



DIGITAL-ZEITUNG:  
www.rundblick-hochsauerland.de

# rundblick

## STADT HALLENBERG

E-Paper:  
rundblick-hallenberg.de/e-paper

MIT DEN ORTEN:  
BRAUNSHAUSEN  
HESBORN  
UND LIESEN

48. Jahrgang

Freitag, den 30. Mai 2025 Nummer 11 / Woche 22

Alle 14 Tage in Ihrem Briefkasten

## Zielsichere Frauen aufgepasst

Die Schützenbruderschaft lädt zum 13. Offenen Frauenvogelschießen in Braunshausen



Sophie Janetzko - Amtierende Königin Frauenvogelschießen Braunshausen. Foto: Steffen Hüsck

Der 14. Juni steht wieder einmal ganz im Zeichen der treffsicheren Frauen, denn die Schützenbruderschaft St. Antonius veranstaltet an diesem Samstag das 13. Offene Frauenvogelschießen in Braunshausen.

Bereits seit 15 Jahren haben Frauen in Braunshausen die Möglichkeit, ganz ohne Protokoll oder Verpflichtungen selbst einmal den Vogel zu schießen. Der Spaß steht hierbei komplett im Mittelpunkt. Pünktlich um 15 Uhr eröffnet die amtierende Königin Sophie Janetzko aus Wetzlar den Wettbewerb. Alle Frauen ab 18 Jahren können dann in der Reihenfolge der Anmeldungen beim Vogelschießen ihre Treffsicherheit beweisen. Mit dem wieder einmal äußerst originellen und kunstvoll gestalteten Vogel von Thomas Althaus haben die Schützinnen erneut die Chance, durch das Abschießen der Insignien zahlreiche attraktive Preise zu gewinnen. Nach der Prämierung im Anschluss an das Vogelschießen geht es dann in der Schützenhalle mit einer ordentlichen Party weiter. DJ Robin sorgt mit guter Musik für Stimmung bis tief in die Nacht. Tanz und gute Laune garantiert. Natürlich sind nicht nur die Teilnehmerinnen, sondern auch Zuschauer aller Geschlechter herzlich willkommen, um die Schützinnen anzufeuern und gemeinsam zu feiern.

Anmeldungen können ab sofort einfach per E-Mail an frauenvogelschießen-braunshausen@gmx.de gesendet werden. Am 14. Juni werden ab 14 Uhr vor Ort auch noch Anmeldungen für Kurzentschlossene entgegengenommen.

27.-28.07.2025  
Schnellbucherrabatt  
bis 02.06.2025 - 14 Uhr  
ab 788,00 €

**5 TAGE Ein Logenplatz am Tor zur Nordseeküste** 4 Ü/HP Hotel Im Schützenhof Jever, Ostfrieslandrundfahrt, Tagesausflug ostfriesische Sielorte m. Wilhelmshaven, Langeoog m. Kutschfahrt, Jever m. Schloss und Oldenburg incl. Führungen  
Preis p. P. ab 788,00 € EZ Zuschlag 68,00 €

14.-23.08.2025  
Schnellbucherrabatt  
bis 12.06.2025  
Preis p.P. ab 1.980 €\*

**10 TAGE Bretagne u. Normandie** 9 Ü/HP in Hotels der guten Mittelklasse, und Traumziele der bretonischen Küste und Normandie mit Reiseleitung  
\*Schnellbucherpreis / EZ Zuschlag 500 €

## SÄLZER REISEN

Busreisen mit VerwöhnService!

BusReiseWelt SÄLZER  
Hengsbecke 28, 59964 Medebach  
Tel.: 0298241008  
www.busreisewelt.eu

# Heizen mit Sonne und Holz

## Tipp für Eigenheimbesitzer

Durch die Wahl des Heizsystems hat jeder Eigenheimbesitzer die Möglichkeit, einen positiven Beitrag zur Klimawende zu leisten. Besonders gut gelingt das, wenn Solarthermie mit einem modernen Pelletkessel oder einem Pelletkaminofen kombiniert wird. Der Grund: Holzpellets verbrennen CO<sup>2</sup>-neutral, da sie beim Heizen nur so viel Kohlendioxid freisetzen, wie der Baum in der Wachstumsphase gebunden hat.

Durch die ökologisch und ökonomisch sinnvolle Kombination sinken die Heizkosten, denn in den Sommermonaten kann Solarthermie die Warmwasserbereitung übernehmen. In den Übergangsmonaten unterstützt sie den Pelletkessel, wodurch häufige Kesselstarts vermieden werden. Das wirkt sich nicht nur positiv auf die Lebensdauer des Heizsystems aus, sondern senkt auch die Heizkosten, da der Pelletverbrauch reduziert wird. Ein weiterer Vorteil: Der Staat beteiligt sich finanziell an

der klimafreundlichen Kombination von Pellets und Solar. Vor allem bei der energetischen Sanierung von Altbauten gibt es erhebliche Zuschüsse und Förderungen. Aber auch für Baufamili-

en, die heute ein Eigenheim planen, ist die zukunftsorientierte Kombination der beiden Technologien sinnvoll.

Am Anfang sollte immer ein Beratungsgespräch mit dem Fachbe-

trieb vor Ort stehen. Die Profis kennen sich nicht nur mit der Planung und Installation der Systeme bestens aus, sondern auch mit den aktuellen Förderbedingungen. Quelle: DEPI



santherm.com

**ZUKUNFTSSICHERE  
WÄRMEPUMPEN**

**SanTHERM**  
TECHNISCHE GEBÄUDEAUSRÜSTUNG

**SICHERN SIE SICH NOCH**

**DIE HÖCHSTE FÖRDERUNG**

**ALLER ZEITEN !**

BESUCHEN SIE UNSERE  
AUSSTELLUNG   
WIR BEARTEN SIE GERNE!



BIS ZU  
**70%**  
FÖRDERUNG

**SERVICE ZU DEN FÖRDERPROGRAMMEN: WIR MACHEN DAS FÜR SIE - VON A bis Z !**

59955 Winterberg ■ Lamfert 11 ■ Tel 02981-92520 ■ [www.santherm.com](http://www.santherm.com)

*Erfahrung aus über 1.000 gebauten Heizungsanlagen!*



# Premiere auf der Freilichtbühne Hallenberg

Der Zauberer von Oz - Ein fantastisches Märchen mit Musik



Probenfoto: Dorothy und der Blechmann. Fotos: Freilichtbühne Hallenberg

Traum oder Realität? Die zwölfjährige Dorothy, ein Mädchen von einer kleinen Farm in Kansas, wird von einem Tornado zusammen mit ihrem Hund Toto in das magische Land Oz gewirbelt. Obwohl dort alles noch viel

fantastischer und farbenfroher ist als in ihren Träumen, wünscht sie sich doch nichts sehnlicher, als nach Hause zurückzukehren. Sie schließt Freundschaft mit einer Vogelscheuche, die sich Verstand wünscht, einem Blechmann, der



sich nach einem Herz sehnt und einem Löwen, der unter seiner Mutlosigkeit leidet. Die Freunde machen sich auf eine abenteuerliche Reise in die Smaragdstadt zum Zauberer von Oz. Ob es ihnen gelingt, in sein

Zauberschloss zu gelangen und ob der Zauberer von Oz die Wünsche der Freunde erfüllen kann? Das zauberhafte Familienstück „Der Zauberer von Oz“ hat Premiere am Sonntag, 1. Juni, um 15:30 Uhr.



Probenfoto: Auf dem Weg in die Smaragdstadt



Probenfoto: Drei Freunde

**ANZEIGEN . DRUCK . WEB . FILM**  
**PROSPEKTVERTEILUNG . BANNER**

Ihre **DIGITAL-AUSGABE:**  
[www.rundblick-hochsauerland.de](http://www.rundblick-hochsauerland.de)

**BANNER für den digitalen RUNDBLICK einfach bei mir schalten.** Ich rücke Ihre Produkte und Dienstleistungen, die Leistungsfähigkeit Ihres Unternehmens maßgeschneidert nach Ihren Wünschen ins richtige Licht. Rufen Sie mich an - ich freue mich auf das Gespräch mit Ihnen!

**ZEITUNG**  
Lokaler geht's nicht.

**DRUCK**  
Satz. Druck. Image.

**WEB**  
24/7 online.

**FILM**  
Perfekter Drehmoment.

**rundblick**  
STADT HALLENBERG

Alle 14 Tage in Ihrem Briefkasten

**Auch für Rundblick Medebach & Mitteilungsblatt Winterberg!**

**MEDIENBERATERIN**  
**Birgit Lauber**

**MOBIL** 0171 8859940  
**E-MAIL** [b.lauber@rautenberg.media](mailto:b.lauber@rautenberg.media)

## 80 Euro Waldi und Skyloft in Halle

Kunst im Kump



80 Euro Waldi und Skyloft im Kump



Viel los im Kump



Ein Skyloft Original: Eine bemalte Porsche-Motorhaube

Viel los war bei der Eröffnung der aktuellen Kunstaussstellung im Kump und viele waren vor allem gekommen um ihn zu sehen: 80 Euro Waldi, Star der Fernsehreihe „Bares für Rares“.

Und Waldi enttäuschte die Gäste nicht. Er begeisterte die Menschen

mit seinen Anekdoten und war sichtlich gut gelaunt. Jeder weibliche Gast, jedes „Engelchen“ bekommt natürlich einen signierten 80-Euro Schein, den er normal nur in seinem Trödel-Cafe in der Eifel überreicht.

Im Interview mit Michael Kronauge erzählte er auf seine unnachahmliche Art wie er durch Zufall zum Händlerteam der Sendung gekommen ist. Ein Freund hatte dem ZDF den Tipp gegeben: Schaut euch den Waldi in der Eifel an, der ist total irre. Stolz berichtete er über seine eigene Sendung „Waldis Welt“ die derzeit immer sonntags im ZDF ausgestrahlt wird und dass er inzwischen zum Bestsellerautor von zwei Kriminalromanen wurde. Durch Zufall ist er auch zum Malen gekommen. Er wollte einen Künstlerfreund fördern und hat bei dessen Ausstellung auch eine Original-Waldi-Karikatur ausstellt. Als immer mehr Kunstfreunde sein Bild kaufen wollten war es passiert und

Waldi wurde zum Künstler.

Inzwischen konnte man seine „Waldinis“ schon in vielen Ausstellungen sehen und derzeit im Kump sehen. Für einen Original Waldi muss man inzwischen einen ordentlichen vierstelligen Betrag ausgeben. „Ich sage allen Käufern die sich trauen ein Bild von mir zu kaufen: Das ist eine Wertanlage. Damit könnt ihr später euren Kindern das Studium bezahlen“. Die Ausstellung ist eine Doppelausstellung und zeigt als zweiten Künstler die Werke von Skyloft. Der 33-jährige Steffen Rosenberger war ehemaliger Mister Niedersachsen und als Fotomodel sehr gefragt. Inzwischen hat er den Modeljob an den Nagel gehängt und erschafft seit sechs Jahren unter dem Namen Skyloft außergewöhnliche Pop-Art Kunstwerke. Er lebt in Hannover und auf Mallorca. Seine Werke sind geprägt von den Comic-Figuren seiner Jugend, die er auf faszinierende Art mit der modernen Welt verknüpft. Seine Bilder



Ein Original Waldini

hängen nicht nur in vielen Villen, Galerien und Restaurants, auch Promis und viele Fußballspieler schmücken sich mit seiner Kunst. Noch bis zum 6. Juni ist die Ausstellung im Kump zu sehen.

Öffnungszeiten:

Montag, Dienstag, Donnerstag, Freitag, von 10 bis 14 Uhr, Samstag von 10 bis 13 Uhr und Sonntag von 14 bis 16 Uhr

## Rentenberatung in Hallenberg

Seit einem Jahr ist Michael Kronauge als ehrenamtlicher Rentenberater der Deutschen Rentenversicherung Bund im Hochsauerlandkreis tätig. Er nimmt Rentenansprüche auf und berät die Versicherten bei allen Fragen rund um das Thema Rente. Künftig werden

die Sprechstunden jeden Montag von 14 bis 16 Uhr durchgeführt. Ab dem 1. Juni finden die Sprechstunden in den Räumen der Sparkasse Hallenberg, Petrusstrasse 3 (ehemaliger Backshop). statt. Eine vorherige telefonische Anmeldung unter 02984/908053 ist erforderlich.



