

Glückliches neues Jahr!

Happy New Year <> Bonne Anné



Liebe Leserinnen und liebe Leser,
verehrte Kundinnen und Kunden,
in diesem Jahr warten nicht nur 365 frische, neue Tage auf uns,
sondern es gibt dank Schaltjahr einen weiteren Bonustag, den
29. Februar 2024.

Eine Ausnahme, etwas Besonderes, ein Highlight - vielleicht lassen Sie uns wissen, was Sie sich für diesen besonderen Tag, den es nur alle vier Jahre einmal gibt, vornehmen. Werden Sie den Bonustag einfach „blaumachen“, sich etwas Besonderes gönnen, vielleicht sind Sie genau an diesem Tag geboren und freuen sich auf einen „richtigen Geburtstag“? Möglicherweise wird es einfach ein entspannter, glücklicher Donnerstag mit guten Freunden und einem Gläschen Schampus „auf die nächsten vier Jahre“ - schreiben Sie uns gerne an redaktion@rautenberg.media mit dem Betreff: 29. Februar 2024 - wir sind gespannt darauf, was Sie planen und worauf Sie sich heute schon freuen!*

Wir wünschen Ihnen allen einen wunderschönen, grandiosen Start in das Jahr 2024.

Glück, Freude, Lachen, Erfolg und Erfüllung mögen Sie an jedem neuen Tag begleiten und Ihnen - spätestens am Abend - ein zufriedenes Lächeln auf die Lippen zaubern.

Selbstverständlich wünschen wir Ihnen Gesundheit und bei allem Tun (und Lassen / was manchmal noch schwerer ist) viel (Glücks-)Schwein! Wir freuen uns darauf, mit Ihnen in dieses neue Jahr zu starten!

Herzliche Grüße

Ihre
Siri Rautenberg-Otten
mit allen Mitwirkenden
RAUTENBERG MEDIA

*Wenn Sie mögen, veröffentlichen wir Ihre Beiträge in aller Kürze in unseren Publikationen.

JOHNS

Wir brauchen Teamverstärkung!

Du bist Dachdecker, Zimmerer, Innenausbauer, Schreiner oder Du verfügst generell über handwerkliches Geschick? Dann melde Dich bei uns!

DIE JOHNS GmbH

Tel. 02265 98998-20 | info@johns-gmbh.de | www.johns-gmbh.de

JETZT informieren

markilux Designmarkisen. Made in Germany.
Die Beste unter der Sonne. Für den schönsten Schatten der Welt.

Metallbau Altwicker

Hähner Weg 53 · 51580 Reichshof · www.metallbau-altwicker.de



Unsere Energie für ein
STABILES Klima

Ökostrom zu guten Preisen
nachhaltig und lokal



aggerenergie.de/tarifrechner

 **AggerEnergie**
Voller Energie für die Region

Budenzauber in Derschlag verspricht erneut Spannung, Technik und viele Tore

Am 7. Januar 2024 ist Borussia Derschlag erneut Gastgeber für das traditionsreiche Hallenturnier „Budenzauber“.

Der erste sportliche Höhepunkt findet jedes Jahr in Derschlag statt. Zur 35. Auflage lädt die Borussia in die Sporthalle auf dem Epelberg ein. Das Teilnehmerfeld ist erstklassig und verspricht spannenden Fußball unter dem Dach. Es treffen Topteams aus der Mittelrheinliga bis zur Kreisliga aufeinander. Trotz der Klassenunterschiede macht es die Mischung und die sogenannten Kleinen sind neben den Favoriten das Salz in der Suppe. Gerade die unterklassigen Mannschaften haben immer sehr viele eigene Fans im Rücken und somit ist die Stimmung immer pro Underdog.

In der Gruppe A erwartet die Zuschauer ein fesselndes Duell zwischen dem Titelverteidiger SSV Homburg-Nümbrecht (Landesliga) und Eintracht Hohkeppel (Mittelrheinliga). Dass der ambitionierte Mittelrheinligist am Budenzauber 2024 teilnimmt, freut die Verantwortlichen der Borussia sehr, gerade weil der Verein seine Aufstiegsambitionen auf dem Platz über alles andere stellt. Hierbei gilt der Dank dem Vereinsvorsitzenden Hakan Ekmen, der sein Versprechen aus dem Vorjahr hiermit ehrenhaft einlöste. Die letzten Begegnungen der beiden Favoriten im Kreispokalfinale waren, wie üblich, von hoher Emotionalität geprägt. Als Herausforderer in dieser Gruppe treten der westfälische Bezirksligist VSV Wenden (u. a. mit den Oberbergern André Schilamow und Mert Akbas) sowie der SSV Bergneustadt (Kreisliga A) und der FC Wiedenest-Otthal (Kreisliga B) an. Beide Mannschaften waren im Vorjahr im Halbfinale vertreten.. Die Gruppe B wird von FV Bonn-Endenich angeführt, dem zweiten

Starter aus der Mittelrheinliga. Als Meister der Landesliga Staffel 1 im vergangenen Sommer stiegen sie in die höchste Verbandspielklasse auf. Das Trainerteam, bestehend aus Marek Dabrowski und Dimitri Wirsche, ist seit einigen Wochen das verantwortliche Duo an der Außenlinie.

Gegner ist unter anderem der ambitionierte Bezirksligist SV Schönenbach, bis vor kurzem noch Arbeitgeber der beiden Trainer aus Bonn-Endenich. In der Gruppe B ist auch das Team von SC Borussia Lindenthal-Hohenlind vertreten. Dieser Landesligist aus Köln bringt als Teammanager Roland Gabriel (früher Golombek) mit nach Derschlag. Roland war früher Trainer bei vielen oberbergischen Vereinen, so auch bei der Borussia aus Derschlag. Weitere Mannschaften in der Gruppe B sind der A-Ligist TuS Homburg-Bröltal sowie der Gastgeber FC Borussia Derschlag. Beide Mannschaften spielen in ihren jeweiligen Kreisligen eine gute Rolle und werden alles versuchen, dass die Favoriten in der Vorrunde ins Stolpern geraten.

Die Turnierverantwortlichen sind über die Teilnahmezusagen sehr zufrieden. Sie hoffen, dass viele Besucher den Budenzauber besuchen und für eine gute Stimmung in der Halle sorgen. Die Spielzeit beträgt einmal 15 Minuten. Die Endspiele beginnen circa 18.30 Uhr, direkt im Anschluss wird die Siegerehrung durchgeführt. Diese wird seit vielen Jahren begleitet und durchgeführt mit Hilfe von Friedhelm Julius Beucher, Präsident des Deutschen Behinderten-sportverbands.

Ein Turnier für Freizeit- und Betriebsmannschaften am Freitagabend sowie der „kleine“ Budenzauber für Teams aus der Kreisliga B und C am Samstag, 6. Januar, flankieren das Hauptturnier.

Fragen zur Verteilung?

FRAU BIESEMANN
mail@regio-pressevertrieb.de

www.regio-pressevertrieb.de

REGIO | PUNKTLICH • ZIELGERICHTET • LOKAL
Die Zeitungszustellgesellschaft der RAUTENBERG MEDIA KG

Gruppeneinteilung Budenzauber

Gruppe A

Eintracht Hohkeppel (Mittelrheinliga)
SSV Homburg-Nümbrecht (Landesliga/Titelverteidiger)
VSV Wenden (Bezirksliga)
SSV Bergneustadt (Kreisliga A)
FC Wiedenest - Oththal

(Kreisliga B)

Gruppe B

FV Bonn-Endenich (Mittelrheinliga)
SC Borussia Lindenthal-Hohenlind (Landesliga)
SV Schönenbach (Bezirksliga)
TuS Homburg-Bröltal (Kreisliga A)
Borussia Derschlag (Kreisliga B)



Familien ANZEIGENSHOP



*inkl. MwSt., Preis variiert nach Auflage der Zeitung.



**Online Familien-Anzeigen:
für alles was wirklich zählt!**
shop.rautenberg.media

SPORT

22. Dümmlinghauser Tischtennis-Neujahrsturnier



Die Vorjahressieger und Platzierten des Zweiermannschaftsturniers.

Am Samstag, 6. Januar und Sonntag, 7. Januar 2024 lädt der TV Dümmlinghausen-Hesselbach zu seinem schon traditionellen Neujahrsturnier ein.

Das Turnier beginnt am Samstag um 13.30 Uhr mit der A-Klasse für Damen und Herren bis 1.800 Punk-

te (Q-TTR vom 11. November 2023). Die B (bis 1.550 Punkte / Beginn 14.30 Uhr) und C (bis 1.350 Punkte / Beginn 15.30 Uhr)-Klasse starten anschließend ebenfalls in der Turnhalle der Grundschule Gummersbach-Bernberg. Erstmals ist das Turnier deutschlandoffen.

