870 Ottersberg

**Ihr Opel Partner**  
 für Neu- und Jahreswagen,  
 EU-Fahrzeuge und Gebrauchtwagen.

Seit über 60 Jahren!  
 Wir freuen uns auf Sie!

**AVIA A. Wolf & Sohn GmbH & Co. KG**  
 Große Straße 92-94 • 28870 Ottersberg  
 Telefon 0 42 05 / 20 68 und 88 87

+++ [www.opel-wolf.de](http://www.opel-wolf.de) +++

**Gebäude- / Glas- und Solarreinigung**  
 für private und gewerbliche Kunden

**Die Callprofis**  
 Schmutz- und Glasreinigung

Hauptstraße 36 • 28870 Ottersberg  
 Tel: 0 42 05 / 319 55-18 • Fax: 04205 / 3950960  
 info@callprofis.de • [www.callprofis.de](http://www.callprofis.de)

## Mit Vibration zur Wohlfühlfigur

Power-Plate-Center Ottersberg lädt am Sonntag alle Interessierten zum Tag der offenen Tür ein

Vor rund einem Jahr eröffnete Birgit Dassbeck das Power-Plate-Center im ehemaligen China-Restaurant an der Großen Straße in Ottersberg. Genauso lange ist sie auch Mitglied im Verein der Selbständigen in Ottersberg (VdSO). Heute blickt sie auf zwölf erfolgreiche Monate zurück, in denen sie nicht nur eine ganze Reihe ihrer Unternehmerkollegen von dem VdSO während eines Neumitgliedertreffens für die vibrierende Power Plate begeistern konnte, sondern auch mehr als 150 weitere aus der Region, meist Frauen, die heute regelmäßig zum Personal-Training kommen.

Am Sonntag, 28. März, lädt die 50-jährige Ottersbergerin alle Interessierten von 12 bis 17 Uhr zum Tag der offenen Tür ein. Neben Kaffee, Kuchen und Gesprächen bietet die Fitnessexpertin ab 14 Uhr jede Stunde für jeweils 20 Minuten ein Showtraining auf den vier Power Plates des Centers an. Unterstützt wird sie dabei von ihren Mitgliedern, die ihre Begeisterung für das kurze und effektive Training weitergeben möchten. „Natürlich darf auch jeder selbst einmal testen, wie ihm oder ihr das Training auf der Power Plate gefällt“, lädt Dassbeck ein. Besondere Kleidung sei dafür nicht notwendig: „Einfach vorbeikommen und ausprobieren“, rät die Expertin.

Zudem bietet Dassbeck ein effektives Ganzkörpertraining mit einem nicht elastischen Gurtsystem (TRX) an, bei dem mit dem



Als Power-Plate-Master-Trainerin unterstützt Birgit Dassbeck ihre Mitglieder mit viel Erfahrung, ihre Ziele zu erreichen. FOTO: A. SCHACK

eigenen Körpergewicht als Widerstand gegen die Schwerkraft antrainiert wird.

Die Power Plate hingegen ist ein Übungsgerät, das über eine vibrierende Plattform die Muskulatur im gesamten Körper aktiviert und trainiert. „Das Training erfolgt über die Stimulation des Muskel-Dehn-Reflexes, der durch die Übertragung der Schwingungen der Platte auf den Körper in den entsprechenden Muskeln ausgelöst wird und nahezu alle Muskelfasern in Kontraktion bringt“, erklärt die Trainerin und fügt hinzu: „Das Ergebnis ist ein in-

tensives, gelenkschonendes, individuell anpassungsfähiges und zeitsparendes Krafttraining.“

„Besonders Frauen nutzen das Angebot gerne“, berichtet Dassbeck. „Das Workout mit der in den Niederlanden erfundenen Power Plate erhöht die Muskelkraft, verbessert die Knochenichte, sorgt für eine gute Durchblutung und nicht zuletzt auch für eine Straffung des Bindegewebes“, erklärt sie. „Und das alles bei einer Nettotrainingszeit von rund zehn Minuten“, ergänzt Dassbeck. Das käme dem schmalen Zeitbudget vieler ihrer

Kundinnen sehr entgegen. Inklusiv- und Einweisung, Pausen und einer abschließenden Massage durch das Gerät kämen am Ende gerade 30 Minuten zusammen.

Mit dem Start in die Selbstständigkeit vor einem Jahr hat sich die 50-Jährige einen Traum erfüllt. Seit mehr als 30 Jahren ist Birgit Dassbeck bereits im Sportbereich tätig. Zunächst arbeitete sie im familien-

eigenen Sportcenter in Weyhe. „Als dort im Jahr 2002 das Angebot um ein Power-Plate-Studio ergänzt wurde, war es um mich geschehen“, erinnert sie sich.

Eine Anmeldung ist für den Tag der offenen Tür ist nicht notwendig. Weitere Informationen gibt es im Internet: [www.powerplate.de/studiofinder/powerplate-ottersberg/](http://www.powerplate.de/studiofinder/powerplate-ottersberg/)

XAS

**R&R** zertifizierter Fachbetrieb  
**Pumpentechnik GmbH**

**Brunnenbau - Erdwärmebohrung**

Lilienthaler Straße 15  
 28870 Fischerhude  
 E-Mail: [RR-Fischerhude@t-online.de](mailto:RR-Fischerhude@t-online.de)

Tel. 04293-1626  
 Fax 04293-786626  
[www.rr-erdwaerme.de](http://www.rr-erdwaerme.de)

**Ihre Werbung ist nicht dabei gewesen?**

Ihre Ansprechpartner für Print- und Onlinewerbung

**Knut Eyer mann**  
 Medienberater  
 Tel. 0 42 02 / 88 37 - 47 70  
[knut.eyer mann@weser-kurier.de](mailto:knut.eyer mann@weser-kurier.de)

Buchen Sie jetzt für die nächste Ausgabe.

**WESER KURIER**

**REWE Steffen Krickow**  
 Grüne Straße 16 • 28870 Ottersberg

Montag-Samstag **7 bis 22** Uhr

**REWE**  
 DEIN MARKT