Leserfoto von Gerhard Kobbeloer aus Hallenberg



## Wanderveranstaltungen vom 30. Mai bis 12. Juni

**Freitag, 30. Mai, 13 bis 15 Uhr**  
Bier-Erlebnis-Wanderung  
in Hallenberg

**Freitag, 30. Mai,  
20:30 bis 22:30 Uhr**

Winterberg im Mittelalter - Nacht-  
wächter-Führung, Winterberg

**Freitag, 30. Mai, 21 bis 23 Uhr**  
Nachtwächter-Führung durch das  
historische Städtchen Hallenberg

**Samstag, 31. Mai,  
10 bis 13:30 Uhr**

Naturerlebnis für Groß und Klein,  
Winterberg

**Samstag, 31. Mai, 13 bis 15 Uhr**  
Bier-Erlebnis-Wanderung  
in Hallenberg

**Samstag, 31. Mai,  
13 bis 16:30 Uhr**

Bier-Erlebnis-Wanderung mit Be-  
sichtigung des Hallenberger Brau-  
hofs und Bierprobe, Hallenberg

**Samstag, 31. Mai,  
14 bis 15:30 Uhr**

Altstadtführung durch Winterberg  
**Samstag, 31. Mai, 14 bis 16 Uhr**  
Natur und Technik - Das Skigebiet  
im Sommer erkunden, Winterberg

**Sonntag, 1. Juni,  
10 bis 12:30 Uhr**

Schanzenführung an der St. Ge-  
org Sprungschanze, Winterberg

**Dienstag, 3. Juni, 10 bis 15 Uhr**  
Wanderung von Winterberg zur  
Hängebrücke „Skywalk“ Willin-  
gen, Winterberg

**Dienstag, 3. Juni,  
14 bis 16:30 Uhr**

Bobbahnführung - Führung durch  
die VELTINS-EisArena, Winterberg

**Mittwoch, 4. Juni, 14 bis 17 Uhr**  
Panorama-Tour zur und durch die  
Veltins-EisArena, Winterberg

**Freitag, 6. Juni, 13 bis 15 Uhr**  
Bier-Erlebnis-Wanderung  
in Hallenberg

**Freitag, 6. Juni, 13 bis 16:30 Uhr**  
Bier-Erlebnis-Wanderung mit Be-  
sichtigung des Hallenberger Brau-  
hofs und Bierprobe, Hallenberg

**Freitag, 6. Juni,  
20:30 bis 22:30 Uhr**

Winterberg im Mittelalter - Nacht-  
wächter-Führung, Winterberg

**Samstag, 7. Juni, 10 bis 13 Uhr**  
Panorama-Tour zur und durch die  
Veltins-EisArena, Winterberg

**Samstag, 7. Juni,  
10:30 bis 13:30 Uhr**  
Führung durch die Wettkampfstä-  
ten von Olympiasiegern und Welt-  
meistern, Winterberg

**Samstag, 7. Juni, 13 bis 15 Uhr**  
Bier-Erlebnis-Wanderung  
in Hallenberg

**Samstag, 7. Juni,  
13 bis 16:30 Uhr**

Bier-Erlebnis-Wanderung mit Be-  
sichtigung des Hallenberger Brau-  
hofs und Bierprobe, Hallenberg

**Samstag, 7. Juni,  
13:30 bis 16 Uhr**

**Aral HeizölEco Plus**  
das Plus für Heizung und Umwelt  
**Profi-Pellets lose + gesackt**  
die Pellets aus heimischen Wäldern  
*Sprechen Sie uns an, wir beraten Sie gern!*

**Schulte & Cramer  
E. Gnacke**  
*Die Profis, wenn's um Wärme geht...*  
**Tel. 02972 7828**  
Schmallenberg · schulte.gnacke@gmail.com



Siebenahorn - der mittelalterli-  
che Gerichtsplatz, Winterberg-  
Mollseifen

**Samstag, 7. Juni,  
14 bis 15:30 Uhr**

Altstadtführung durch Winterberg

**Samstag, 7. Juni,  
14 bis 16:30 Uhr**

Bobbahnführung - Führung durch  
die VELTINS-EisArena, Winterberg

**Samstag, 7. Juni,  
19:30 bis 21 Uhr**

Nachtwächter-Rundgang für  
Kinder und Familien, Winterberg

**Sonntag, 8. Juni,  
10:30 bis 13:30 Uhr**

Familienwanderung zum „Golde-  
nen Pfad“ mit Fernsicht und Gip-  
felbuch-Eintrag, Winterberg

**Dienstag, 10. Juni, 10 bis 13 Uhr**  
Geführte Halbtageswanderung,  
Winterberg

**Dienstag, 10. Juni, 10 bis 15 Uhr**  
Wanderung von Winterberg zur  
Hängebrücke „Skywalk“ Willingen,  
Winterberg

**Dienstag, 10. Juni, 14 bis 16:30 Uhr**  
Bobbahnführung - Führung durch  
die VELTINS-EisArena, Winterberg

**Mittwoch, 11. Juni, 14 bis 17 Uhr**  
Panorama-Tour zur und durch die  
Veltins-EisArena, Winterberg

**Donnerstag, 12. Juni,  
10 bis 13:30 Uhr**

Geführte Überraschungswande-  
rung, Winterberg

Infos, Anmeldung und Buchung bei  
der Tourist Information Winterberg,  
Tel. 02981 92500,  
info@winterberg.de oder direkt  
online buchen:

www.winterberg.de/aktivitaeten-  
wohlfuehlen/erlebnis-buchen/#  
Alle Angaben ohne Gewähr.

## Rad-Pilgern nach Paderborn

Medebach-Hallenberg. Mit dem  
Rad / E-Bike zum Libori-Fest nach  
Paderborn fahren die Pilger am  
Sonntag, 27. Juli, um 9 Uhr in Win-  
terberg / Bahnhof los.

Es sind noch Plätze frei. Für die  
zweitägige Radtour können wir  
eine Übernachtung mit Frühstück  
buchen und am Montag, 28. Juli,  
beginnt dann die Rückfahrt mit  
dem Rad.

Die Fahrt führt über den Alme-  
Radweg und wird von einem  
Begleitfahrzeug begleitet.

Der Pastorale Raum Medebach-  
Hallenberg freut sich auf zeitnahe  
Anmeldungen und lädt alle Rad-  
Fahrinteressierten herzlich zu der



Ausfahrt ein.

**Anmeldung:**

Als Ansprechpartner für die geführten

Touren stehen zur Verfügung:

Andreas Althaus,

Tel.: 02984-8872,

und Beate Clement-Klütsch,

Tel.: 0160-92379087,

clement-kluetsch@gmx.de



Tischlein  
deck  
dich!



BY AMARIS & FRIENDS

Tischlein deck dich GbR, Am Wallenberg 40, 59955 Winterberg  
Tel.: 02981 / 89 998 94, [www.tischlein-deck-dich-winterberg.de](http://www.tischlein-deck-dich-winterberg.de)  
#Haushaltswaren#Küchenhelfer#Geschirr#Besteck#Gläser#Tischwäsche#Wohnaccessoires#Deko#  
Mo., Di., Do., Fr. 10.00 - 13.00 Uhr und 14.00 - 18.00 Uhr; Sa. 10.00 - 16.00 Uhr

Amaris Olbrich

## Day Spa im OVERSUM

Entdecken Sie unsere Day Spa-Angebote zu jeder Tageszeit:

**FrühSpa: inkl. Frühstück € 79,90 p.P.**

**DaySpa: inkl. 50 Verwöhnminuten € 149 p.P.**

**SpätSpa: inkl. Abendessen € 109,90 p.P.**

Alle Day Spa-Arrangements beinhalten Nutzung der Sauna- & Badelandschaft, 1x Wellnesstasche mit Bademantel, Schlappen und zwei Saunatüchern für Ihren Aufenthalt, 1x Tages-Smoothie, 1x Salat sowie ganztägig Wasser, Kaffee und Tee im Wellnessbistro, 1x Glas Prosecco. **Nur mit Vorreservierung!**

**Hotel Oversum** • Am Kurpark 6 • 59955 Winterberg  
Tel. 02981 / 92955-0 • [info@oversum-vitalresort.de](mailto:info@oversum-vitalresort.de)



## „Innere Werte“ von cilio bei „Tischlein deck dich“ in Winterberg



Isolierkannen von „cilio“ und Salatschüssel von „guzzini“ bei „Tischlein deck dich“

Der Inhalt einer Isolierkanne erhält nicht nur die Temperatur, sondern auch das Aroma, im Gegensatz zu den alten Warmhaltemethoden auf der Herdplatte, wo der Kaffee nach einer Weile abgestanden und bitter schmeckt. Das gleiche gilt für Tee.

Die Isolierkannen von **cilio** sind zeitlos schöne und langlebige Begleiter für zuhause und unterwegs. Sie punkten nicht nur mit ihren inneren Werten, sondern auch optisch: Egal ob aus Edelstahl, trendig bunt oder in edlen Metallic-Tönen. Eine große Auswahl ist vorhanden.

Als zuverlässige Begleiter bei der Arbeit, im Urlaub oder einfach für unterwegs, sind sie auch beim „Tischlein deck dich“, Am Wallenberg 40 in Winterberg erhältlich: Die Isolierkanne **Venezia** besteht aus einer Edelstahlwandung, wahlweise erhältlich mit

polierter oder lackierter Optik. Die Isolierkanne **Monza** besteht aus einem hochwertigen Kunststoff, die Variante **Firenze** hingegen aus satiniertem Edelstahl. In schlichter Form, ganz im skandinavischen Stil. Allesamt in verschiedenen Maßeinheiten, in sommerlich bunten oder gedeckten Farbtönen.

Neu im Programm des „Tischlein deck dich“ ist die italienische Firma **guzzini** mit ihren hochwertigen Küchenprodukten aus Kunststoff, die auch in Italien hergestellt werden. So auch die optisch ansprechenden Salatschleudern, die gleichzeitig im Anschluss als Salatschüssel verwendet werden können. Wiederverschließbar mit passendem Deckel und Salatbesteck in vier Farbvariationen. Das Team vom „Tischlein deck dich“ berät Sie gerne. [BL]

  
**HELLWIG + Partner**  
Versicherungsmakler

Wir beraten Sie  
NEUTRAL – UNABHÄNGIG – FAIR

Allianz 



ALTE LEIPZIGER

HDI

NÜRNBERGER  
VERSICHERUNGSGRUPPE 

Gothaer



Die  
Continentale

R+V

VHV  
VERSICHERUNGEN

Am Dauren 2 • 59964 Medebach-Oberschledorn  
Fon: 02982/1890 • [www.hellwig-partner.de](http://www.hellwig-partner.de)

## 8er Tüte

nur **3,84 €**

Ofenfrische Brötchen

**Isken**  
Mein Bäcker mit Herz(lichkeit).







## Nachhilfe ist kein Notfallkoffer - sondern eine echte Chance, wenn sie rechtzeitig beginnt

Von Kristin Ricken, Inhaberin der Notenschmiede

Die Versetzung steht auf der Kippe - und plötzlich soll Nachhilfe in wenigen Wochen das Unmögliche schaffen: versäumten Stoff aufholen, Prüfungsangst nehmen, Lücken schließen und Motivation zurückbringen. Viele Eltern greifen in dieser Situation verständlicherweise zum „letzten Rettungsanker“. Doch die Wahrheit ist: Wenn Lernprobleme über längere Zeit entstanden sind, lassen sie sich selten in wenigen Sitzungen vollständig beheben. Wir erleben immer wieder, dass Kinder mit großem Druck zu uns kommen - meist kurz vor den Abschlussprüfungen oder am Ende des Schuljahres. Was dann zählt, ist nicht Perfektion, sondern Stabilität. Wir helfen, das Beste aus der Situation zu machen. Aber was in zwei, drei oder vier Jahren an Grundlagen fehlt, lässt sich nicht in wenigen Wochen aufholen. Und das darf man auch so ehrlich sagen - ohne Schuldzuweisung, sondern mit einem Blick nach vorn.

### Nachhilfe wirkt - wenn sie früh genug ansetzt

Nachhilfe ist dann am effektivsten, wenn sie nicht als kurzfristige Rettung verstanden wird, sondern als nachhaltige Unterstützung. Wer früh beginnt, kann in kleinen Schritten aufbauen: Grundlagen festigen, Lernstrategien entwickeln, Selbstvertrauen stärken. Besonders in Fächern wie Mathematik oder Sprachen, in denen Wissen aufeinander

aufbaut, ist das entscheidend.

### Ein Perspektivwechsel für Eltern

Viele Eltern zögern, sich Hilfe zu holen - aus Sorge, sie hätten „zu spät“ reagiert oder müssten sich rechtfertigen. Doch Nachhilfe ist keine Bankrotterklärung, sondern ein aktiver Schritt in Richtung Lösung. Der wichtigste Moment ist nicht der „perfekte“ Zeitpunkt, sondern der Moment, in dem man beginnt. Es ist nie zu spät, um einen neuen Weg einzuschlagen - aber je früher dieser Weg betreten wird, desto leichter lässt er sich gehen.

### Wir begleiten, wir bewerten nicht

Wir sehen jedes Kind als Persönlichkeit. Unsere Arbeit basiert auf Vertrauen, Geduld und individueller Förderung. Manchmal beginnt der Weg mit einem Gespräch, in dem es gar nicht um Noten geht, sondern um Sorgen, Ängste und das Gefühl: „Ich kann das nicht mehr schaffen.“ Genau hier setzen wir an - und entwickeln gemeinsam Lösungen, die tragen.

**Fazit:** Nachhilfe ist keine Wunderpille, sondern ein Prozess. Wer rechtzeitig losgeht, kann viel bewegen - schulisch und persönlich. Und auch wenn Unterstützung erst spät gesucht wird: Wir nehmen uns Zeit, hören zu und holen Kinder dort ab, wo sie gerade stehen.

Denn jedes Kind verdient die Chance, sein Potenzial zu entdecken - unabhängig vom Zeitpunkt.

MAXIMIERE DEIN POTENZIAL!