Fortgesetzt wird es am Sonntag um 10 Uhr als nur für den TT-Bezirk Köln offenes Zweiermannschaftsturnier mit Punktvorgabe für Jugend, Damen und Herren. Titelverteidiger sind Werner Kunkel (TV Dümmlinghausen), Richard Wölk (TTC Wiehl) und Yannick Roedt (1. FC Köln) in den drei Einzelklassen sowie die Zweiermann-

schaft Christopher Pfaff und Michael Gutsmuths (TV Dümmlinghausen).

Meldungen werden bis Freitag, 5. Januar um 18 Uhr von Peter Rutzen (02262/727818), Tobias Arntz (02261/790096) und Thomas Stein (02261/21006) oder per Mail an thomas.stein27@t-online.de entgegen genommen.

Online lesen: rundblick-gummersbach.de/e-paper

rundblick

KREIS-
STADT GUMMERSBACH

Alle 14 Tage in Ihrem Briefkasten

HALLO PRESSESPRECHER/INNEN PRESSEBEAUFTRAGTE

der VEREINE – KIRCHEN – SCHULEN und
anderer Organisationen

Akkreditieren Sie sich gleich jetzt
für das CMSystem von Rautenberg Media,
um für diese Zeitung Artikel einzustellen:
<https://redaktion.rautenberg.media>

 Wir freuen uns auf Sie!

■ ZEITUNG ■ DRUCK ■ WEB ■ FILM

PRODUKTFOTOGRAFIE

SIE HABEN DAS PRODUKT?
WIR HABEN DAS KNOW-HOW!



- hochwertige, professionelle Fotos die unsere Profis für Sie anfertigen
- wir setzen Ihre Produkte ins rechte Licht
- professionelle Bildbearbeitung
- individuelle Beratung
- hohe Qualitätskontrollen
- kurze Kommunikationswege um Ihre Wünsche umzusetzen

WEITERE INFOS UNTER:
www.rautenberg.media/film/produktfotos



KIRCHE

Ev. Kirchengemeinde Hülsenbusch-Kotthausen

Gemeindenachrichten

Sonntag, 7. Januar

10 Uhr - Gottesdienst in Hülsenbusch

Freitag, 12. Januar

8 Uhr - Morgengebet in der Kirche in Hülsenbusch

Sonntag, 14. Januar

18.30 Uhr - Gottesdienst mit Abendmahl in Hülsenbusch, anschließend After-Church-Club in der Dorfkneipe

Freitag, 19. Januar

8 Uhr - Morgengebet in der Kirche in Hülsenbusch

Sonntag, 21. Januar

10 Uhr - Gottesdienst in Kotthausen, zeitgleich Kinderkirche

Alle Angebote für Kinder, Jugendliche, Erwachsene und Senioren finden Sie unter:
www.ev-kirche-huelsenbusch-kotthausen.de



KÖNIGSBERGER Express

Abonnieren Sie den KÖNIGSBERGER EXPRESS.

Diese deutschsprachige Zeitung informiert Sie monatlich über Gesellschaft und Politik in der Region in und um Kaliningrad.

Der Königsberger Express erscheint monatlich und kostet im Abonnement 44,00 Euro pro Jahr.

ABO-BESTELLUNG

FON +49 (0) 2241 260-380

FAX +49 (0) 2241 260-339

www.koenigsberger-express.info

Hiermit bestelle ich den KÖNIGSBERGER EXPRESS verbindlich bei der Rautenberg Media KG – Kasinostraße 28-30 – 53840 Troisdorf

ABONNEMENTBESTELLUNG

Name / Vorname

Straße / PLZ / Ort

Telefon (für eventuelle Rückfragen) / Unterschrift für das Abonnement

Hiermit ermächtige ich Sie zur Abbuchung des Abonnements von meinem Konto.

Bezogene Bank

IBAN / Unterschrift für den Bankeinzug



Pflegeberatung und Schulungen von Lebensbaum

Praktische Unterstützung der häuslich Pflegenden ist einer der wichtigsten Aspekte unserer **Pflegeberatung**. Täglich unterwegs bei denen, die auf diese Unterstützung angewiesen sind, die ihren liebsten Menschen zu Hause pflegen.

Ab Pflegegrad 2 ist ein Beratungsbesuch in unterschiedlichen Intervallen nach §37,3 SGB XI verpflichtend. Wohlgemeldet, der einen verlässlichen und verantwortungsvollen Partner an seiner Seite weiß.

Dieser Partner möchten wir gerne mit unserer Pflegeberatung sein. Persönlich, sympathisch, diskret und vor allem professionell schauen wir uns Ihre häusliche Pflegesituation an und **beraten Sie zur Sicherstellung der Qualität in der häuslichen Pflege**.

Gerade am Anfang stehen Angehörige oder ehrenamtlich tätige Personen ohne Fachkenntnisse vor großen Herausforderungen.



Unsere Pflegeberatung unterstützt auch hier mit Schulungen, um die körperlichen und seelischen Belastungen zu minimieren. Hier schulen wir Sie gerne individuell am Bett Ihres Angehörigen oder auch in den Räumlichkeiten des Lebensbaum in Lindlar.

*Verwurzelt
im Leben*

Lebensbaum

Ambulante Pflege - Tagespflege - Wohngemeinschaft

Breslauer Straße 11, 51789 Lindlar

Telefon 0 22 66/4 79 31-0 | info@lebensbaum.care

WhatsApp: 0 176 / 18 18 70 31

www.lebensbaum.care

SONSTIGES

Unterstützung bei hohen Heizkosten

Anspruch auf Sozialleistungen bei regelmäßigm Einkommen

Die infolge der Energiekrise eingeführten Preisbremsen bei Gas, Strom und Fernwärme haben in diesem Jahr für finanzielle Entlastung bei Verbraucher:innen gesorgt. Allerdings laufen die Energiepreisbremsen zum 31.12.2023 aus.

„Verbraucher:innen, die derzeit noch vertraglich an teurere Energieverträge gebunden sind und nicht zeitnah in preiswertere Tarife wechseln können, bekommen das Auslaufen der Preisbremsen im kommenden Jahr finanziell zu spüren“, sagt Kolja Ofenhammer, Fachexperte für Energieschulden und Sozialrecht der Verbraucherzentrale NRW. Höhere monatliche Nebenkosten an Vermieter:innen oder steigende Abschläge an Energieversorger können die Folge sein. „Auch Menschen mit regelmäßigm Einkommen können Anspruch auf Sozialleistungen bei hohen Heizkosten haben und ihr Recht auf finanzielle Unterstützung einfordern.“

Worauf bei der Antragstellung zu achten ist, zeigt die Verbraucherzentrale NRW in vier Tipps.

Anspruch auf Sozialleistungen bei hohen Heizkosten prüfen

Verbraucher:innen, die aufgrund ihres regelmäßigen Einkommens sonst keinen Anspruch auf Sozialleistungen haben, können im Einzelfall eine Unterstützung vom Jobcenter oder Sozialamt für die monatlichen Heizkosten beantragen. Eine finanzielle Unterstützung bei den Heizkosten ist sowohl möglich, wenn Verbraucher:innen einen direkten Vertrag mit einem Energieversorger haben, als auch beim Bezahlen der Heizenergie über die Nebenkostenabrechnung an Vermieter:innen. Zu beachten ist, dass nur Heizkosten übernommen werden. Für Stromkosten wird die finanzielle Unterstützung nur übernommen, wenn mit Strom geheizt wird.

Was bei der Antragstellung zu beachten ist

Ist die Heizkostennachzahlung so hoch, dass Verbraucher:innen sie nicht zahlen können, muss die Übernahme der Kosten schriftlich beantragt werden. Erwerbstätige oder fähige Verbraucher:innen können sich dazu an das örtliche Jobcenter wenden, andernfalls ist das Sozialamt der richtige Ansprechpartner. Dies gilt beispielsweise für anspruchsberechtigte Rentner:innen. Der Antrag muss zeitnah gestellt werden, sobald die Heizkostenabrechnung vorliegt.

Verbraucher:innen, die nicht mehr erwerbsfähig oder im Rentenalter sind, müssen den Antrag noch im Monat der Fälligkeit der Rechnung beim Jobcenter oder Sozialamt stellen. Wichtig: Bis zum 31.12.2023 kann der Antrag beim Jobcenter noch drei Monate nach Fälligkeit der Rechnung gestellt werden.

Ab 01.01.2024 gilt diese verlängerte Frist nicht mehr.

Höhe des regelmäßigen Einkommens berücksichtigen

Der Anspruch auf Sozialleistungen ist bei regelmäßigm Einkommen von mehreren Bedingungen abhängig. Dazu zählt, mit wie vielen Personen im Haushalt gelebt wird, ob beispielsweise ein Mehrbedarf (z.B. wegen Schwangerschaft oder als alleinerziehender Elternteil) vorliegt und wie hoch die Miete und entsprechende Heizkosten ausfallen. Ein Anspruch auf staatliche Unterstützung besteht darüber hinaus nur dann, wenn kein erhebliches Vermögen vorhanden ist. Bei Leistungen des Jobcenters wie dem Bürgergeld liegt ein erhebliches Vermögen vor, wenn das sofort verfügbare Vermögen (z.B. Bargeld, Vermögen auf Girokonto, Sparbuch) 15.000 Euro für jede Person im Haushalt übersteigt. Bei der Grundversicherung im Alter und bei Erwerbsminderung besteht ein Schonvermögen von 10.000 Euro für jeden leistungsberechtigten Menschen.

Ist die Unterstützung bei hohen Heizkosten auch möglich, wenn bereits Sozialleistungen bezogen werden?

Erhalten Verbraucher:innen bereits Leistungen vom Jobcenter oder Sozialamt, wird die Nachzahlung aus der Nebenkostenabrechnung oder der Jahresverbrauchsabrechnung übernommen, sofern der Verbrauch angemessen ist.

Leistungsempfänger:innen können sich hierfür an das Jobcenter oder Sozialamt wenden. Dies gilt auch, wenn Wohngeld oder Kinderzuschlag bezogen wird. (Verbraucherzentrale NRW/Bergisch Gladbach)



Rotes Kreuz ruft zur Blutspende auf

Blutspenderückgang wegen Erkältungswelle

Regelmäßige Blutspenden sind von lebensrettender Bedeutung, aber leider nimmt die Erkältungs- und Grippewelle spürbar Fahrt auf. Wer sich krank fühlt, darf nicht Blut spenden. Das Rote Kreuz appelliert deshalb an alle, die den

Herbst-Schnupfen schon hinter sich haben oder davon verschont geblieben sind: „Bitte kommen Sie jetzt zur Blutspende und sichern Sie die Versorgung schwerkranker Patienten!“

Das Rote Kreuz bittet darum, sich

vor der Blutspende einen Termin zu reservieren. Wer unter www.blutspende.jetzt eine Blutspendezeit bucht, kann ohne Wartezeit Blut spenden.

Allerdings sollte man mit verschupfter Nase und Kratzen im

Hals nicht zur Blutspende gehen. Es gilt der Grundsatz: Wer Blut spendet, sollte gesund sein und sich gut fühlen. Dies dient der Sicherheit des Patienten, der die Bluttransfusion bekommen wird, aber auch dem eigenen Schutz.

Nach einer normalen Erkältung (laufende Nase) ist man eine Woche nach Abklingen der Beschwerden wieder blutspendefähig. Nach der Einnahme von Antibiotika oder einer fieberhaften Erkrankung müssen vier Wochen Pause bis zur nächsten Blutspende eingeplant werden. Das heißt: Vier Wochen nach dem ersten Tag ohne Fieber beziehungsweise vier Wochen nach dem Tag der letzten Antibiotikum-Einnahme ist Blutspenden wieder möglich. Eine Gripeschutz-Impfung ist kein Problem für die Blutspende. Wer sich gegen Grippe impfen lässt und sich rundum wohl fühlt, darf nach der Impfung Blut spenden. Was passiert bei einer Blutspende?

Wer Blut spenden möchte, muss mindestens 18 Jahre alt sein und sich gesund fühlen. Eine obere Altersgrenze gibt es nicht mehr. Zum Blutspendetermin bitte unbedingt den Personalausweis oder Führerschein mitbringen. Vor der Blutspende werden Körpertemperatur, Puls, Blutdruck und Blutfarbstoffwert überprüft.

Die eigentliche Blutspende dauert etwa fünf bis zehn Minuten. Danach bleibt man noch zehn Minuten lang entspannt liegen. Nach der Blutspende gibt es vom Roten Kreuz eine Stärkung in Form eines Imbisses oder Lunchpaket. Im Labor des Blutspendedienstes werden die Blutspenden auf verschiedene Infekti-

onskrankheiten untersucht. Mit einer Blutspende kann bis zu drei kranken oder verletzten Menschen geholfen werden. Eine Blutspende ist Hilfe, die ankommt und schwerstkranken Patienten eine Überlebenschance gibt.

Alle aktuellen Blutspendetermine, eventuelle Änderungen sowie Informationen rund um das Thema Blutspende sind kostenfrei unter 0800 11 949 11 und unter www.blutspende.jetzt abrufbar. (Quelle: Deutsches Rotes Kreuz)



Müllers-Engel!

Anzeige

Welche Assoziation haben Sie und Ihr mit diesem Namen? Wahrscheinlich ähnliche wie ich, allerdings sind sie völlig falsch. Müllers-Engel ist nicht etwa ein Ehename, bei denen sich einer der Ehepartner nicht für einen Namen entscheiden konnte oder wollte. Nein, es ist ein komplett ausgedachter Firmenname.

Erstaunt? Das war ich vor meinem wirklich sehr netten Gespräch mit Frau Özdemir auch. Müller ist laut Google der deutsche aller Namen, der mit Ordnung und Zuverlässigkeit verbunden wird und „Engel“ sollte ursprünglich die Abkürzung für Engelskirchen sein. Das war der Beweggrund für diesen Firmennamen.

Ich persönlich würde allerdings Frau Özdemir selbst als eine der schönsten Seelen bezeichnen, die ich bisher kennengelernten durfte. Der Firmenname ist also durchaus Programm und die gelebte Empathie ist engelsgleich.

Vor rund fünf Jahren wurde das Unternehmen gegründet. Also durchaus in der schwierigsten Zeit für eine Neugründung im Bereich der Gebäudedienstleistungen. Allerdings hat sich das Durchhaltevermögen der Eheleute Özdemir ausgezahlt und auch die Qualität der Dienstleistungen durchge-

setzt, so dass die holprige Corona-Zeit gut überstanden werden konnte.

Das Unternehmen Müllers-Engel zeichnet sich durch den berühmten „Blick über den „Tellerrand“ aus, durch Empathie, Vertrauen und Handlungskompetenz. Zuverlässigkeit und ein hoher Reinigungsstandard runden die Leistungen ab.

Das Unternehmen bietet eine breite Auswahl an qualitativ hochwertigen Dienstleistungen in den Bereichen Gebäudereinigung, Objektservice, Umzugs-service und Entrümpelungen zu günstigen und fairen Preisen an. Diese Preisgestaltung geht aber keinesfalls zu Lasten der Mitarbeitenden, die sorgfältig ausgewählt und umfassend geschult werden.

Die durchaus hohe Kundenzufriedenheit wird nicht zuletzt durch stetige Qualitätskontrollen sichergestellt.

Das Dienstleistungsportfolio umfasst zur Zeit Büroeinigung, Aufgangsreinigung, Sanitätreinigung, Außenreinigung, Reinigung von Verkehrsflächen, Parkhaus- und Tiefgaragenreinigung, Pflege- und Beschichtungsarbeiten, Reinigung von Privaträumen, Unterhaltsreinigung, Grundreinigung, Umzugsservice (speziell für Senioren), Haushaltsentlastungshilfen für Familienangehörige, Wohnungsreinigung bei

Einzug oder Auszug, Hausmeisterdienste, Wohnungsauflösungen, Backofenreinigung.

Frau Özdemir hat immer wieder betont, dass sie dies alles nicht ohne die beratende Unterstützung von Herrn Schumacher von der Schumacher Kunststoffe GmbH bewerkstelligt hätte.

Ab Januar 2024 werden nun auch Dienstleistungen angeboten, die über die Krankenversicherung abgerechnet werden können. Der hierbei wohl größte Unterschied liegt dabei darin, dass die Mitarbeitenden von Müllers-Engel nicht nur Dienst nach Vorschrift abliefern, sondern auch in diesem Bereich soll die gelebte Empathie fester Bestandteil der Dienstleistung sein.

Besonders im Bereich der Privathaushalte ist das Vertrauen der Kunden das größte und wichtigste Gut. Die Kunden werden demnach immer von dem selben Mitarbeitenden besucht, die meisten Kunden werden schnell zu Stammkunden und allein diese Tatsache spricht doch für sich.

Ich persönlich bin unglaublich froh und dankbar, Frau Özdemir persönlich kennengelernt zu haben: Sie ist einfach ein Engel und ihre Stärke und ihre Vision von einem besseren Füreinander und Miteinander hat sie mithilfe ihrer Familie in den vergangenen Jahren aktiv mit Leben gefüllt.