INFORMATIONEN

**EINZELNACHHILFE**  
**CRASHKURSE**  
**LERNMETHODIKKURSE**

**DIE NOTEN SCHMIEDE**  
Winterberg | Medebach

WINTERBERG: 02981 - 929 787 MEDEBACH: 02982 - 930 934  
INFO@DIENOTENSCHMIEDE.DE INH. KRISTIN RICKEN

**SPIES**

**Landschaftspflege**

www.landschaftspflege-spies.de

Martin Spies  
Landschaftspflege und Erdarbeiten  
Hof Trambach 2 · 59969 Hallenberg  
Tel. 02984-8672 · Mobil 0171 9905667



## METZGEREI SCHNORBUSCH

59969 Hallenberg · Kirchstraße 6 · Tel. 02984-8330  
www.metzgerei-schnorbusch.de

### ANGEBOTE Di., 03.06. - Sa., 07.06.2025

Frisches Schweinefilet, natur od. gewürzt	100 g	1,49 €
Schinkenschnitzel (Oberschale)	100 g	1,19 €
Schwenksteaks, für Pfanne + Grill	100 g	1,29 €
Frischer Hallenberger Aufschnitt	100 g	1,49 €
Knochenschinken, luftgetr. od. geräuchert	100 g	3,19 €
Holland Gouda, 48 %	100 g	1,39 €

### ANGEBOTE Di., 10.06. - Sa., 14.06.2025

Gulasch, halb und halb	100 g	1,49 €
Grillbauch, pikant gewürzt	100 g	0,89 €
Cordon bleu, vom Schwein	100 g	1,39 €
Frische Rostbratwürstchen	100 g	1,09 €
Schinkenwurst (Portionswurst)	100 g	1,49 €
Benjamin Gouda, 48 %	100 g	1,39 €

### DIENSTAG: FRISCHES METT

100 g 0,89 €

Grill mal wieder:

### FEUER UND FLAMME FÜR LECKERES VOM ROST!

Verschiedene Wurst- und Grillfleischspezialitäten, täglich frisch hergestellt.



### Öffnungszeiten:

Montags Ruhetag  
Di. - Do. 7.30 – 13.00 Uhr & 14.30 – 18.00 Uhr  
Fr. 7.30 – 18.00 Uhr durchgehend  
Sa. 7.30 Uhr – 12.30 Uhr

## Bestattungsinstitut

## Falkenstein

Inhaber Bernd Braun  
Medebach

Fachgeprüftes und zertifiziertes Unternehmen

*Eine Bestattung ist Vertrauenssache  
Der letzte Weg in guten Händen*

www.bestattung-falkenstein.de



0 29 81 - 454



## Sofort Bargeld

Gold- & Silberankauf  
zum Tageshöchstpreis

Altgold • Münzen • Zahngold  
Besteck • D-Mark-Tausch 2:1  
Vertrauen Sie nur dem Fachmann vor Ort!

## Schmuck & Uhren

DRÖGE

Hauptstr. 18 • Winterberg

Do. & Fr. 11:00 - 13:00 & 14:30 - 17:00  
Samstag 11:00 - 15:00

Goldankauf & Trauringauswahl auch  
nach Vereinbarung • 02981 / 929 72 42

## Vor 80 Jahren

### Naturtheater mit 1000 Plätzen

Das Jubiläum des 200jährigen Bestehens des Burschenvereins Hallenberg nahm trotz der ungünstigen Witterung einen sehr eindrucksvollen Verlauf. Als am Sonntagmorgen auf dem Feld an der Gnadenkapelle der Muttergottes von Merklingshausen der Festgottesdienst begann, klärte sich der Himmel auf. Hochw. Pastor Westhoff zelebrierte während des Hochamtes auf dem im Freien neu errichteten Altar das hl. Meßopfer. Hochw. Herr Dr. Brocke (Brilon) hielt die Festpredigt. Am Frühhnachmittag setzte sich der Festzug, von vier berittenen Herolden eröffnet, in Bewegung. An dem Zuge nahmen die aus vielen Orten gekommenen Burschen- und Gesellenvereine teil. Unter Musikklänge ging es durch die Straßen der Heimatstadt nach dem Sportplatz, wo ein Fußballspiel der Hallenberger Elf gegen „Frischauf Olsberg“ stattfand, dass mit 1: 1 unentschieden endete. Viele Gäste und Einheimische konnten am Festtag, dem 23. Juni, der Eröffnung des Freilichttheaters beiwohnen. Das Naturtheater zeigt sich als weites, fast geschossenes Rund mit 1000 Sitzplätzen. Vor dem bergigen Hintergrund heben sich die eineinhalb Ar großen Bühnenflächen ab. Alte verwachsene Baumriesen, ein grün-roter Pflanzenteppich, von Treppen durchschnitten, sind die natürlichen Kulissen dieses Theater. An der Feierstunde der Eröffnung nahmen Herr Oberkreisdirektor Brümmer, die Geistlichkeit und mehrere Vertreter des Stadt- und Amtsbezirkes teil. In seiner Begrüßungsansprache wies der Präses, Herr Vikar Schenuit, auf die stolze Tradition des 200 Jahre alten Burschenvereins hin. Aber auch die gegenwärtigen Mitglieder hätten, so sagte der Redner, sich mit Eifer für den Burschenverein eingesetzt. Mit Anerkennung sei von allen denen zu sprechen, die vom ersten bis zum letzten Spatenstich an dem gemeinsamen Werk der Gestaltung des Theaters mitgeholfen haben. Besonders nenne er den Burschenvorstand Otto Winter und Spielleiter Anton Kaiser sowie Dip. Ing. Scheck, dem die Gestaltung des neuen Theaters oblag. Beethovens „Die Himmel rühmen“ vom Kirchenchor mit Unterstützung der Hallenberger Musikkapelle vorgetragen, umrahmte die eindrucksvolle Feier. Am Nachmittage gegen 16 Uhr begann die Aufführung von F.W.Webers „Dreizehnlinden“. Alle Mitarbeitenden taten ihr Bestes, um des Dichters Sprache und Absichten zu erfüllen. Ein malerisches Bild boten auch die Kostüme, gehalten in der Art des neunten Jahrhunderts. Das wirkungsreiche Spiel litt leider unter der unbeständigen Witterung. Die Aufführung war ein guter Start für das Freilichttheater, auf dessen Gestaltung der Burschenverein stolz sein darf. (WP Juni 1946)

## Vor 30 Jahren

### Rat einstimmig für blaue Tonne

Die Einführung der blauen Tonne für Altpapier - flächendeckend für das Stadtgebiet ab 1. Juli - hat der Rat der Stadt bei einer Enthaltung in seiner jüngsten Sitzung beschlossen. Seitens der Verwaltung hatte man zuvor den Kommunalpolitikern vorgeschlagen, die Tonnen aus Kostengründen von der Firma Stratmann nur anzumieten. Ein Kauf, gleich ob durch den Bürger oder die Stadt, würde erheblich teurer. In der nachfolgenden Diskussion sprachen sich nahezu alle Ratsmitglieder für die blaue Tonne aus. Damit komme man nicht nur der Vereinbarung mit DSK nach, so Bürgermeister Kronauge, sondern trage auch zum Umweltschutz bei (WP Juni 1995)

## Vor 20 Jahren

### Geldspritze für Hallenberger Vereine

Auch in diesem Jahr konnte die Stadt Hallenberg aus den Überschüssen der Sparkasse Hochsauerland wieder Zuschüsse an Hallenberger Vereine verteilen. Bürgermeister Michael Kronauge und Filialleiter



### Freude bei Hallenberger Vereinen über Spenden von Stadt und Sparkasse

Klemens Waszynski konnten Bewilligungsbescheide über insgesamt 9000 Euro übergeben. Die Stadt Hallenberg ist Gewährsträger der Sparkasse. Diese führt alljährlich Teile ihres Jahresüberschusses an die Gewährsträger ab. Die Stadt stellt diesen Betrag den Vereinen für gemeinnützige Zwecke zur Verfügung. Über die Verteilung entscheidet ein Gremium bestehend aus dem Bürgermeister, dem Filialleiter der Sparkasse, den 4 Ortsvorstehern und den Fraktionsvorsitzenden. Voraussetzung für die Zuwendung ist, dass der Verein vom Finanzamt als gemeinnützig anerkannt ist. Das wichtigste Kriterium ist, dass der Verein Jugendarbeit betreibt. Da die Anträge in den letzten Jahren stark zugenommen haben, wurde vom Gremium festgelegt, dass der Höchstbetrag der Spende auf 2.000 Euro pro Verein und Projekt festgelegt wird. Grundsätzlich kann jeder Verein alle 3 Jahre einen Antrag stellen. In diesem Jahr konnten sich folgende Vereine über Zuschüsse freuen: St. Hubertus Schützenbruderschaft Liesen, Schützenbruderschaft St. Antonius Braunhausen, Skiklub Hesborn, Förderverein Hesborn und Förderverein Hauptschule je 1500 €, Kath. Kirchengemeinde Hallenberg und KLVG Braunhausen je 750 Euro.

## Vor 20 Jahren

### Herzlich willkommen...



In Hallenberg. Rechts an der Lieser Brücke werden Besucher und Gäste künftig durch unseren neuen Blumenschriftzug begrüßt

## Vor 10 Jahren

### Haselmaus gewinnt Kampf gegen Windmühlen

Die Haselmaus wird vermutlich künftig das neue Wappentier von Hallenbergs Nachbarort Wunderthausen. Oberhalb des Dorfes sollten nach Planungen der benachbarten hessischen Gemeinde Bromskirchen fünf seit knapp 20 Jahren bestehende Windkraftanlagen aufgerüstet (Repowering) und mehrere weitere gebaut werden. Erste Grundstücksvorverträge wurden bereits geschlossen. Jetzt macht der rheinische Investor MLK Consulting einen Rückzieher, obwohl er sich vor einigen Monaten aufgrund von eigenen Artenschutzprüfungen noch sehr zuversichtlich gezeigt hatte Ende 2016 mit dem Bau beginnen zu können. Grund: ein Haselmaus-Vorkommen!



Geschäftsführer Heinrich Lohmann erklärte dazu gestern auf Anfrage der WP, dass sich durch die in einem Teilbereich nachgewiesenen Haselmäuse-Bestände das in Frage kommende Gebiet so stark verkleinert hätte, dass die Wirtschaftlichkeit nicht mehr gegeben gewesen sei. Zudem sei die Fläche in der aktuellen Planung des Regionalplanes nicht mehr vorgesehen. Weiter in Arbeit bleiben sowohl von seiner und Bromskircher Seite als auch von der nordhessischen Bezirksregierung die Pläne für den „Windpark Ost“ der auf dem „Großen Hohen Stein“ an der Grenze zu Hallenberg entstehen soll. Hier seien laut Lohmann acht bis neun Windräder mit einer Gesamthöhe von 220 Metern angedacht. „Ich freue mich für die Wunderhäuser“ kommentierte Bürgermeister Michael Kronauge die aktuelle Entwicklung, „aber wir in Hallenberg sind damit leider nicht aus dem Schneider“. Ende Mai lief die zweite Offenlegung für den entsprechenden Regionalplan in Kassel aus. Eine Woche vorher hatte ein Treffen der umliegenden hessischen und westfälischen Bürgermeister und den Landräten aus dem HSK und Waldeck-Frankenberg stattgefunden, mit dem Ziel, die hiesige Region mit ihren mehr als vier Millionen Übernachtungen, als „touristische Kernzone“ zu definieren und damit von Windvorrangzonen freizuhalten. Bisher gilt der Tourismus noch nicht als hartes Ausschlusskriterium. „Es sollen mehr als 50.000 Stellungnahmen in Kassel eingegangen sein. Vielleicht merken die Politiker dort nun genau wie in NRW, das sie nicht einfach über die Köpfe der Bürger und Kommunen hinweg entscheiden können, so dass wir in punkto Tourismus noch greifbare Fakten bekommen. Bisher wehren wir uns mehr mit emotionalen Argumenten“ so Kronauge. Den Tourismus wiederum sieht Lohmann nicht als Hinderungsgrund und beruft sich dabei auf neue Studien die belegen sollen, das holländische Touristen zu 90 Prozent keine Windkraftgegner seien. In Winterberg und Umgebung kämen die meisten Gäste aus den Niederlanden, daher ergäben sich sogar Möglichkeiten Windparks als touristische Anziehungspunkte zu gestalten. Dem widersprach Kronauge energisch. „Wir lassen uns unseren historischen Stadtkern und unsere Wanderdestination nicht so einfach kaputt machen. Es ist einfach nur ärgerlich, wir müssen gegen die Folgen von Windmühlen kämpfen, von denen andere profitieren. Wenn das Thema nicht so ernst wäre, um darüber zu lachen, würde ich den Wunderhäusern Haselmäusen anbieten, unsere einzigartige Hallenberger Mausefallensammlung zu verschenken, um sie ganz sicher hierher zu locken.“ (Westfalenpost Rita Maurer vom 9.6.15)

## Vor 10 Jahren

### Neues Fahrzeug der Jugendfeuerwehr Liesen eingeweiht



#### Fahrzeugweihe in Liesen

Feierlich konnte das neue Mannschaftstransportfahrzeug der Jugendfeuerwehr Liesen eingeweiht werden. Durch Spenden von Bürgern, Unternehmen und dem Bürgerverein Liesen konnte ein gebrauchtes Fahrzeug beschafft und gemäß den Anforderungen umgerüstet werden. Die Jugendfeuerwehr Liesen dankt allen Spendern durch deren Zuwendung die

Anschaffung ermöglicht wurde. Nach der Begrüßung durch Löschgruppenführer Uwe Isenberg wurde das Fahrzeug durch Vikar Matthias Kamphans gesegnet und nach Ansprachen von Bürgermeister Michael Kronauge, Ortsvorsteher Ulrich Brieden und Stadtbrandinspektor Albert Winter offiziell seiner Bestimmung übergeben. (Rundblick Juni 2015)

## Vor 10 Jahren

### Ausstellung von Linda McCartney in Hallenberg eröffnet



#### Viele Besucher bei der Ausstellungseröffnung von Linda McCartney

„I'm believer“ mit diesem Lied der Monkees aus dem Jahr 1966 eröffnete ein Ensemble der Stadtkapelle Hallenberg eine besondere Ausstellung im Infozentrum Kump in Hallenberg. 85 Portraits von Musikstars der 60er Jahre, aufgenommen von Linda McCartney sind dort zu sehen. Nie mehr sind Stars wie die Beatles, Jimi Hendrix, The Doors, The Who oder die Rolling Stones mit einer solchen Unbekümmertheit und gleichzeitig fotografischer Qualität aufgenommen worden. Zur Ausstellung konnte Hallenbergs Bürgermeister Michael Kronauge wieder zahlreiche Gäste begrüßen und bedankte sich bei allen, die zum Gelingen der Ausstellung beigetragen haben. Moderator Andreas Melliwa von Radio Sauerland stellte das Leben und Werk von Linda McCartney vor. Melliwa trug extra zu diesem Anlass sein bestgehütetes T-Shirt vom Europapokalsieg Borussia Dortmunds aus dem Jahr 1966. Michael Kronauge musste zu seinem Bedauern feststellen, dass sein altes Batik-T-Shirt und die fellgesäumte Wildlederweste von damals leider eingelaufen waren. „Zeitzeugen vermutet man ja eigentlich eher im Altersheim, jetzt bin ich selber einer“ kommentierte Andreas Melliwa und stellte in einer launigen Ansprache Überlegungen an, welche Situationen und Menschen Linda McCartney fotografiert hätte, wenn sie mit 16 Jahren in Hallenberg gewesen wäre. Die Fotografin und spätere Ehefrau von Beatle Paul McCartney zeichnete sich vor allem dadurch aus, dass sie die Künstler in völlig ungezwungenen und legeren Momenten festhalten konnte. Manche ihrer in Hallenberg ausgestellten Fotos wirkten daher wie aus dem eigenen Fotoalbum entnommen und zeigen die bis heute bekannten Stars in ganz alltäglichen, menschlichen und manchmal auch verletzlichsten Posen, müde, gelangweilt, nachdenklich, ausgelassen oder ganz bodenständig aber ohne Ekstase bei Auftritten. Ein Ensemble der Stadtkapelle sorgte mit Stücken von den Beatles und den Rolling Stones für den passenden musikalischen Rahmen. Michael Kronauge freute sich, dass es nach den Fotoausstellungen über Michael Jackson und Marilyn Monroe gelungen ist, eine weitere hochkarätige Ausstellung nach Hallenberg zu holen, die schon der ganzen Welt unterwegs war. „Diese Ausstellung war unter anderem schon in New York, in Wien und im Victoria und Albert Museum in England zu sehen. Die Ausstellung zeigt eine Präsentation von insgesamt 85 einzigartigen Fotografien, sowohl in schwarz-Weiß als auch in Farbe, einen Querschnitt durch amerikanische und britische Musikbewegung.“ WP Rita Maurer Juni 2015

**Ausgabe Juni 2025**

**Zusammengestellt vom Förderverein Hallenberg**



## Bike-Gruppen Herzlich Willkommen im Landgasthof Schöttes mit Biergarten

Zentral, direkt in der Ortsmitte von Olsberg-Wiemeringhausen gelegen, befindet sich der Landgasthof Schöttes. Er ist bekannt für seine feine, gutbürgerliche Küche mit urig-gemütlichem und liebevollem Ambiente. Hier bleibt kein Auge trocken, denn im traditionellen Gasthof der Chöre kommt immer gute Stimmung auf. Der Wirt, Christof Schöttes, betreibt den Gasthof mit Partyservice, Biergarten und Zimmern seit vielen Jahren mit viel Herzblut. Feiern und Spaß haben ist hier Programm. Kulinarische Sonderwünsche werden natürlich auch gerne umgesetzt. **Der angrenzende Biergarten bietet bei gutem Wetter Bike-Gruppen und vielen anderen Gästen genügend Platz.** Viele Rennrad- und Mountainbike-Gruppen, aber auch Motorradfahrer kehren schon seit vielen Jahren hier ein und kommen immer wieder. Besonders die Mountainbiker und Rennradgruppen sind hier herzlich willkommen. - Alles entstand vor Jahren, als der aus den Niederlanden stammende „Ben“ Urlaub im Sauerland machte- und zwar im Nachbarort Assinghausen. Auf der Suche nach einem Lokal zum Einkehren landete er im Landgasthof



Fröhliche Bikegruppe im Biergarten des Landgasthof Schöttes

Schöttes und kam mit dem Wirt Christof Schöttes, ins Gespräch. Daraus entwickelte sich eine lange Freundschaft, die bis heute andauert. Immer wieder kehrte Ben

zusammen mit Bike-Gruppen ins Sauerland zurück und führt als Tourenguide bis heute die Biker über die schönsten Trails und Erfahrungsstrecken des Sauerlandes. **Nach einer langen Biketour kann man im Biergarten mit Rondell direkt neben dem Gasthof**

**bei gutem Wetter den Tag in gemütlicher Runde ausklingen lassen.** Bei schlechtem Wetter natürlich auch in der Wirtsstube. Alle Speisen können einen Tag zuvor auf Bestellung gerne auch für zu Hause abgeholt werden. Vorbeischaun lohnt sich immer. [BL]

LANDGASTHOF  
SCHÖTTES



Landgasthof Schöttes  
Winterberger Str. 30  
Olsberg-Wiemeringhausen  
Telefon (02985) 238



- Gutbürgerliche Küche
- Biergarten
- Partyservice
- Biker willkommen



Leckeres vom Grill bei Gasthof Schöttes im Biergarten



## Schöne Einkehr in der Hoheleyer Hütte am Vatertag und den Pfingstfeiertagen

Als gemütliches Ausflugsziel und Einkehrmöglichkeit für Biker und Wanderer ist die Hoheleyer Hütte mittlerweile bekannt. Direkt am Rothaars-  
teig gelegen, mit schöner Aus-  
sicht ins Wittgensteiner und  
Schmallenberger Land, wurde  
sie im Oktober 2006 eröffnet.  
Seit Mai 2018 wird die Hütte  
von Volker Müller mit viel Her-  
zblut bewirtschaftet. Deshalb  
kann man sich hier einfach nur  
wohl fühlen. Im Innen- und  
Außenbereich wurde die Hütte  
modernisiert und renoviert. Eine  
Tischplatte wurde mit einer Rot-  
haarsteig-Karte für Wanderer  
versehen. Bei gutem Wetter kann  
man sich derzeit auf der Außen-  
terrasse mit der herrlichen Fern-  
sicht niederlassen. **Am Vatertag,  
dem 29. Mai sowie am 08. und  
09. Juni über Pfingsten ist bei  
gutem Wetter musikalische Un-  
terhaltung geplant.** Das Hütten-  
Team bietet auf Voranmeldung  
und nicht nur an den Feiertagen  
ein großes, leckeres Frühstücks-  
buffet an. Dienstags bis sonntags  
ist das Team um Volker Müller  
durchgehend von 11.00 bis 19.00



Die Hoheleyer Hütte in schöner Lage am Rothaarsteig

Uhr für alle Einkehrer da. Die  
Küche ist von 11.30 bis 18.00  
Uhr geöffnet. Das Speisenange-  
bot umfasst eine rustikale Spei-  
senkarte, hausgemachten Kue-  
chen wie diverse Obststreusel-  
Sorten vom Blech, die „Windbeu-  
teltorte“ – als Spezialität des Hau-  
ses oder der Hütten-Burger vom  
Angus Rind. Dazu natürlich auch

eine passende Auswahl an Kalt-  
und Heißgetränken. Alle Gerich-  
te auch „to go“ und „take away“.  
Als besondere Geschenkidee  
sind hier auch Gutscheine erhält-  
lich. Außerhalb der regulären Öff-  
nungszeiten steht das Hüttenteam  
auf Vorbestellung auch für priva-  
te oder geschäftliche Feierlichkei-  
ten gerne zur Verfügung. [BL]



Leckere Stärkung für die Weiter-  
fahrt bei der Hoheleyer Hütte



Frühstücksbuffet in der Hoheleyer Hütte

*Wandern Biken Tolle Aussicht  
Leckeres Essen Kühles Bier  
Kaffee & Kuchen*

Winterberg  
Hoheleye 17  
Tel. 02758-2019866  
[www.hoheleyer-huette.de](http://www.hoheleyer-huette.de)



**Am Vatertag, den 29.05.2025 sowie über**

**Pfingsten, 08.06. / 09.06.2025**

**bei gutem Wetter musikalische Unterhaltung**

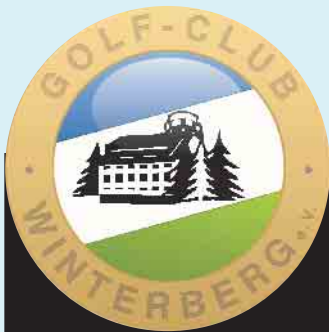
Di. bis So. von 11.00 bis 19.00 Uhr / Mo. Ruhetag  
Küche von 11.30 bis 18.00 Uhr

**Gutscheine erhältlich!**

# BIKEN IM SAUERLAND

## Jugendtraining im GC Winterberg mit Justin Lange

Für Kinder und Jugendliche in den Altersklassen von 6 bis 18 Jahren bietet der Golfclub Winterberg e.V.



### PRO SHOP

**Manfred Heick**

In der Büre 20  
59955 Winterberg

Tel. 02981-17 70  
Mobil. 0172-571 86 60

info@golfclub-winterberg.de  
www.golfclub-winterberg.de

ein kostenloses Training an jedem 2. und 4. Sonntagmorgen eines Monats an.

Bei diesem Training steht vor allem der Spaß im Vordergrund, um die Kinder und Jugendlichen dauerhaft für den Golfsport zu begeistern. Ziel der Jugendarbeit im Golfclub Winterberg ist es, Kinder und Jugendliche für den Golfsport zu begeistern und durch das Golftraining und Spiel in ihrer Persönlichkeitsentwicklung zu unterstützen. Über die Ausbildung der sportlich-individuellen Golfkompetenz hinaus, will der Club durch die Vermittlung der zentralen Werte des Golfsports die mentale und soziale Kompetenz der Kinder und Jugendlichen fördern. Im Vordergrund stehen die Einhaltung von Regeln, der Wettkampf und die Teamfähigkeit, sportliche Fairness, Flightintegration und Etikette so wie Höflichkeit und angemessenes Verhalten.

Auf dem Lehrplan stehen die Basics des Golfsports, Spielen und Taktik auf dem Golfplatz, Schwungkorekturen sowie jede Menge



### Pure Begeisterung beim Golfen

Spaß auf dem Übungsarea. Mit diesen Inhalten steht einer Entwicklung vom Anfänger bis zum Profi nichts im Wege. Im Jugendtraining haben die Kinder die Chance, die Platzreife zu erwerben.