JaR

MÜLLERS-ENGEL
So geht Sauber

Unsere Dienstleistung für Privat und Gewerbe Kunden:

- Gebäudereinigung
- Spezialreinigung
- Haushaltsauflösung
- Grundreinigung
- Entrümpelung
- Objektservice
- weitere Dienstleistungen

Tel.: 02263 5126
info@muellers-engel.com
www.muellers-engel.de

Anzeige

Herzensprojekt - Kindern eine gute Zukunft ermöglichen

Bender & Bender Immobilien Gruppe
finanziert Schulbau in Afrika mit Unterstützung von FLY&HELP

Schon länger plante Mike Bender, Geschäftsführer der Bender & Bender Immobilien Gruppe aus Altenkirchen, einen Schulbau in Entwicklungsländern zu unterstützen. „Das Geschäftsjahr 2022 war dank dem Einsatz unserer Mitarbeiter:innen ein sehr erfolgreiches Jahr. Von diesem Erfolg möchte ich gerne einen Teil an Menschen weitergeben, denen es nicht so gut geht.“, erzählt Mike Bender. Ende 2022 nahm er dann Kontakt zu Reiner Meutsch auf. Dieser hat bereits über 750 Schulen in 56 Ländern mit seiner Stiftung FLY&HELP eröffnet. Kurz darauf wurde der Vertrag über den Schulneubau in Agbodrafo, einer Stadt mit ca. 9.000 Einwohnern im Land Togo, unterschrieben.

Neubau einer Grundschule für 230 Schulkinder

Das vorhandene Schulgebäude wurde im Mai diesen Jahres von einem Sturm fast vollständig zerstört, sodass der Unterricht teilweise nur bei schönem Wetter unter einem provisorischen Unterschlupf stattfinden konnte. Umso mehr freute es Melanie und Mike Bender, dass nun ca. 230 Kindern mit dem Neubau ihres Schulgebäudes die Chance auf eine gute Schulbildung unter besseren Bedingungen haben können. Das Gebäude besteht aus 4 Klassenzimmern, einem Lagerraum so-



wie einem Lehrerzimmer.

Die Schuleinweihung im November

Zur offiziellen Einweihung der Schule reisten Melanie und Collin Bender am 15.11.2023 nach Agbodrafo, um an der Feier zur Eröffnung teilzunehmen. „Die Dankbarkeit der Kinder und Eltern treiben mir heute noch Tränen in die Augen. Das war eine Reise, die wir nie im Leben vergessen werden.“, sagt Melanie Bender. Neben der Schuleinweihung wurden

innerhalb einer Woche weitere Schulen und Familien besucht, die dringend Unterstützung benötigen. Die Hilfsaktion Togo/Togoville e.V. unterstützt mit einem Team aus Deutschland und aus Togoville viele dieser Menschen und hat auch die Reise der Familie Bender in Agbodrafo begleitet.

Weitere Spenden fließen in Spiel- und Lernmaterial

Zusätzlich zum Schulgebäude wurden Tische, Bänke und Lehrmate-

rial finanziert. Mit Spendenläufen erzielten Melanie und Mike nochmals eine ordentliche Summe an Spendengeldern, um weiteres Spiel- und Lernmaterial an die Lehrer und Kinder überreichen zu können. „Ein riesen Dank geht an alle privaten Spender:innen, die es ermöglicht haben, dass wir vor Ort noch weitere schöne Überraschungen an die Kinder und Eltern überreichen könnten!“, freut sich Collin Bender.

ANZEIGEN · PROSPEKTEVERTEILUNG DRUCKE · WEB-AUFTRITTE · FILM

Rufen Sie mich an und vereinbaren Sie einen Termin mit mir.



Wir rücken Ihre Produkte und Dienstleistungen, die gesamte Leistungsfähigkeit Ihres Unternehmens, individuell nach Ihren Wünschen, ins richtige Licht.

ZEITUNG
Lokaler geht's nicht.

DRUCK
Satz. Druck. Image.

WEB
24/7 online.

FILM
Perfekter Drehmoment.

Online lesen: [rundblick-gummersbach.de/e-paper](#)
rundblick
KREIS-STADT GUMMERSBACH
Alle 14 Tage in Ihrem Briefkasten



MEDIENBERATERIN
Celina Wessling

FON 02241 260-176
E-MAIL c.wessling@rautenberg.media



Die Tücken des Online-Matratzen-Kaufs

Es klingt so einfach: Man bestellt eine Matratze im Internet und schickt sie bei Nicht-Gefallen nach 100 oder mehr Tagen wieder zurück. Eine vorherige Beratung spart man sich.

Dieses Vorgehen bringt aber oft Probleme. Täglich bedient der deutsche Bettenfachhandel Kunden, die auf ihrer online gekauften Matratze nicht schlafen können. In einer Umfrage des Verbands der Bettenfachgeschäfte (VDB) berichteten über 80 Prozent der Bettenhäuser, dass sie wiederholt oder sogar oftmals enttäuschte Online-Kunden in ihrem Geschäft beraten.

Auch die Nachhaltigkeit bleibt beim erfolglosen Online-Kauf schnell auf der Strecke. Unter ökologischen Aspekten ist das Tausendfache Rücksenden von Matratzen quer durch Deutschland sicher mehr als bedenklich. Experten schätzen, dass es bei den Online-Matratzen zu Rückgabekosten von bis zu 20 Prozent kommt. Hinzu kommen wohl zahlreiche Online-Besteller, die den Aufwand des Zurückschickens scheuen und die Matratze einfach behalten.

Unklar bleibt zum Teil auch, was mit den retournierten - und womöglich 100 Tage genutzten? Matratzen tatsächlich geschieht. Die Angaben dazu reichen von Entsorgung bis erneutem Verkauf nach Prüfung. Unter hygienischen Aspekten dürfte das nicht jedem gefallen! Dabei kann man diese Probleme



Foto: Tempur/akz-o

leicht umgehen. Denn bei einer Beratung in einem Fachgeschäft findet man nicht eine Matratze für (angeblich) jeden, sondern das passende Modell für sich selbst. Das ist extrem wichtig, da die individuellen Anforderungen höchst unterschiedlich sein können.

Eine junge leichte Frau braucht eine ganz andere Matratze als z. B. ein älterer schwerer Mann. Zwar können vor allem jüngere Menschen mit normalem Körperfbau auf qualitativ guten Ma-

tratzen ordentlich schlafen. Aber es sind längst nicht alle und es ist auch nie die optimale Schlaflösung! Professor Dr. Bernd Kladny, Generalsekretär der Deutschen Gesellschaft für Orthopädie und Unfallchirurgie sowie Chefarzt an der Fachklinik Herzogenaurach, bestätigt: „Die Menschen sind sehr unterschiedlich, eine Standardlösung ist daher immer problematisch.“

Problematisch sind Einheitsbetten speziell bei breiten Schul-

tern, breitem Becken oder hohem Gewicht. Und je älter man wird, desto sensibler wird man bezüglich seines Bettens. Normale körperliche Verschleißerscheinungen, steigende Temperatur- und Druckempfindlichkeit sowie vor allem zunehmende Rückenschmerzen führen dazu, dass sich die Ansprüche an Matratze und Unterfederung zum Teil massiv ändern. Besonders deutlich wird dies nach Bandscheiben-Operationen sowie bei Gleitwirbeln und Arthrose. (akz-o)

Wir wurden ausgezeichnet als:
Unsere Hörexpertens-Empfehlung – Das Starkey Savant AI Akku
in Preis & Leistung: sehr gut!



Dieses moderne Hörgerät überzeugt mit zahlreichen Features:

- Windgeräuschunterdrückung
- Zahlreiche Zubehörprodukte
- Automatik für beste Klangeinstellungen
- Weniger Anstrengung in lauten Situationen



Jetzt vorbeikommen und Probetragen!



Hörgeräteakustik
Marcus Brungs
Meisterbetrieb für moderne Hörgeräteversorgung



Hörgeräteakustik Marcus Brungs | Inh. Marcus Brungs
Hauptstraße 19 | 51766 Engelskirchen-Ründeroth | Telefon 02263 9697133



Photovoltaik

Solarstrom am Gebäude doppelt nutzen: Auf Dach und Fassade

Die Kraft der Sonne für die eigene Stromversorgung und das Stromnetz anzapfen: Das ist bei Deutschlands Eigenheimbesitzern nicht erst seit der jüngsten Strompreisexplosion ein Mega-Trend. Was viele nicht wissen: Nicht nur das Dach, auch die Fassade eignet sich bestens für die Stromerzeugung mit Solarmodulen. Solch Stromerzeugung in der Vertikalen, bekannt als bauwerks- oder gebäudeintegrierte Photovoltaik, bietet zahlreiche Vorteile, wie der Bundesverband Flachglas (BF) erklärt. Schon rund 11 Prozent der deutschen Stromerzeugung stammten im vergangenen Jahr aus Solarmodulen, knapp die Hälfte der Elektrizität kam insgesamt aus erneuerbaren Quellen. Doch angesichts des riesigen Bedarfs nicht nur für klassische Stromanwendungen in Haushalt und Industrie, sondern auch für immer mehr Wärmepumpen und E-Fahrzeuge ist die Hälfte des Weges zum Ziel Energiewende kaum geschafft. Schnelleres Wachstum wird benötigt. Als wichtiger Beitrag bietet sich dafür die gebäudeintegrierte Photovoltaik (BIPV) an: Integriert in Fassaden, Glasflächen oder als Sonnenschutz erzeugt sie nicht nur umweltfreundlichen Strom, sondern erfüllt auch alle Anforderungen an klassische Bauteile, welche sie ersetzt oder ergänzt.