**Alle Kinder und Jugendliche sind herzlich dazu eingeladen, an diesem Training teilzunehmen!**  
**In der Saison 2025 starten wir mit**

**dem Jugendtraining ab Sonntag, 01.06.2025 von 10.00 - 11.00 Uhr für 60 Minuten beim Golfclub Winterberg, In der Büre 20.**

Die Teilnahme ist kostenlos, die Anmeldung läuft unter 0172/5718660 oder info@golfclub-winterberg.de oder einfach vorbeischaauen.- Alle sind herzlich willkommen. [BL]

## Golf ausprobieren - kostenlos

### Schnupperstunde auf dem Golfplatz Winterberg

Hast Du Lust, den Golfsport einmal unverbindlich kennenzulernen? Dann nutze jetzt die Gelegenheit: Der Golfclub Winterberg lädt alle Interessierten zu einer kostenlosen Schnupperstunde ein. Euch erwartet eine Einführung in den Golfsport mit erfahrener Trainer, erste Schwünge auf der „Driving Range“ und dem „Putting Green“. Leihschläger

und Bälle sind inklusive. Es sind keine Vorkenntnisse nötig. Vorbeikommen und Spaß haben stehen hier auf der Tagesordnung. **Jeden Samstag von 12.00 bis 13.00 Uhr im Golfclub Winterberg, In der Büre 20.** Die Teilnahme dauert in etwa 60 Minuten. Die Teilnahme ist kostenlos. Anmeldungen werden erbeten unter 0172/5718660 oder

info@golfclub-winterberg.de. Egal ob allein, mit Freunden oder der Familie - hier kann man Golf in entspannter Atmosphäre in schöner Natur erleben. Am Ende

der Stunde seid Ihr fit genug, um alleine über den 9-Loch-Kurzplatz zu tigern. Ausprobieren, loslegen - die Teilnehmerzahl ist begrenzt. [BL]

**GOLFCLUB WINTERBERG -**  
**Landhaus auf der grünen Wiese**

*Ihre Feier in einer herrlichen Umgebung -*  
*Restaurant für jedermann*

**In der Büre 20 - 59955 Winterberg**

Abend-Reservierungen erforderlich unter  
Tel.-Nr. 02981/81233 oder 0160/8724958.  
Mo. Ruhetag, Di.- So. ab 12.00 Uhr geöffnet





**Gute Einkehr am Golfplatz Winterberg:**  
**Das LANDHAUS auf der grünen Wiese**



# BIKEN IM SAUERLAND

## Radwege rund um Winterberg

Ehrliche Meinungen und Ansichten von Uppu Gruß

Letztes Jahr wurde die Verbindung des Radweges über den Kahlen Asten fertiggestellt. - Einst ein schöner steiniger Weg mit knackigen Anstiegen, musste er nun im Einstiegsbereich einer entschärften Passage weichen. Dieser Radweg ist vielleicht mit seinem durchgezogenen Geländer und der komplett bis Langewiese durchgezogenen, asphaltierten Decke schön anzusehen, aber nur praktisch für Damen- und Herrenräder. Bei allen Mountainbikern kommt dieser Weg nicht gut an. Ungebremst erreicht man auf dem letzten Abschnitt in Richtung Parkplatz Nordhang eine stolze Geschwindigkeit von 64 km/h. In Betracht der zahlreichen E-Bike-Unfälle keine gute Aussicht. Beim zuvor naturbelassenen Weg fuhr man als Mountainbiker automatisch auf den Untergrund fokussiert, automatisch konzentrierter und respektvoller. Der Ruhrtalradweg soll in nächster Zeit von Winterberg in Richtung Niedersfeld, durch das schöne Ruhrtal ebenfalls asphaltiert werden. In diesem Wassereinzugsgebiet eine fatale „Verplombung“ der Landschaft, was hinsichtlich von starken Regengüssen mit erschwelter Versickerung des Regenwassers verbunden sein wird und somit nicht von Vorteil. Der Spaßfaktor für Mountainbiker bleibt auch hier dann leider auf der Stre-



MTB-Gruppe vor der Bikewerkstatt Uppu in Winterberg

cke. Die Unfallgefahr bei Familien wird sicher auch durch asphaltierte Wege nicht minimiert, da die Geschwindigkeiten und Unachtsamkeiten höher werden. Start und Ziel jeder Tour ist die Bikewerkstatt und das Bistorant Uppu mitten in Winterberg. Der Erfahrungsschatz aus über 30 Jahren Biketouren ist sehr wertvoll. Fahrsicherheitstraining im Gelände für alle Biker und Tourenplanungen durch die noch schönsten Strecken spielt hier noch eine wichtige Rolle - mit anschließender Erfrischung und Stärkung im hauseigenen Bistorant trifft sich hier alles, was vier Räder hat. [BL]



Biker auf schönen Pfaden unterwegs






### Exklusive Biketouren, Bikeverleih & Werkstatt

Hier bekommst du alles, was dein Bikerherz begehrt. Mitten im Bikerparadies Winterberg, nur einen Katzensprung von abenteuerlichen Trails und Bikestrecken entfernt.

Am Wallenberg 19  
Winterberg  
Telefon 02981/2245  
info@uppu-biketours.de  
[www.uppu-biketours.de](http://www.uppu-biketours.de)



## So gelingt der Start in den neuen Job als Pflegeberater

Für ein gelungenes Onboarding früh nach dem Einarbeitungsplan fragen



Zu einer guten Einarbeitung können auch Schulungen gehören, in denen Wichtiges über die Firma oder spezifische fachliche Anforderungen vermittelt werden. Foto: DJD/compass private pflegeberatung

beitungsplan und die entsprechend vereinbarten und vorbereiteten Termine sowie die Vorstellung des neuen Kollegiums. Ebenfalls wichtig: genug Zeit. „Bei compass gibt es für neue Pflegeberater und Pflegeberaterinnen eine Einarbeitungszeit von mehreren Monaten. In dieser werden in Schulungen Fachkenntnisse und Kompetenzen vermittelt. Außerdem werden die Neuen von erfahrenen Kolleginnen und Kollegen begleitet und so an die Tätigkeit herangeführt. Jeder Mitarbeitende bekommt zudem am ersten Tag eine komplette Arbeitsausrüstung und ab einem bestimmten Stundenumfang in der Pflegeberatung vor Ort auch einen Dienstwagen gestellt“, beschreibt Wessel.

Unter [www.compass-pflegeberatung.de](http://www.compass-pflegeberatung.de) sucht das Unternehmen zurzeit bundesweit Pflegefachkräfte, Sozialversicherungsangestellte und Personen mit passendem Studium für die Pflegeberatung vor Ort sowie für die telefonische Beratung an den Standorten Köln und Leipzig. Dort kann unter der kostenfreien Nummer 0800 - 101 88 00 jeder Anrufende Unterstützung in Pflegefragen bekommen.

**So führt man sich selbst gut ein**  
Aber nicht nur der Arbeitgeber ist bei der Einarbeitung in der Pflicht, auch neue Angestellte können viel für einen gelungenen Jobstart tun. Drei Dinge findet Jana Wessel hier besonders wichtig: „Zuhören, mitdenken und Fragen stellen. Das zeigt, dass jemand wirklich dabei ist. Und Fragen mit einem frischen Blick von außen bringen auch das Unternehmen weiter.“ Gerade in der Pflegeberatung seien außerdem gute Kommunikationsfähigkeiten wichtig: „Wir brauchen Leute, die sich austauschen und Interesse am Gegenüber haben. Denn wir müssen für eine gute Beratung auch viel zuhören und die Bedarfe der Menschen wahrnehmen.“ (DJD)



### Mitarbeiter im Einzelhandel (m/w/d) in Voll-, Teilzeit und Aushilfe gesucht

Abwechslungsreicher Job, - Eigenständiges Arbeiten

**Bewerbungen per E-Mail oder telefonisch unter:**

**ARAL Tankstelle • Inh. Jürgen-Karl Helwig  
Am Hagenblech 60 • Winterberg**

**Mobil: 0172/2369787 • E-Mail: [juergen-karl.helwig@tankstelle.de](mailto:juergen-karl.helwig@tankstelle.de)**



Die erste Zeit in einem neuen Job ist immer herausfordernd. Denn jedes Unternehmen hat seine speziellen Abläufe und fachlichen Anforderungen, die der oder die Neue erst durchschauen muss. Wie schnell und gut das gelingt, hängt vor allem von der Einarbeitung ab. Jobsuchende tun deshalb gut daran, diese früh anzusprechen: „Es ist wichtig, schon im Vorstellungsgespräch darauf zu achten, ob es einen Plan für die Einarbeitung gibt und dieser auch eingehalten wird“, rät Jana Wessel von der Pflegeberatung compass. „Ein professionell aufgestelltes Unternehmen kann hier detaillierte Auskünfte geben. Man sollte das wirklich thematisieren und gegebenenfalls auch genauer nachfragen.“

### Wichtig: Ein Plan und feste Ansprechpersonen

Zu einem gelungenen Onboarding, wie die Einarbeitung heute auch heißt, gehören die persönliche Begrüßung am ersten Arbeitstag, ein vorbereiteter Einar-





## Dooring-Unfälle gefährden Radfahrer zunehmend



Zum Schutz aller Verkehrsteilnehmer bedarf es mehr gegenseitiger Rücksichtnahme. Foto: pixabay.com/mid/ak-o

Nach wie vor sind Autos die größte Gefahr für Radfahrer. Dabei lassen sich viele Unfälle - vor allem die sogenannten Dooring-Unfälle - bereits durch einfache Maßnahmen und mehr gegenseitige Rücksichtnahme im Verkehr verhindern.

Allein in Berlin kommt es seit 2018 statistisch gesehen jeden Tag zu mindestens einem „Dooring-Unfall“, dem Zusammenstoß eines Radfahrers mit der sich öffnenden Tür eines parkenden Autos. Der kann für Radfahrende mit schweren Verletzungen - in einigen Fällen sogar tödlich - enden. Radfahrende selbst können einen Dooring-Unfall nur schwer verhindern. Viele Radwege in der Stadt führen direkt an parkenden Autos vorbei. Bei einer Geschwindigkeit von 20 km/h müssten Radfahrende ca. elf Meter im Voraus sehen, dass jemand aus dem Auto steigen möchte, um noch rechtzeitig bremsen zu können. Wer auf dem Fahrrad sitzt, kann daher oft nur versuchen, das Risiko eines Unfalls zu mindern.

Der ACE empfiehlt Radfahrenden - wenn möglich - immer mind. 80 cm Abstand zu den Autos am Stra-

ßenrand einzuhalten, damit eine aufgehende Tür sie gar nicht erst berühren kann. Außerdem gilt es, aufmerksam auf Anzeichen wie eingeschlagene Räder, Brems- und Rückleuchten bei parkenden Autos zu achten. Auch sichtbare Kleidung und Reflektoren sind hilfreich, um nicht übersehen zu werden.

Dooring-Unfälle verhindern können vor allem diejenigen, die die Autotür öffnen. Beim Aussteigen sollten sie grundsätzlich immer zuerst in den Seitenspiegel und dann über die Schulter schauen, bevor sie die Tür öffnen. Hier hilft der sogenannte Holländische Griff: Dabei wird die Fahrtür mit der rechten Hand geöffnet, der Oberkörper dreht so nach links und der Blick geht ganz automatisch nach hinten. Beifahrerinnen und Beifahrer öffnen ihre Türe entsprechend mit der linken Hand. In den Niederlanden gehört dieses Vorgehen standardmäßig zur Ausbildung in der Fahrschule.

Bei manchen Autos liegen die Griffe bereits so weit hinten, dass der Holländische Griff automatisch angewendet werden muss, um das Fahrzeug zu öffnen. Darüber hin-

aus gibt es sinnvolle Assistenzsysteme, die die Insassen warnen, wenn sich ein Fahrzeug nähert oder die die Tür für eine Sekunde blockieren. (mid/ak-o)

25 Jahre für Sie vor Ort!

**AUTO DIENST**

DIE MARKEN-WERKSTATT

Für alle PKW



**TÜV NORD**

Unser Zusatz-Service im Juni:

**TÜV\* + Breakfast**  
**Sa. 14.06.2025**

Ihr Auto kommt zum TÜV und Sie zum Frühstück!



Um Voranmeldung wird gebeten.

**Stefan Kronauge**

Industriestraße 2 · 59969 Hallenberg  
Tel: 02984-908310 · [www.kronauge.de](http://www.kronauge.de)

**SCHÄFER Kfz-Meisterbetrieb**



ASSISTANCE PARTNER



- Unfallinstandsetzung
- Abschleppdienst
- Kfz-Teile und -Zubehör

Winterberger Straße 12  
59964 Medebach-Küstelberg  
Telefon: 02981/1240  
Mobil: 0171 4741318



**DEKRA** mittwochs + freitags **HU und AU im Hause.**

# NOTDIENSTE

WIR SIND RUND UM DIE UHR FÜR SIE DA!



**110 POLIZEI**  
**112 FEUERWEHR**



## APOTHEKEN-NOTDIENST

Apotheken-Notruf 0800 00 22833

**Freitag, 30. Mai**

**Apotheke Hatzfeld**

Edertalstraße 10, 35116 Hatzfeld-Eder, 06467/285

**Samstag, 31. Mai**

**Kur-Apotheke**

Poststraße 1, 59955 Winterberg, 02981/929500

**Sonntag, 1. Juni**

**Eder Apotheke**

Bahnhofstraße 26, 35066 Frankenberg

**Montag, 2. Juni**

**Lachsbach-Apotheke**

Bahnhofstraße 45, 57334 Bad Laasphe, 02752/9595

**Dienstag, 3. Juni**

**Hof-Apotheke**

Poststraße 30, 57319 Bad Berleburg, 02751/928030

**Mittwoch, 4. Juni**

**Marien-Apotheke**

Oberstraße 10, 59964 Medebach, 02982/8559

**Donnerstag, 5. Juni**

**Apotheke am Obermarkt**

Obermarkt 22, 35066 Frankenberg, 06451/72370

**Freitag, 6. Juni**

**Kur-Apotheke**

Poststraße 1, 59955 Winterberg, 02981/929500

**Samstag, 7. Juni**

**Apotheke am Schlosspark**

Schloßstraße 4, 57319 Bad Berleburg, 02751/3975

**Sonntag, 8. Juni**

**Kur-Apotheke**

Poststraße 15, 57319 Bad Berleburg, 02751/92640

**Montag, 9. Juni**

**Upland Apotheke**

Neuer Weg 7, 34508 Willingen, 05632/69344

**Dienstag, 10. Juni**

**Stadt-Apotheke**

Merklinghauser Straße 10, 59969 Hallenberg, 02984/8397

**Mittwoch, 11. Juni**

**Rathaus-Apotheke**

Stapenhorststr. 12, 35066 Frankenberg, 06451/72370

**Donnerstag, 12. Juni**

**Franziskus-Apotheke**

Poststraße 6, 59955 Winterberg, 02981/2521

**Freitag, 13. Juni**

**Marien-Apotheke**

Oberstraße 10, 59964 Medebach, 02982/8559

**Samstag, 14. Juni**

**Franziskus-Apotheke**

Poststraße 6, 59955 Winterberg, 02981/2521

**Sonntag, 15. Juni**

**Löwen-Apotheke**

Weststraße 16, 57392 Schmallenberg, 02972/4029

Notdienste jeweils von 9 bis 9 Uhr am Folgetag

Angaben ohne Gewähr

Änderungen sind jederzeit möglich. Auch abrufbar über [www.akwl.de/notdienstkalender.php](http://www.akwl.de/notdienstkalender.php)

## Allgemeine Soziale Beratung und Migrationsberatung

Caritas Brilon

Büro für soziale Fragen mit Beratung, Unterstützung, Information und Vermittlung

Sprechzeiten:

Jeden 1. und 3. Dienstag

im Monat in der Zeit

von 9 bis 11 Uhr

Adresse:

Hauptstraße 30 in Winterberg

**Kontakt:**

**Resi Kupitz**

Telefon: 0176 12340255

E-Mail: [t.kupitz@caritas-brilon.de](mailto:t.kupitz@caritas-brilon.de)

**Simone Geck**

Telefon: 0151 29202120

E-Mail: [s.geck@caritas-brilon.de](mailto:s.geck@caritas-brilon.de)

## Rat und Hilfe

### Notfalldienstpraxen

Der Notdienstbezirk für Hallenberg-Medebach-Winterberg und Schmallenberg-Eslohe.