Transparente oder lichtundurchlässige Module

Die Anwendungsmöglichkeiten der BIPV sind vielfältig: In Brüstungen können lichtundurchlässige

ge Photovoltaik-Glasmodule mit verdeckten Solarzellen zum Einsatz kommen. Transparente Module mit sichtbaren PV-Zellen sind z.B. für Sichtglasbereiche des Gebäudes wie Fenster, Oberlichter, Sonnendächer oder Carports geeignet. Dabei sind Modulgröße und Anordnung der Solarzellen veränderbar: Solaraktive Fassadenverglasungen können so angeordnet werden, dass sie optimal mit dem Sichtkomfort harmonieren. Zudem verbessern Solarzellen an der Fassade die Temperierung im Innern: Denn in bestimmten Gebäudeteilen, zum Beispiel in Lichthöfen, kann zu viel Sonneneinstrahlung zu übermäßig viel Wärmeerzeugung führen. In solchen Gebäudeteilen drängt sich BIPV-Solarglas förmlich auf, um die Energiedurchlässigkeit der Scheiben zu reduzieren. Das spart Kosten für die Klimatisierung, während nebenbei Strom produziert wird. „Anbieter aus der Glas- und aus der PV-Branche haben Lösungen für Verglasungen mit eingebetteter Photovoltaik entwickelt, die der Energiebilanz des Hauses ebenso wie der Stromrechnung gut tun“, sagt BF-Geschäftsführer Jochen Grönegräs. Im Mittelpunkt stehen Effizienz und Ästhetik, sei es für PV an der Fassade, an Brüstungs- und Verkleidungskomponenten oder auch auf Carports. „Je nach gewählter Lösung ist die Amortisationsdauer, sprich der Zeitraum bis sich die Investition durch Einnahmen bzw. Kostenersparnisse nicht nur



Gut für Klimabilanz und Energieausbeute: Eine vorgehängte BIPV-Lösung an der Fassade einer Gewerbeimmobilie. Copyright: AGC Glass Europe

für den Klimaschutz, sondern auch betriebswirtschaftlich rentiert, mit klassischer PV vergleichbar. Das heißt: Solarzellen am Gebäude rechnen sich ebenso wie die Module auf dem Dach. Eigenheimbesitzer ebenso wie Inhaber von Gewerbeimmobilien sollten solch eine Investition angesichts der Entwicklung von Strompreisen und Anforderungen an den Klimaschutz daher unbedingt erwägen“, appelliert Grönegräs.

Vorteile fürs Stromsystem

Neben den individuellen Pluspunkten für Besitzer und Nutzer im Gebäude bringt die gebäudeintegrierte Photovoltaik wichtige Vorteile für das Stromsystem. Seit Beginn des Jahrtausends wurden Solaranlagen in Deutschland zur Optimierung der gesetzlich festgelegten Einspeisevergütung fast immer in Südausrichtung montiert. Das beschert uns nun regelmäßig eine geballte Ladung Solarstrom am Mittag und frühen Nachmittag, während zu Spitzenzeiten des Stromverbrauchs am frühen Abend der Solarstrom fehlt. Das Problem lindert die BIPV. Denn in den Morgen- und Abend-

stunden kann die BIPV im Vergleich zu einem südorientierten, geneigten PV-Dach für eine bessere Stromausbeute sorgen. Zudem lässt sich im Winter ein höherer Ertrag an der Südseite erzielen. Angesichts des starken Wachstums am Wärmepumpenmarkt und einem damit einhergehenden steigenden Bedarf an Strom für die Wärmeerzeugung am Nachmittag und frühen Abend hat die BIPV beste Chancen, eine stärkere Rolle für Deutschlands Unabhängigkeit von Energieimporten zu spielen. „Es handelt sich um ein wichtiges, bislang leider nur ansatzweise genutztes Potenzial“, erklärt BF-Geschäftsführer Grönegräs und ergänzt: „Das Wissen für eine sichere Nutzung der BIPV ist vorhanden, aufbereitet und in der Praxis seit langem erfolgreich angewandt. Keine Kompromisse sind auch bei der Ästhetik nötig: Denn die gebäudeintegrierte PV lockert die Fassade auf und ist ein echter Hingucker nicht nur für die Außenwand, sondern auch für Brüstungen oder Balkone.“ (Bundesverband Flachglas e. V. / der Gütekennzeichnung Flachglas e. V.)

Seit über 30 Jahren



Moderne Gartengestaltung

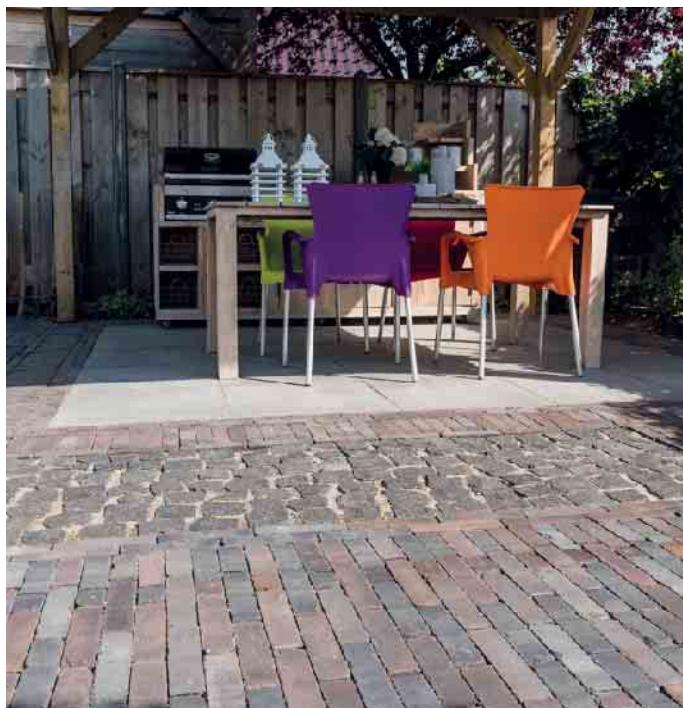
- Ausschachtungsarbeiten aller Art
- Pflastern von Verbund- und Natursteinpflastern
- Plattenlegen ● Kanalanschlüsse
- Kellerwände trockenlegen
- Bau geeigneter Drainage
- Baumfällungen aller Art ● Grabpflege

Im Laiengärtchen 2
51674 Wiehl-Weiershagen

Tel.: 02262/701186
Fax: 02262/701187

RUND UM MEIN ZUHAUSE

Zehn Fakten zu Pflasterklinkern



Durch die Kombination von Pflasterklinkern mit anderen Materialien wie Naturstein oder Holz lassen sich Außenflächen auflockern, gliedern und strukturieren.
Foto: Arbeitsgemeinschaft Pflasterklinker e.V./Vandersanden/akz-o



Mit Pflasterklinkern gestaltete Außenflächen sind hochwertig, unempfindlich und langlebig. Foto: Arbeitsgemeinschaft Pflasterklinker e.V./ABC Klinker/Espenbiller + Gnegel/akz-o

1. Die Farbe der Pflasterklinker wird durch die unterschiedliche geologische Zusammensetzung des Tons, den Anteil der darin enthaltenen Mineralien und das Brennverfahren bestimmt.
2. Pflasterklinker werden ohne chemische Zusätze aus der jeweiligen Tonfarbe gebrannt und sind daher dauerhaft farblich und lichtecht.
3. Mit ihrer Vielfalt an Farben, Formen, Formaten und Verlegemustern bieten Pflasterklinker einen großen Gestaltungsspielraum.
4. Pflasterklinker haben eine dicht gebrannte keramische Oberfläche und sind deshalb unempfindlich gegen Schmutz, Fett, Salz und Säure.
5. Starke Temperaturschwankungen, Frost, Schnee und Tau machen dem widerstandsfähigen Tonklinker nichts aus.
6. Um Flächen zu strukturieren oder aufzulockern, können Pflasterklinker verschiedener Farben, Formate oder Formen oder auch unterschiedliche Verlege-
7. Pflasterklinker sind pflegeleicht und wartungsarm. Zur Pflege reichen Regen, Sonne, Wind und gelegentliches Abkehren.
8. Pflasterklinker sind nachhaltig und haben eine Lebensdauer von über 100 Jahren.
9. Pflasterklinker eignen sich nicht nur für die Gestaltung von Terrassen und Gartenwegen, sondern auch für Einfahrten, Hauseingänge und Carports.
10. Pflasterklinker können wiederverwendet oder recycelt werden.
(akz-o)



Ihr Vorteil:
Fachleute leisten mehr!

- Werkzeuge von A-Z
- Kugellager
- Antriebstechnik
- Feuerwehrbedarf
- und vieles mehr...