Die zentrale Notdienstpraxis befindet sich für diesen Bezirk am MVZ Bad Fredeburg, Im Ohle 31, 57392 Schmallenberg.

### Dienstzeiten sind

Montag, Dienstag, Donnerstag:

18 bis 22 Uhr

Mittwoch und Freitag:

13 bis 22. Uhr

Samstag, Sonntag und Feiertag:

8 bis 22 Uhr

Zu diesen Zeiten ist die Praxis unter der Rufnummer

02974/9689616 erreichbar.

### Kernsprechzeiten mit Anwesenheit eines Arztes sind:

Montag, Dienstag, Donnerstag:

19 bis 20 Uhr

Mittwoch und Freitag 16 bis 17 Uhr

Samstag, Sonntag und Feiertag

10 bis 12 Uhr und 16 bis 18 Uhr

An Sa./So. und Feiertagen ist für die Winterberger (Hallenberger und Medebacher) Patienten die Notfallpraxis am St. Franziskus Hospital dienstbereit. In der Franziskusstraße 2 ist die Praxis von 8 bis 22 Uhr unter 02981/8021000 erreichbar.

Kernsprechzeiten mit Anwesenheit eines Arztes sind 10 bis 12 Uhr und 16 bis 18 Uhr

**Caritas-Konferenz** St. Jakobus Winterberg

Ansprech-Tel.-Nr.: 02981/6846

(Karin Sommer)

Praktische und finanzielle Hilfen für Menschen in Not, für Senioren

und Kranke - Hausaufgabenbetreuung - Kleiderkammer im Edith-Stein-Haus - Vermittlung von Kinder- und Jugendfreizeiten - Seniorenerholungen - christl. Krankenhaushilfe im St.-Franziskus-Hospital

**Caritas-Konferenz** Siedlinghausen Tel.: 02983/8118

Praktische und finanzielle Hilfen für Menschen in Notsituationen, Besuchsdienste, Gesprächskreise für Pflegenden und Alleinstehende, Behördenbegleitung, „Mobil(e)“ - Sprechstunde der Caritas jeden 4. Dienstag im Monat von 10 bis 11 Uhr im katholischen Pfarrheim (außer im Dezember), Seniorenmesse jeden 2. Dienstag im Monat um 14.30 Uhr in der Pfarrkirche, anschl. gemütliches Beisammensein im Pfarrheim

**Caritas Konferenz Niedersfeld**

Telefon: 02985/8717

Hilfe zur Selbsthilfe, Hilfe für Mitmenschen in Notsituationen, Besuchsdienste in Krankenhäusern und Seniorenheimen, Seniorenarbeit, sozialer Warenkorb, Seniorenmessen, Angebote von Vorträgen wichtiger zeitgemäßer Themen für jedermann

**Donum vitae Schwangerschaftskonfliktberatung**

Tel.: 0291/9086960

[winterberg@donumvitae.org](mailto:winterberg@donumvitae.org)

Öffnungszeiten:

dienstags 9 bis 11 Uhr

im DRK-Familienzentrum,

Am Rad 16

Staatl. anerkannte Beratungsstelle für Schwangerschaftskonflikte,



Beratung und Begleitung während und nach der Schwangerschaft bis zum 3. Lebensjahr des Kindes, Informationen und Beratung zur Empfängnisverhütung, geschlechtsspezifische sexual-pädagogische Präventionsarbeit und Beratung  
**Hospizinitiative Hallenberg/ Winterberg e.V.**  
0151 15669840

Es geht darum, Schwerkranke und deren Angehörige auf ihrem Weg zu begleiten, Trauerbegleitung  
**Sozialverband VdK Hochsauerlandkreis**  
Stiftsplatz 3 59872 Meschede  
Tel. 0291/902240 / 9022420  
Pers. Sprechstunde:  
Do. 8 bis 11 und 14 bis 18 Uhr  
Tel. von 9 - 12 Uhr - **nicht am Donnerstag!** -  
In der **Stadt Winterberg** jeden 3. Dienstag im Monat von 14.30 bis

15.30 Uhr  
Haus Nordhang Am Hagenblech 53  
Der Sozialverband VdK steht allen Menschen offen und vertritt die Interessen von allen Sozialversicherten, von Menschen mit Behinderungen, chronisch Kranken, Rentnerinnen und Rentnern, Patientinnen und Patienten gegenüber der Politik und bei den Sozialgerichten.

**VdK-Ortsverbände in der Stadt Winterberg:**  
**Ortsverband Hildfeld /Grönebach**  
0174 5858498  
**VdK Ortsverband Siedlinghausen**  
02983/1025  
**VdK Ortsverband Winterberg**  
02981/2363  
**VdK Ortsverband Züschen**  
0173 5211542  
**VdK Ortsverband Hesborn**  
029842182

## ÖRTLICHE NOTDIENSTE

**Haus- und fachärztlicher Notdienst**  
Der ärztliche Bereitschaftsdienst ist zu erreichen unter  
**Tel. 116 117**  
**Zahnärztlicher Notdienst**  
Der notdiensthabende Zahnarzt ist zu erfragen unter  
**Tel. 01805 986700**

**Apothekennotdienst**  
Die notdiensthabende Apotheke ist zu erfragen unter:  
Festnetz: Info-Nummer  
**(0800) 00 22 833 (kostenlos)**  
Mobiltelefon: Rufnummer **22 8 33**  
(69 ct/min)  
Internet: **www.akwl.de/notdienst**

## ALLGEMEINE NOTDIENSTE

- Polizei-Notruf **110**
- Feuerwehr/Rettungsdienst **112**
- Ärzte-Notruf-Zentrale **116 117**
- Gift-Notruf-Zentrale **0228 192 40**
- Opfer-Notruf **116 006**



## Erfahrungen Coaching-Sitzungen bei THE GREEN PEARL in Medebach- Titmaringhausen

Im Leben kommt nichts von selbst, wir müssen alles erlernen. Deshalb kann es manchmal sehr nützlich sein, sich von jemandem beraten zu lassen. Beispielsweise, wenn die Dinge im Leben nicht so laufen, wie man es sich wünscht. Oder man spürt, dass mehr Potenzial im eigenen Inneren steckt, was man gerne nutzen möchte. Warum mit etwas weitermachen, dass schon so lange an der eigenen Psyche nagt? - Es kann so bereichernd sein, ein paar Coaching-Sitzungen wahrzunehmen, die mehr Einblick in sich selbst und das persönliche Potenzial verschaffen, für einen Perspektivwechsel, der das Leben fortan bereichern kann.

Hier zwei Erfahrungsberichte von Personen, die bei Jann van der Wal von THE GREEN PEARL diesen Schritt gewagt haben:

**Bewertung einer einmaligen Sitzung (1-Mal wöchentlich stattfindend):** „grosser Überzeugung empfehle ich, Jann als aussergewöhnlich kompetenten und einfühlsamen Coach. Jann schafft es, sogar komplexe Probleme zu brechen und neue Lösungswege aufzuzeigen. Ihr Einfühlungsvermögen ist herausragend und Ihre Rückmeldungen sind stets wert-

schätzend, klar und ermutigend. Durch Ihre Arbeit habe ich ein neues Verständnis für mich selbst entwickelt, was sie für mich besonders gut gemacht hat. Sie fördert nachhaltiges, inneres Wachstum und passt Methoden individuell an. Sie hat mir sehr geholfen, meine Ziele klar zu definieren“, so aus Medebach.

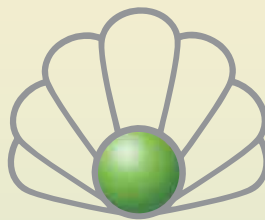
**Bewertung eines Rückzugs (1 Woche am Stück):** „Eine lebensverändernde Erfahrung! - Ich bin froh, dass ich mir eine Woche mit Jann gönnt habe. Ich war an einem entscheidenden Punkt in meinem Leben und brauchte den Input von Jann, um ihm die richtige Richtung zu geben. Welch' Wohltat, in der Wohnung und der schönen Umgebung abschalten zu dürfen und mich selbst besser kennenzulernen! Oft führen wir zu schnell unsere alten Muster aus, denken und handeln unbewusst einfach so weiter. Jann löste auf eine klare und liebevolle Art und Weise, was feststeckte... alles kam dabei auf den Tisch, dabei konnte ich mit nichts entkommen. Jann sagt es, wie es ist, und gleichzeitig ist Ihr nichts Menschliches fremd. Sie hört zu, sieht, fühlt, nimmt wahr und benennt genau das, was ist, ohne zu urteilen. In

dieser Sicherheit können die unterschiedlichsten Dinge besprochen werden, die verschiedensten Themen, die uns belasten. Ich bin mehr als dankbar für all' die Einsichten und Werkzeuge, die sie mir mitgegeben hat. - Eine enorme Vertiefung und Bereicherung sowie Anreicherung für mein Leben. Absolut das beste Geschenk, das ich mir selbst hätte machen können“, so aus den Niederlanden.

Das Erstgespräch mit Jann ist kostenlos. Danach entscheiden Sie selbst, ob Sie ein einmaliges, über mehrere Tage gestaffeltes Coaching, oder einen kompletten Rückzug, ab vier Tagen oder mehr, wünschen. Einen Versuch ist es wert. [BL]



**Jann van der Wal von THE GREEN PEARL**



**THE GREEN PEARL**

- **Individuelles Coaching**
- **Charakter-Blueprint-Sitzung**
- **Energetische Behandlungen**

**Jann van der Wal**

Am Kahlen Pön 14 • 59964 Medebach-Titmaringhausen  
Mobil: 0160-1840716 • [info@thegreenpearl.nl](mailto:info@thegreenpearl.nl)

Die nächste Ausgabe erscheint am:  
**Freitag, 13. Juni 2025**  
Annahmeschluss ist am:  
**04.06.2025 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 HALLENBERG

### HERAUSGEBER, DRUCK UND VERLAG

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

V.i.S.d.P. Redaktioneller Teil:  
Nathalie Lang und Corinna Hanf  
Verantwortlich f. d. Anzeigenteil:  
Dunja Rebinski

### ERSCHEINUNG vierzehntäglich

### V.i.S.d.P. FÜR DIE RUBRIK

· Politik  
CDU Joachim Huft  
FDP Marius Glade

Kostenlose Haushaltsverteilung in Hallenberg. Zustellung ohne Rechtsanspruch. Einzelbezug über Rautenberg Media 5,00 Euro/Stück + Porto als auch bei der Stadt Hallenberg. 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 garantierte 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

Birgit Lauber  
Mobil 0171 885 99 40  
b.lauber@rautenbergberg.media

### VERTEILUNG

Regio Presse Vertrieb GmbH  
mail@regio-pressevertrieb.de  
regio-pressevertrieb.de

### VERKAUF

Fon 02241 260-112

verkauf@rautenbergberg.media

### REDAKTION

Fon 02241 260-250 /-212

redaktion@rautenbergberg.media

### INFORMATION

info@rautenbergberg.media

### RAUTENBERG MEDIA ONLINE

rautenbergberg.media  
facebook.de/rautenbergbergmedia  
instagram.de/rautenbergberg\_media  
vimeo.com/rautenbergbergmedia

### ZEITUNG

rundblick-hallenberg.de/e-paper  
rundblick-hochsauerland.de

### SHOP

rautenbergberg.media/anzeigen

### LOKALER GEHT'S NICHT

Für Nordrhein-Westfalen publiziert Rautenberg Media über 80 Städte- und Gemeindezeitungen.

### WEITERE ZEITUNGEN VON UNS

Rund 50 Städte- und Gemeindezeitungen des Schwesterverlages HBV im Hauptstadtbüro in Berlin stehen ebenfalls mit dem Slogan „Lokaler geht's nicht!“ für Informationen der Bürgerschaft, für örtliche Werbetreibende und interessierte Leser in Brandenburg und Berlin. heimblatt.de



■ ZEITUNG  
■ DRUCK  
■ WEB  
■ FILM

## PRIVATE & GESCHÄFTLICHE KLEINANZEIGEN

## ONLINE BESTELLEN

[www.rautenbergberg.media/kleinanzeigen](http://www.rautenbergberg.media/kleinanzeigen)

## Angebote

### An- und Verkauf

#### ACHTUNG ACHTUNG !!!

Kaufe Eichenmöbel & Möbel aller Art, Porzellan, Bilder, Teppiche, Schmuck, Besteck, Zinn, Militaria, Uhren, alles von A bis Z, Tel. 0163- 7862622

## Gesuche

### An- und Verkauf

#### Ankauf von Antik bis Modern

Antike Möbel, Porzellan, Gemälde, Nähmaschinen, Fotokameras, Musikinstrumente, Briefmarken, Brillen u. Gestelle, Uhren aller Art, Modeschmuck, Münzen u. Medaillen, Asiatika, Militaria, Silber u. Bestecke, Zinn, Kupfer Kannen u.v.m. Bitte alles anbieten. TEL: 0177 8971551

## Kaufgesuch

#### Frau Stefan kauft:

Pelze, Lederjacken, Schreib-, Nähmaschinen, Abendgarderobe, Porzellan, Zinn, Krüge, Trachten, Taschen, Uhren, Münzen, Schmuck, Zahngold, Silberbesteck, Bilder, Ölgemälde, Bernstein, Hirschgeweihe, seriöse Kaufabwicklung. Tel.: 0177/4278838, Mo-So, 9-20 Uhr.



### AUTO & ZWEIRAD

#### Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen

Tel.: 03944-36160 [www.wm-aw.de](http://www.wm-aw.de)  
"Wohnmobilcenter Am Wasserturm"

## Familien

### ANZEIGENSHOP



Für alles was wirklich zählt!

[shop.rautenbergberg.media](http://shop.rautenbergberg.media)

### Zahle Bares für Wahres

#### Kaufe

Alle Pelze & Antiquitäten,  
Teppiche, Schmuck,  
Münzen, Kristall, alte  
Möbel, Briefmarken,  
Bücher, Bekleidung,  
Näh-Schreibmaschine,  
Porzellan, Schallplatten,  
Gemälde, etc.

Seriöse, deutsche Firma!

Tel. 0178/1513151



[rautenbergberg.media/kleinanzeigen](http://rautenbergberg.media/kleinanzeigen)

Ihre private\*  
KLEINANZEIGE

bis 100 Zeichen

in dieser Zeitung

ab **6,99€**

\*gewerbliche Kleinanzeige ab 13,99 €



RAUTENBERG MEDIA



E-Paper:  
[rundblick-hallenberg.de/e-paper](http://rundblick-hallenberg.de/e-paper)  
MIT DEN ORTEN:  
BRAUNSHAUSEN  
HESBORN  
UND LIESEN

Alle 14 Tage in Ihrem Briefkasten

## HALLO PRESSESPRECHER/INNEN PRESSEBEAUFTRAGTE

der VEREINE – KIRCHEN – SCHULEN und  
anderer Organisationen

Akkreditieren Sie sich gleich jetzt  
für das CMSsystem von Rautenberg Media,  
um für diese Zeitung Artikel einzustellen:

<https://redaktion.rautenbergberg.media>



Wir freuen uns auf Sie!

■ ZEITUNG ■ DRUCK ■ WEB ■ FILM

**Porsche 911 von privat für privat gesucht -  
bitte alles anbieten! Tel. 0178 / 1513151**

## VORGEZOGENER REDAKTIONSSCHLUSS

Liebe Leser/-innen und Inserent/-innen,  
aufgrund des bevorstehenden Feiertags  
(Pfingstmontag) ziehen wir den  
Redaktionsschluss vor.

Redaktionsschluss für (Kw 24)  
**Mi., 04.06.2025 / 10 Uhr**







## Gesund und selbständig mit dem richtigen Bett

Mit zunehmendem Alter fällt den meisten Menschen das morgendliche Aufstehen immer schwerer. Das liegt meist an der niedrigen Höhe des oft Jahrzehnte alten Bettgestells. Höchste Zeit, um sich nach einer bequemen Alternative umzusehen!

Beim Kauf sollte man nicht an der falschen Stelle sparen, sondern unbedingt auf gute Qualität achten. Der Kauf eines Billigangebots wegen vermeintlich nur noch kurzer Nutzungszeit hat sich schon oft als schmerzhafter Fehlkauf entpuppt. Schließlich leben 70-jährige nach statistischen Berechnungen oft noch 20 Jahre und mehr - und das nicht selten bei guter Gesundheit.

Angesichts dieser Lebenserwartung macht eine allzu bescheidene Lebensführung auch im fortgeschrittenen Alter also keinen Sinn. Im Bereich des Bettes und der Bett-ausstattung ist sie sogar gesundheitsschädlich. Vor allem durchgelegene Matratzen oder Zudecken mit verklumpter Füllung können dann schnell unangenehme Auswirkungen haben. Statt der im Alter besonders wichtigen Erholung sind dann nämlich oftmals eine Erkältung und verstärkte Rücken- oder Gelenkschmerzen die Folge. Das heißt: Wer also im Alter an seinem Bett spart, tut sich keinen Gefallen. Denn bequemes Liegen und ein erholsamer Schlaf tragen nachhaltig zum Wohlbefinden und damit auch zur Gesundheit bei. Wer fit und gesund bleiben will, darf hier keine Abstriche

machen. Ganz im Gegenteil erhöht ein gutes Bett die eigene Beweglichkeit und damit die Möglichkeit, noch viele Jahre selbständig in den eigenen vier Wänden zu wohnen. Investitionen in das eigene Bett sind damit sehr gut angelegtes Geld.

Eine zunehmende Zahl älterer Menschen hat dies mittlerweile erkannt und erneuert konsequent alle acht bis zehn Jahre ihre Matratze. Viele haben sich zudem für den Kauf eines sog. Komfortbetts entschieden. Diese zeichnen sich z.B. durch eine mindestens 45 cm hohe Liege- bzw. Sitzposition aus, was das Aufstehen erleichtert sowie Bandscheiben, Muskeln und Gelenke beim Bettenmachen schont.

Weitere Vorteile: Viele Modelle haben Griffe oder Griffleisten als Aufstieghilfen oder zumindest Vorrichtungen, um diese bei Bedarf anzubringen. Außerdem verfügen solche Betten oft über gerundete Ecken und Kanten, um unangenehme Druckstellen zu vermeiden. Eine verstärkte Sitzkante erleichtert vielfach das Aufstehen. Zum Teil kann auch der Standort des Bettes mit Hilfe von Rollen problemlos verändert werden. Manche Komfortbetten sind äußerlich kaum von Boxspring- oder anderen Betten zu unterscheiden. Dies ist z.B. der Fall, wenn die Liegefläche auf Knopfdruck hochgefahren werden kann, um das Aufstehen zu erleichtern. In der Regel verfügt das Bett dann auch



Foto: Superba/akz-o

über die Möglichkeit, für eine bequeme Sitzposition Rücken oder Beine anzuheben. In einem solchen Bett lässt es sich problem-

los bei einer kleinen oder schleichenden Krankheit aushalten, ohne auf fremde Hilfe angewiesen zu sein. (akz-o)



**GUTE PFLEGE IST EINE SACHE DES VERTRAUENS!**  
**ZUHAUSE WOHNEN, ZU GAST BEI UNS.**  
**EIN GUTER TAG IN GEMEINSCHAFT.**

Informieren Sie sich über unsere **TAGESPFLEGE-ANGEBOTE**

- Vollstationäre Pflege • Kurzzeitpflege
- Verhinderungspflege • Service Wohnen



**St. Mauritius**

Wohn- und Pflegezentrum

Prozessionsweg 7 · 59964 Medebach  
Tel. 02982 4060 · post@mauritius-medebach.de

[www.mauritius-medebach.de](http://www.mauritius-medebach.de)

**Tagespflege  
noch  
Plätze frei!**



Pflege und  
Betreuung mit  
Herzlichkeit und  
Kompetenz

Plätze im Bundesfreiwilligendienst frei.

helfen • pflegen  
wohnen • leben

caritas  
**BRILON**

**Sozialstationen**  
Medebach  
☎ 02982 90888  
Winterberg & Hallenberg  
☎ 02981 6345

**Seniorenzentrum St. Josef**  
Wohngruppenkonzept  
Einzelzimmer  
Kurzzeit- & Verhinderungspflege  
Mietwohnungen  
(nach Wunsch mit Service)  
Essen auf Rädern  
☎ 02984 3040

## Blue Dawn Gesundheitstag



**Am 15. Juni ist es wieder soweit, der Blue Dawn Gesundheitstag geht in die zweite Runde.**

Von 11-17 Uhr sind die Türen für euch geöffnet und ihr könnt verschiedene Aussteller und Ausstellerinnen rund um verschiedene Gesundheit- und Sportrelevante Themen kennenlernen.

Das Team vom Blue Dawn stellt das breit gefächerte Angebot an

Trainings- und Therapiemöglichkeiten vor, u. a. die neue Booster-Therapie. Außerdem gibt es eine Physio-Sprechstunde zur Beratung für Neukunden, eine Tape-Ecke sowie verschiedene sportwissenschaftliche Testungen unserer Sportphysiotherapeuten zur Bewegungsqualität an denen ihr aktiv teilnehmen könnt. Neben den Vorträgen der Aussteller:innen wird



auch Stefan Meise Vorträge über die Themen „Boostertherapie - Therapie-Booster“ und „Longevity, Myokine und Training“ halten. Die genauen Uhrzeiten, wann die Vorträge stattfinden, werden wir noch bekanntgeben.

**Katharina Wiese von Becker Matratzen** aus Brilon ist die richtige Ansprechpartnerin für alles rund um guten Schlaf, **Schlafsysteme**, Matratzen, Lattenroste, Kissen und Co. Mit einem großen gemütlichen Bett verwandelt sie einen Teil des Trainingsraums für diesen Tag in eine wohltuende Schlaflandschaft und zeigt euch was Sinn macht und was eben nicht. Auch **Mirja Plitt** aus Olsberg ist mit **Mindful Place** mit dabei. Sie ist Coach und Trainerin für **gesunde Stressbewältigung**. Bei ihr könnt ihr erfahren, wie ihr Stress effektiv bewältigt und Resilienz nachhaltig stärken könnt.

Bei **Burkhard Knipschild** erfahrt ihr alles über seine Arbeit als Atem- und Resilienztrainer. Er zeigt euch die Einsatzmöglichkei-

ten der **Hypnose**, z. B. Bei Gewichtsreduktion, Reduzierung des Zuckerkonsums oder bei dem Versuch mit dem Rauchen aufzuhören. Außerdem bietet er am Gesundheitstag einen Workshop über „Tiefenentspannung durch neurogenes Zittern“ an.

**Sibylle Pauk** von **Hilfe mit Herz** aus Olsberg stellt ihre Arbeit als zertifizierte **Alltagsbegleiterin** und Betreuungskraft vor. Ihre Arbeit ist ein Angebot an alle, die Hilfe und Unterstützung in ihrem Alltag benötigen - für Menschen fortgeschrittenen Alters, junge Familien, alleinerziehende Mütter und Väter, Alleinstehende oder Menschen in schwierigen emotionalen Situationen.

Auch **Natascha Lafleur** ist mit **Microgreens** wieder dabei. Sie bringt das leckere Superfood mit, erklärt wieso Microgreens so gesund sind und wie ihr sie in die tägliche Ernährung einbauen könnt. **Dennis Van der Biest** ist der Ansprechpartner zum Thema **Depressionen**. Er berät über das Konzept der





# PFLEGE & VERSORGUNG

Selbsthilfe bei Depressionen, zeigt wo man geeignete Selbsthilfegruppen findet oder selbst eine gründen kann.

**Cornelia Atorf** ist mit ihrer **Naturheilpraxis Seelenheil** wieder dabei. Sie zeigt die Wirkung von kinesiologischen Tests zur Nahrungsmittelverträglichkeit. Außerdem hält sie einen Vortrag zum Thema „Gesunde Haut - und was der Darm damit zu tun hat“.

**Jessica Schlack von Sanitätshaus Rakers** ist Beraterin zu den Themen Kompressionsversorgung, Lymphologie und Phlebologie. Frau Schlack nimmt Messungen für neue Kompressionsstrümpfe direkt nach den Lymphdrainagen in der Praxis vor.

Am Stand vom **Kodokan Olsberg** dreht sich alles um Judo und sicheres Fallen, gerade für ältere Menschen. Ihr erhaltet praktische Tipps um Stürze zu vermeiden oder richtig abzufangen, außerdem kleine Übungen aus dem Judo für mehr Standfestigkeit zum mitmachen und ausprobieren.