INGO WEBER
Techn. Fachgroßhandel

Morsbacher Straße 7
51580 Reichshof-Denklingen
Telefon: 02296/90 04 22 • Telefax: 02296/90 04 23
info@ingoweber-iw.de • www.ingoweber-iw.de



Seit über 25 Jahren Fachfirma für:

- Gefahrfällung • Seilklettertechnik
- Kronen- und Heckenschnitt
- Rücke- und Häckselarbeiten
- jegliche Gartenpflegearbeiten
- **JETZT NEU:** Sägewerk

Tel. 02293/90 83 36 – Mobil 0171/722 08 37
info@forstbetrieb-seinsche.de – www.forstbetrieb-seinsche.de

werkshagen
Wohnen Küche Planen Shop

Olper Str. 39 · 5702 Bergneustadt
02261/40064 · Info@werkshagen.de
www.werkshagen.de · shop@werkshagen.de

f g p



**WIR GESTALTEN IHR
PERSÖNLICHES UNIKAT**

**Die nächste Ausgabe erscheint am:
Samstag, 20. Januar 2024
Annahmeschluss ist am:
12.01.2024 um 10 Uhr**

Rautenberg Media Zeitungspapier –
nachhaltig & zertifiziert:
Made of paper awarded the EU Ecolabel
reg. no. FI/11/001, supplied by UPM

IMPRESSUM

RUNDBLICK GUMMERSBACH

HERAUSGEBER, DRUCK UND VERLAG

RAUTENBERG MEDIA KG
Kasinostraße 28-30 · 53840 Troisdorf
Fon +49 (0) 2241 260-0 · Fax 260-259
willkommen@rautenberg.media

V.i.S.d.P. Redaktionelle Teil:
Bianca Breuer und Nathalie Lang
Verantwortlich f. d. Anzeigenteil:
Dunja Rebinski

ERSCHEINUNG vierzehntäglich

V.i.S.d.P. FÜR DIE RUBRIK

· Politik
FDP Gabriele Priesmeier
Bündnis 90 / Die Grünen
Konrad Gerards
CDU Rainer Sülzer

Kostenlose Haushaltsverteilung in Gummersbach. Zustellung ohne Rechtsanspruch, Einzelübertrag über Rautenberg Media 5,00 Euro/Stück + Porto. Sind gesetzlich geschützte Warenzeichen nicht gekennzeichnet, erlauben fehlende Hinweise keine freie Nutzung. Namentlich gekennzeichnete Artikel spiegeln nicht immer die Meinung der Redaktion wider.

Handhabung für unverlangt hereingegebene Pressematerialien

Rautenberg Media übernimmt keine Haftung für die Richtigkeit (inhaltlich u. orthographisch) und Vollständigkeit. Per Post erhaltenes Pressematerial wird nicht zurückgesandt. Keine garantierter Veröffentlichung. Entstehen Forderungen Dritter aus Verletzungen des Urheber-, Presse- oder Nutzungsrechts durch das Pressematerial, fordert Rautenberg Media Schadenersatz beim Einreicher. Bei irrtümlich fehlender Namensnennung am Werk (z.B. Bildnachweis) verzichtet der Einreicher auf jegliche Forderung an Rautenberg Media. Durch den Einreicher des Pressematerials wird Rautenberg Media befugt, dieses sowohl für ihre Print-Ausgaben, als auch für die durch sie betriebenen elektronischen Medien zu verwenden.

KONTAKT

MEDIENBERATERIN

Celina Wessling
Fon 02241 260-176
c.wessling@rautenberg.media

REPORTER

Michael Kupper
Mobil 0179 544 74 06
kupper.reichshof@web.de

REPORTERIN

Lilli Voß
l.voss@rautenberg.media

VERTEILUNG

Mobil 0170 8 08 97 52

Bernd Müller

post@bmb-marketing.de

VERKAUF

Fon 02241 260-112

verkauf@rautenberg.media

REDAKTION

Fon 02241 260-250 /-212

redaktion@rautenberg.media

RAUTENBERG MEDIA ONLINE

rautenberg.media

facebook.de/rautenbergmedia

instagram.de/rautenberg_media

ZEITUNG

rundblick-gummersbach.de/e-paper

SHOP

rautenberg.media/anzeigen

LOKALER GEHT'S NICHT

Für Nordrhein-Westfalen publiziert Rautenberg Media über 80 Städte- und Gemeindezeitungen. Lernen Sie uns als 360° Media-Partner auch bei DRUCK (Broschüren, Kataloge, Geschäftspapiere...), WEB (Homepages, Digitale Werbung, Shops...), FILM (Imagefilme, Kinospots, Produktfilme...) kennen.

- ZEITUNG
- DRUCK
- WEB
- FILM

PRIVATE & GESCHÄFTLICHE KLEINANZEIGEN **ONLINE BESTELLEN**
www.rautenberg.media/kleinanzeigen



AUTO & ZWEIRAD

Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen
Tel.: 03944-36160 www.wm-aw.de
"Wohnmobilcenter Am Wasserturm"

Antik Solbach

Restauration - eigene Abbeiz-Anlage

Ausstellungsräume in der Industriestr. 3
57482 Wenden · Mo.-Fr. 15-19 Uhr,
Sa. 9-15 Uhr · Tel. 027 62/73 88

Familien
ANZEIGENSHOP

RAUTENBERG MEDIA

FGB 20-13
43 x 90 mm
ab 52,00*

Für alles was wirklich zählt!
shop.rautenberg.media

*inkl. MwSt. Preis variiert nach Auflage der Zeitung



Sauber und rein

Das geht auch umweltfreundlich

Nachhaltiges Wäscheswaschen ist möglich. Die Verbraucherzentrale NRW verrät Tipps. Wer beim Betrieb der Waschmaschine etwas für Klima, Umwelt und den eigenen Geldbeutel tun möchte, für den gibt es verschiedene Ansatzpunkte, um nachhaltiger zu waschen. „Viele der Maßnahmen lassen sich einfach umsetzen und bringen schon ab dem ersten Waschgang Einsparungen“, erklärt Chemikerin Kerstin Effers von der Verbraucherzentrale NRW. Welches Waschmittel sollte ich nutzen?

Umweltverträgliche Waschmittel können Verbraucher:innen an Öko-Siegeln wie Blauer Engel, NCP (Natural Care Product), ECO Garantie oder Ecocert erkennen.

Am besten greift man zu Varianten ohne oder nur mit wenig Duft. Auch diese bekommen die Wäsche sauber und schonen die Umwelt. Nicht nötig und im Sinne des Umweltschutzes nicht sinnvoll sind zusätzliche Produkte wie Wäscheduft oder -parfüm. Auch Weichspüler belasten die Umwelt mit teilweise schwer abbaubaren Substanzen und die Haut mit allergieauslösenden Stoffen. Gleicher gilt für Hygienesspüler oder -waschmittel, die in privaten Haushalten fast immer unnötig sind. Flecken auf der Kleidung sollte man möglichst direkt auswaschen beziehungsweise gezielt vorbehandeln – Fett- und Eiweißflecken zum Beispiel mit Gallseife. Und ganz wichtig: das

Waschmittel sparsam passend zur Wasserhärte und zum Verschmutzungsgrad der Wäsche dosieren. Was bringen „alternative“ Waschmittel?

Die oftmals genannten Waschnüsse sollten besser in den Herkunftsländern zum Waschen verwendet werden, weil es dort wegen häufig fehlender Kläranlagen besonders wichtig ist, umweltverträgliche Waschmittel zu verwenden. Heimische Alternativen, die sogenannte Saponine enthalten, sind Wiesenschaumkraut, Efeu oder Rosskastanien. In einem Test der Stiftung Warentest mit Waschnusschalen und Rosskastanien-Granulat schnitten diese beide Alternativen allerdings schlecht ab: Sie schafften es nicht, eine ähnliche Waschwirkung wie ein gutes Colorwaschmittel zu erzielen und führten stattdessen zur Vergrauung der Wäsche. Selbstgemachtes Waschmittel aus (Kern-)Seife und Waschsoda oder Natron funktioniert nur bei geringer Wasserhärte. Bei hartem Wasser bildet Seife schwer lösliche Kalkseifen, die sich auf der Wäsche ablagnen können. Daher ist Seife in diesem Fall keine gute Idee. Auf keinen Fall ist Seife für Eiweißfaser wie Wolle und Seide zu verwenden. Wie kann ich beim Waschen Energie sparen?

Es empfiehlt sich, die Maschine nach Herstelleranweisung immer ganz auszuladen. Entsprechend seltener muss gewaschen werden. Geringe Temperaturen zwischen 30 und 40 Grad reichen zum Waschen in der Regel aus. Wer Eco-Programme nutzt, spart ebenfalls Energiekosten. Wenigstens einmal im Monat sollte ein Waschgang mit mindestens 60 °C angestellt werden. Damit können eventuelle Waschmittelreste entfernt und Keime abgetötet werden, die sich unweigerlich in der Maschine ansammeln und für unangenehme Gerüche verantwortlich sind. Außerdem sollte man die Maschine nach dem Waschen immer gut trocken lassen und die Dichtungsgummis trocken reiben. Anschließend wenn möglich die Wäsche an der frischen Luft statt im Trockner trocknen lassen – damit tut man ebenfalls Gutes für die Umwelt und für frisch riechende Wäsche. (Verbraucherzentrale NRW e.V. / Bergisch Gladbach)

KLEINANZEIGEN
PRIVAT & GESCHÄFTLICH

ONLINE BESTELLEN

rautenberg.media/kleinanzeigen

Ihre private*
KLEINANZEIGE
bis 100 Zeichen
in dieser Zeitung

ab 6,99€

*gewerbliche Kleinanzeige ab 13,99 €

02241 260-400 Telefonische Beratung

RAUTENBERG MEDIA



Sonne - aber sicher

Besonders in Außenberufen ist ganzjähriger UV-Schutz unerlässlich

Ausgedehnte Radtouren in den glegenden Strahlen der Frühlingssonne, Sommerpicknick im Park, Urlaub am Strand oder in den Bergen: Bei diesen Gelegenheiten achten inzwischen die meisten Menschen darauf, ausreichend Sonnencreme aufzutragen. Anders sieht es bei Menschen mit Außenberufen aus, insbesondere an trüberen Tagen und erst recht in der kühleren Jahreszeit - hier wird der UV-Schutz allzu oft vernachlässigt. Dabei dringen bis zu 90 Prozent der UVA- und UVB-Strahlen auch durch die Wolken und können zu Hautalterung, Hautkrebs und Augenschäden beitragen. Hautkrebs ist die häufigste Krebserkrankung weltweit. Über 230.000 Neuerkrankungen jährlich gibt es in Deutschland bei hellem Hautkrebs, über 28.000 Neuerkrankungen sind es beim Melanom (Schwarzer Hautkrebs).

Die Strahlung dringt auch durch Wolken

Das sind alarmierende Zahlen, daher sollte man 365 Tage im Jahr an einen hohen Lichtschutzfaktor denken. Durch die permanente Sonneneinstrahlung haben vor allem Menschen in Außenberufen ein erhöhtes Risiko, an hellem Hautkrebs zu erkranken. Dazu gehören beispielsweise Landwirte, Dachdecker, Straßenarbeiter, Gärtner, Beschäftigte in der Müllabfuhr sowie viele Profisportler. Als wichtigste Maßnahme ist ein medizinischer Sonnenschutz angeraten, der über einen Lichtschutzfaktor der höchsten Kategorie (50+) sowie UV-A und UV-B-Filter verfügt - wie Actinica Lotion, die als Medizinprodukt mit klinischer Langzeitstudie nachweislich die Prävention bestimmter Formen von hellem Hautkrebs unterstützt. Zusätzlich ist dunkle, festgewebte Kleidung - am besten langärmelig - gegenüber hellen und luftigen Kleidungsstücken zu bevorzugen. Für gefährdete Personen gibt es auch spezielle Bekleidungsstücke zum Schutz - sie wird mit dem Kürzel UPF (Ultraviolet Protection Factor) gekennzeichnet. Kopf-, Ohren- und Nackenbedeckung sowie eine gute Sonnenbrille gehören ebenso zu einer guten Ausstattung.

Siesta halten für die Prävention

Generell ist ein achtsamer Umgang mit der Sonne wichtig. Tipps hierzu auch auf www.actinicalotion.com. So ist es sinnvoll, sich gerade in der warmen Jahreszeit einen Trick der Südeuropäer abzuschauen: Diese halten in der Mittagszeit eine lange Siesta und sind so weniger Risiko durch die UV-Strahlung ausgesetzt. Zumaldest sollte in diesen Stunden die Arbeit in den Schatten verlegt werden. Hier sind auch Arbeitgeber in der Pflicht, die außen liegenden Arbeitsstellen abzuschirmen. Und nicht zuletzt können sorgfältige Selbstbeobachtung und regelmäßige Vorsorgeuntersuchungen beim Hautarzt helfen, Hautkrebs möglichst frühzeitig zu entdecken und behandeln. (DJD)



Jobrisiko Sonne: Beschäftigte in Außenberufen sind besonders gefährdet für hellen Hautkrebs.

Foto: DJD/Galderma/Stefan Gruber www.touristikfoto.com

RAUTENBERG MEDIA

Mach Dein Ding
mit uns!
Deine Karriere:
Du bist der
Rundblick
Gummersbach



WIR SUCHEN DICH

zur Erweiterung unseres Teams für unterschiedliche Ausgaben im **OBERBERGISCHEN KREIS**

Medienberater*in (m/w/d)

in **Vollzeit (37,5 Std.), in Teilzeit (20-30 Std.)**
oder auf **Minijobbasis**

DU

- hast im Verkauf (z.B. Einzelhandel) gearbeitet
- bist im Ort gut vernetzt
- arbeitest kundenorientiert und strukturiert
- verfügst über gute Deutschkenntnisse
- hast einen Führerschein Kl. B

WIR

- sind das zweitgrößte Medienhaus für Wochenzeitungen in Deutschland
- sind seit über 60 Jahren am Markt
- sind ein Medienhaus für **ZEITUNGEN | DRUCK | WEB | FILM**
- bieten Dir eine ausführliche Einarbeitung
- bieten einen sicheren Arbeitsplatz mit familienfreundlichen Bedingungen

WAS gibt's zu tun?

- Beratung und Pflege von B2B Kunden im direkten Umfeld und Neuakquise
- Kommunikation mit Kolleginnen und Kollegen in unserem Medienhaus
- Gerne auch Cross-Selling für **DRUCK | WEB | FILM**
- bieten eine attraktive Vergütung im interessanten Medienbereich
- bieten flexible Arbeitszeiteinteilung für eine ausgewogene Work-Life-Balance
- stellen Dir einen persönlichen Home-Office-Arbeitsplatz zur Verfügung

Wir freuen uns darauf DICH kennen zu lernen!

Bewerbungen bitte per E-Mail an: Denis Janzen | kariere@rautenberg.media
Stichwort: Medienberater*in/Oberbergischer Kreis

NOTDIENSTE

WIR SIND RUND UM DIE UHR FÜR SIE DA!



110 POLIZEI
112 FEUERWEHR



A POTHEKEN-NOTDIENST

Apotheken-Notruf 0800 00 22833

Samstag, 6. Januar

Sonnen-Apotheke

Hömerichstr. 79, 51643 Gummersbach, 02261/65414

Sonntag, 7. Januar

Bergische Apotheke

Bielsteiner Str. 111, 51674 Wiehl, 02262/2010

Montag, 8. Januar

Rosen-Apotheke

Wilhelmstr. 30, 51643 Gummersbach, 02261/27300

Dienstag, 9. Januar

Agger-Apotheke

Königstr. 6, 51645 Gummersbach, 02261/98450

Mittwoch, 10. Januar

Alte Apotheke

Kölner Str. 250A, 51702 Bergneustadt, 02261/41063

Donnerstag, 11. Januar

Markt-Apotheke OHG

Kölner Str. 251, 51702 Bergneustadt, 02261/49364

Freitag, 12. Januar

Hubertus-Apotheke

Kaiserstr. 10, 51643 Gummersbach, 02261/66966

Samstag, 13. Januar

Apotheke am Bernberg

Dümmlinghauser Str. 55, 51647 Gummersbach, 02261/55550

Sonntag, 14. Januar

Mozart-Apotheke

Gummersbacher Str. 20, 51645 Gummersbach, 02261/23233

NOTFALLSCHUBLADE

Das gehört in eine gut erreichbare **Notfallschublade** in Ihrer Wohnung/Ihrem Haus:

1. Taschenlampe
2. Kerze/Streichhölzer
3. Batteriebetriebenes Radio (um Hinweise der Feuerwehr/Polizei empfangen zu können)
4. Powerbank zum Aufladen des Handys
5. DIESE SEITE mit allen wichtigen Notrufnummern



ALLGEMEINE NOTDIENSTE

• Polizei-Notruf	110
• Feuerwehr/Rettungsdienst	112
• Ärzte-Notruf-Zentrale	116 117
• Gift-Notruf-Zentrale	0228 192 40
• Telefon-Seelsorge	0800 111 01 11 (ev.) 0800 111 02 22 (kath.)
• Nummer gegen Kummer	116 111
• Kinder- und Jugendtelefon	0800 111 03 33
• Anonyme Geburt	0800 404 00 20
• Eltern-Telefon	0800 111 05 50
• Initiative vermisste Kinder	116 000
• Opfer-Notruf	116 006

Montag, 15. Januar

Elefanten-Apotheke

Schützenstr. 13, 51643 Gummersbach, 02261/24654

Dienstag, 16. Januar

Brunnen Apotheke im Bergischen Hof

Kaiserstr. 35, 51643 Gummersbach, 02261/23390

Mittwoch, 17. Januar

Berg-Apotheke

Breslauer Str. 10a, 51702 Bergneustadt, 02261/41559

Donnerstag, 18. Januar

Wiedenau-Apotheke OHG

Olper Str. 67, 51702 Bergneustadt, 02261-48438

Freitag, 19. Januar

Sonnen-Apotheke

Im Weiher 21, 51674 Wiehl, 02262/9567

Samstag, 20. Januar

Medica Apotheke im Ärztehaus

Marie-Juchacz-Str. 2, 51645 Gummersbach, 02261/8175633

Sonntag, 21. Januar

Apotheke zur Post

Kölner Str. 230, 51702 Bergneustadt, 02261/42323

Angaben ohne Gewähr

ÖRTLICHE NOTDIENSTE

Krankenhäuser

Gummersbach, 02261/17-0

Engelskirchen, 02263/81-0

Waldbröl, 02291/82-0

Wipperfürth, 02267/889-0

Allg. Krankentransport

02261/19222

Tierärzte

www.tieraerzte-oberberg.de/
notdienst.php

Allgemeine ärztliche Notdienst-praxen in Oberberg

Veränderte Öffnungszeiten seit 1. Juli

Bei den drei allgemeinen ärztlichen Notdienstpraxen des ambulanten Bereitschaftsdienstes der niedergelassenen Ärzte im Kreis Oberberg am Kreiskrankenhaus Gummersbach, am Kreiskrankenhaus Waldbröl und am Krankenhaus Wipperfürth kommt es seit dem 1. Juli zu Änderungen bei den Öffnungszeiten.

Der allgemeine „hausärztliche“ Notdienst ist an allen drei Standorten ab Juli täglich **bis 21 Uhr** in den Praxisräumen erreichbar (bisher 22 Uhr). Am Wochenende sowie mittwochs-

und freitagnachmittags werden die Öffnungszeiten ab Juli zudem in einen „Früh-“ und „Spätdienst“ geteilt und damit an die Stoßzeiten der Inanspruchnahme des ambulanten Notdienstes angepasst.

Die Öffnungszeiten der Notdienstpraxen in Gummersbach, Waldbröl und Wipperfürth lauten wie folgt:

Montag, Dienstag, Donnerstag:
19 bis 21 Uhr
(bisher bis 22 Uhr)
Mittwoch, Freitag: 15 bis 17 Uhr
und von 19 bis 21 Uhr
(bisher 15 bis 22 Uhr)

Samstag, Sonntag, Feiertage:
10 bis 14 Uhr und 17 bis 21 Uhr
(bisher 10 bis 22 Uhr)

Ärztliche Hausbesuche über 116 117

Für die ambulante Versorgung nicht mobiler bzw. bettlägeriger Patienten in Oberberg steht der ärztliche Hausbesuchsdienst zur Verfügung. Die Hausbesuche werden von der Arztrufzentrale NRW koordiniert, diese ist an allen Wochentagen rund um die Uhr unter der kostenlosen Rufnummer 116 117 erreichbar.

Kinder-Notdienst in Gummersbach

Keine Änderungen wird es bei den Öffnungszeiten des kinder- und jugendärztlichen Notdienstes geben - dieser ist am Kreiskrankenhaus Gummersbach

NOTDIENSTE

110 POLIZEI
112 FEUERWEHR

GEGEN GEWALT

Menschen, die Gewalt erleben oder erlebt haben.

- Telefon-Nummer für Frauen
08000 116 016
- Telefon-Nummer für Männer
0800 123 99 00

untergebracht und weiterhin mittwochs und freitags von 16 bis 20 Uhr und an Wochenenden von 9 bis 13 Uhr und 16 bis 20 Uhr erreichbar.

Auch der ambulante augenärztliche Notdienst wird wie gewohnt am Montag, Dienstag und Donnerstag von 19 bis 21 Uhr, Mittwoch und Freitag von 13 bis

21 Uhr, am Wochenende und an Feiertagen von 8 bis 21 Uhr angeboten.

Welcher Augenarzt Notdienst hat, erfahren Patienten ebenfalls unter der 116 117.

Weitere Informationen zum ambulanten Notdienst in Nordrhein gibt es unter www.kvno.de/notdienst.



STROM WEG

STROM weg – was kann ich tun

1. Polizei und Feuerwehr haben immer, Rathäuser in solchen Krisenmomenten ebenfalls geöffnet
2. Wer hat ein Notstromaggregat – z.B. Stadt/Gemeinde, Unternehmen, Krankenhäuser, Seniorenresidenzen, Bauernhöfe etc.
3. Handy aufladen: per Ladekabel im Auto
4. Vorsorge: eigenes, kleines Notstromaggregat oder Big Powerbank (mit Solar-Paneele) besorgen

Bleiben Sie selbstständig im eigenen Zuhause

leben360.com

Verbessern Sie Ihr Leben mit unserer 360°-Betreuung für Senioren aus der Region – **verlässliche Hilfe, die den Unterschied macht!**

- Mitarbeiter mit Herz und aus der Region
- Individuelle Beratung zur Kostenübernahme der Pflegeversicherung
- Keine ständigen Personalwechsel
- Enger Kontakt und Austausch mit den Angehörigen
- Einzigartig hohe Qualitätsstandards
- Beratung zu den Themen Treppenlift und Pflege- und Hilfsmittel

leben360
SENIORENHILFE

Adamski Betreuungs- & Service GmbH
Im Büschelchen 17 • 51709 Marienheide
02264.200 03 20 • info@leben360.com

Vermittlung für selbstständige Haushaltshilfen – 24 Stunden



Jolanta Sinder

Pflegedahlem24h

Jolanta Sinder

Ammerweg 6
51580 Reichshof

Tel.: 02265 - 997 18 52

Mobil: 0170 - 320 97 84

info@pflegedahlem24h.de
www.pflegedahlem24h.de

TRIUMPH 
TREPPENLIFTE

Ihr regionaler Treppenliftpartner aus Bergneustadt

Tel.: 0 22 61 / 9 15 67 74



www.triumph-treppenlifte.de

Rohrreinigung Rademacher

Σ Rohrreinigung
(WC - Küche - Keller - Bad)

Σ Kanal TV - Untersuchung

Σ Kanal-Sanierung
(Ohne Aufzugraben)

Σ Rückstausicherung



Ihr Ansprechpartner Für
Ihre Region

Herr Schreiber
0151 70 89 47 50 



LUTSCH GmbH Ambulante Pflege & Betreuung

Verhinderungspflege in familiärer Atmosphäre (auch an Wochenenden)

Dorfstraße 29 • 51766 Engelskirchen • Telefon 0 22 63-7 07 13

REGIONALES

Der „Tag des Ehrenamts“ und ein Jahr neues Betreuungsrecht



Der Betreuungsverein Sozialdienst katholischer Frauen und Männer im Oberbergischen Kreis lud anlässlich des Tages des Ehrenamts ehrenamtliche gesetzlichen Betreuer und Betreuerinnen als Dankeschön für ihre Tätigkeit in das Gasthaus zum Lambachtal in Strombach

ein. Weitere Gäste waren Vertreter des Betreuungsgerichts und der Kreisbetreuungsstelle. Wie wichtig und hilfreich diese Vernetzung durch das gegenseitige Kennenlernen war, merkte man an den intensiven Gesprächen, die zwischen den einzelnen Gruppen stattfanden.

Fast ein Jahr alt ist nun die Gesetzesnovelle im Betreuungsrecht, nach der die Betreuungsvereine wie der SKFM zur zentralen Anlaufstelle für ehrenamtliche gesetzliche Betreuer werden sollten. Dies ist im Oberbergischen Kreis durch die Zusammenarbeit der beteilig-

ten Stellen, die sich nun im Lambachtal trafen, gelungen. Einigkeit herrschte darüber, dass ehrenamtliche gesetzliche Betreuer von dem neuen Gesetz sehr profitieren, weil sie viel Unterstützung und Sicherheit durch den Betreuungsverein erhalten und auch von ihm vertreten werden können, wenn es nötig ist.

Im Jahr 2023 wurden durch den SKFM viele neue ehrenamtliche Betreuer und Betreuerinnen hinzugewonnen, Schulungen haben stattgefunden sowie Beratungen auch von Menschen, die dieses Amt schon länger ausführen. Dazu gehörten auch Angehörige, die ein Familienmitglied ehrenamtlich gesetzlich betreuen.

Das Thema gesetzliche Betreuung gewinnt weiter an Bedeutung, da auch im Oberbergischen Kreis die Anzahl der Menschen, die eine solche Unterstützung benötigen, ständig steigt. Das liegt unter anderem an der Altersstruktur der Bevölkerung.

Der SKFM freut sich über weitere Interessierte, die ein solches Amt ausführen möchten. Kontakt 02261-60020