### Vorträge und Aktionen

ab 11 Uhr:	individuelle Therapieberatung nach Anmeldung	Nicole, Lydia
	Kinesio-Taping	Heide, Eva
11:30 Uhr	Vortrag "Darmgesundheit"	Conny Atorf
ab 12 Uhr	Judo und Fallschule als Sturz-Prävention	Tobias Klappert
12:30 Uhr	Vortrag "Longevity, Myokine und Training"	Stefan Meise
13:30 Uhr	Vortrag "Booster-Therapie - Therapiebooster"	Stefan Meise
ab 14 Uhr	Sportphysio-Testung	Lena und Agnes
15:15 Uhr	Vortrag "Stressmanagement"	Mirja Plitt
16:00 Uhr	Workshop "Neurogenes Zittern"	Burkhard Knipschild

## BLUE DAWN GESUNDHEITSTAG

Aussteller:innen und Vorträge rund um die Themen

**Depressionen | Alltagsbegleitung | Stress-Coaching | Schlafsysteme | Hypnose | Kinesiologie | Ernährung | Lymphologie | Judo | Sturztraining | Longevity | Haut und Darmgesundheit**

- Physio-Sprechstunde
- Alles über die neue **Booster-Therapie**
- Taping
- Sportler-Ecke
- Kaffee & Waffeln



15. JUNI



11 UHR

Blue Dawn Gesundheitszentrum Meise  
In der Ramecke 8, Olsberg

**Becker**  
Matratzen

Naturheilpraxis  
Cornelia Atorf

**SELBST  
HILFE**

HOCH  
SAUER  
LAND



microgreens

MIT DABEI

**HYPNOSE+  
BERATUNG+  
KNIPSCHILD**

mp  
mirja plitt  
mindful place

**SANITÄTSHAUS  
RAKERS  
QUALITÄTSHAUS**



## Urlaub vom Pflegealltag

Für gute Erholung gibt es Unterstützung von der Pflegeversicherung

Wenn die Urlaubszeit naht, wächst auch bei Pflegebedürftigen und ihren Angehörigen die Sehnsucht nach einer Auszeit vom Alltag, Erholung und neuen Eindrücken. Nicht selten wird dieser Gedanke aber wieder verworfen, denn die Organisation scheint zu kompliziert und die Finanzierung zu schwierig. Dabei kann Urlaub gerade in einer Pflegesituation die notwendige Entspannung bringen und ist vielleicht sogar besser realisierbar als zunächst gedacht. Man sollte allerdings rechtzeitig mit der Planung beginnen. „Das fängt mit der Entscheidung an, ob man allein oder mit dem Pflegebedürftigen gemeinsam verreisen will“, erklärt Melania Laib von der Pflegeberatung compass.

**Guter Rat für entspannte Ferien**  
Sowohl für die Vertretung reisender Pflegepersonen als auch für den gemeinsamen Urlaub lassen sich Leistungen der Pflegeversicherung nutzen. „Wegen der vielen unterschiedlichen Möglichkeiten und Regelungen ist es aber sehr sinnvoll, für die Urlaubsplanung eine Pflegeberatung in Anspruch zu nehmen“, empfiehlt Laib. Unabhängige und kostenlose Beratung gibt es etwa telefonisch unter der compass-Service-Nummer 0800-1018800. Pflegeberater\*innen können dabei helfen, mögliche Leistungen für den Urlaub sinnvoll zu kombinieren.

### Pflegegeld und Verhinderungs-

### pflege auch im Ausland nutzen

„Die wichtigsten Leistungen in diesem Zusammenhang sind die Kurzzeit- und Verhinderungspflege, die man sowohl am Urlaubsort als auch zu Hause einsetzen kann“, so Laib. Mit der Verhinderungspflege lässt sich eine Vertretung für den pflegenden Angehörigen finanzieren, entweder für die Zeit seiner Abwesenheit oder für Auszeiten am Urlaubsort. Ein Tipp der Pflegeberaterin: „Die Verhinderungspflege wird ebenso wie das Pflegegeld auch in der EU, Norwegen, Island, Liechtenstein und der Schweiz gezahlt. Ist man als Pflegeperson weniger als acht Stunden pro Tag verhindert, wird das Pflegegeld dabei nicht gekürzt.“

### Kurzzeitpflege und Pflegedienst gibt es nur in Deutschland

Andere Leistungen der Pflegeversicherung wie die Tages- und Kurzzeitpflege, der Entlastungsbetrag sowie die Pflegesachleistung können dagegen nur in Deutschland genutzt werden, da die Pflegekassen mit ausländischen Anbietern keine Vergütungsvereinbarung haben. Wer gemeinsam mit den Pflegebedürftigen verreist, hat es deshalb bei einem inländischen Reiseziel oft einfacher. Mittlerweile gibt es hierzulande zahlreiche Pflegehotels, die Erholung für Pflegenden und Gepflegte bieten. Solche Angebote können zum Beispiel mit der Pflegesuche auf [www.pflegeberatung.de](http://www.pflegeberatung.de) ausfindig gemacht werden. (DJD)



## Wir suchen DICH!

- Exami nierte Pflegefachkräfte (m/w/d)
- Pflegehelfer mit Ausbildung (m/w/d)
- Auszubildende zum/zur Pflegefachassistent/-assistentin

**Wir bieten Dir:**

- Willkommensbonus bis zu 1000 €
- Anstellung in Vollzeit / Teilzeit
- Unbefristeter Arbeitsvertrag
- Weiterbildungsmöglichkeiten
- Betri ebl. Altersvorsorge
- Individuelle Arbeitszeiten



**Bewerbung & Kontakt:**  
 Alten- und Pflegeheim  
 Haus Waldesruh GmbH  
 Sebastian Leber  
 59955 Winterberg  
[info@hauswaldesruh.de](mailto:info@hauswaldesruh.de)






# PFLEGE & VERSORGUNG

## Wussten Sie eigentlich schon etwas über...

die mögliche Symptomatik beim Vorliegen eines Herzinfarktes?

Nach meiner Berentung im Jahr 2021, arbeite ich noch geringfügig beschäftigt als Qualitätsbeauftragte in meinem ehemaligen Pflegedienst, in dem ich als Pflegedienstleitung beschäftigt war. In meinem jetzigen Betätigungsfeld bin ich u.a. zuständig für Fortbildungsveranstaltungen der Mitarbeiter in Pflege und Hauswirtschaft. Einige Fortbildungen sind vorgeschrieben, die MÜSSEN jährlich erfolgen. Eine der Pflichtfortbildungen beschäftigt sich mit Notfällen beim Patienten. In diesen Bereich fällt auch die Symptomatik dieser Notfälle, die uns begegnen können. Es ist nicht nur für Pflegemitarbeiter und Hauswirtschaftspersonal wichtig, Symptomaten zu erkennen, um adäquat tätig zu werden, auch für Sie als Leser meiner Artikel kann dieses sehr förderlich sein. Im besten Fall kann es ihr Leben retten, denn manche Erkrankungen dulden keinen Zeitaufschub!

Symptome können allerdings auch immer missinterpretiert werden, aber für die letztlich richtige Diagnose ist einzig und allein der Arzt zuständig. Nichtsdestotrotz bin ich der Meinung, lieber einmal den Arzt umsonst zu kontaktieren, als einmal zu spät. Das Leben endet ja immer tödlich, allerdings sollte es nicht eigenständig unnötig forciert werden, oder? Beim Verdacht auf Herzinfarkt können folgende **Symptome** möglich sein:

**Beim Mann:** Starke Schmerzen im Brustkorb und den Schultern, Engegefühl, Druck und Brennen im Brustkorb, ausgeprägte Atemnot, Schmerzen können in den Kiefer und die Arme ausstrahlen, Schmerzen in und zwischen den Schulterblättern. Des Weiteren können Übelkeit und Brechreiz, ein Schwächegefühl mit und ohne Schmerzen, blasse, fahle Gesichtsfarbe, Bewusstlosigkeit, kalter Schweiß und Angstzustände auftreten. **Bei der Frau:** Symptome wie Schmerzen im

Arm seltener. Häufig unspezifische Symptomatik: Übelkeit, Rückenschmerzen, Schmerzen im Oberbauch, Brechreiz und Erbrechen. Es können auch ähnliche Symptome auftreten wie beim Mann. Dauer der Symptomatik länger als 5 Minuten ununterbrochen. Die eben genannten Symptome können auf einen Herzinfarkt hindeuten, letztlich sichert der Arzt die Diagnose. Symptome können auch immer uncharakteristisch sein. Gibt es reale Hinweise auf einen bestehenden Herzinfarkt, „doktert“ der Betroffene besser nicht stundenlang mit irgendwelchen Hausmittelchen herum, sondern informiert seinen Hausarzt, dann nach Rücksprache mit diesem den Notarzt und Rettungsdienst, und zwar, wie ich zu sagen pflege **zz—— ziemlich zügig!!!**  
**Der Doktor greift im Notfall ein - Es muss nicht gleich ein Eingriff sein!**  
**Eugen Roth**



In diesem Sinne herzlichst  
Petra Meyer



**Besuchen Sie uns auf unserer Homepage [www.apocare.info](http://www.apocare.info)**

Mobile Pflege und Hilfe zuhause



*„Liebevoller Zuneigung hat mehr Macht über die Krankheit als jede Medizin!“*

Nuhnentalstraße 96  
59955 Winterberg  
Telefon 02981 - 1440  
E-Mail [apocare@t-online.de](mailto:apocare@t-online.de)

Ihr qualifiziertes Pflegeteam für  
• Winterberg  
• Medebach  
• Hallenberg

*„Mit Spaß am Leben teilnehmen!“*



**Tagsüber bestens versorgt...  
und abends zurückkehren in das eigene Zuhause.**  
Das bedeutet Tagespflege!

Hardtstraße 8  
59955 Winterberg  
Telefon 02981 - 8207 145  
E-Mail [apocare@t-online.de](mailto:apocare@t-online.de)

**Zusatzangebot  
Ihrer  
Pflegekasse!**

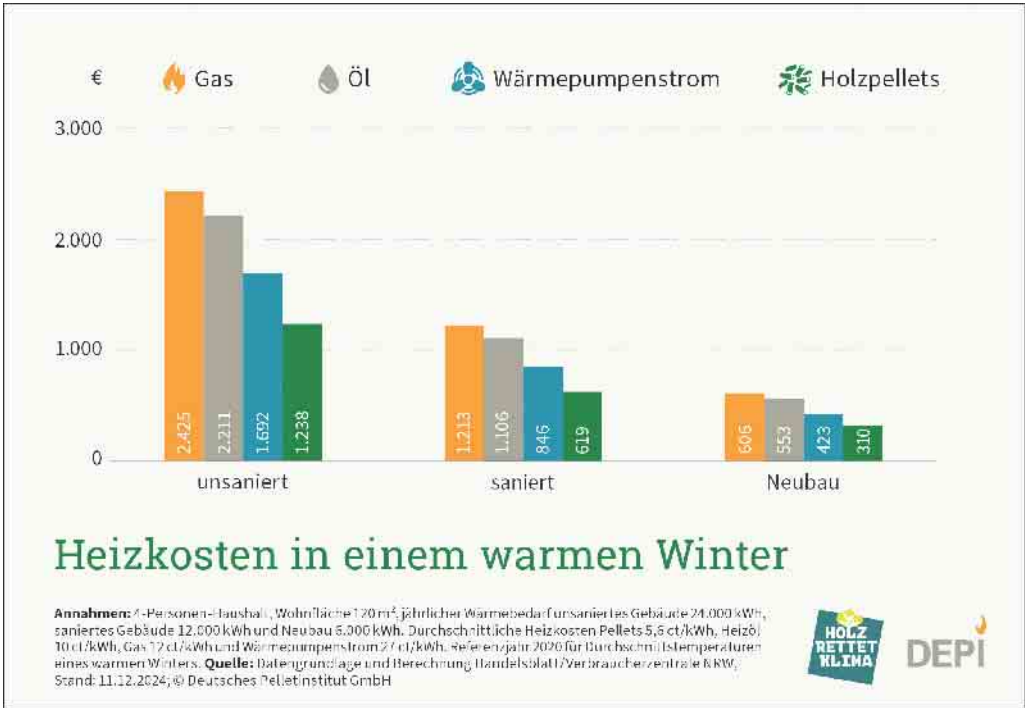
# Pelletheizung auch in Neubauten die günstigste Lösung

Berechnung von Verbraucherzentrale NRW und Handelsblatt

Eine aktuelle Berechnung der Verbraucherzentrale NRW und des Handelsblatts bestätigt: Das Heizen mit Holzpellets bleibt nicht nur in unsanierten Gebäuden die wirtschaftlichste Lösung, sondern auch in Neubauten. In einem Vergleich der Brennstoffkosten für ein unsaniertes Einfamilienhaus, ein energetisch modernisiertes und einen Neubau zeigt sich, dass Holzpellets die günstigste Heizoption darstellen. Sowohl in kalten Jahren wie beispielsweise 2010 waren Holzpellets der günstigste Heizmöglichkeit als auch bei mildereren Temperaturen im Winter wie im Jahr 2020.

„Dieses Ergebnis überrascht uns als Branchenkenner nicht“, sagen die Pelletspezialisten beim Holz-Energie-Zentrum in Olsberg.

„Holzpellets sind eine kostengünstige, sozialverträgliche und klimafreundliche Alternative zu



anderen Heizmethoden. Zudem werden die Holzpellets regional im Sauerland hergestellt und för-

dern so lokale Stoffkreisläufe und die Wertschöpfung in der Region. Es ist erfreulich, dass nun auch unabhängige, verbraucherorientierte Organisationen diese Vorteile bestätigen.“ Im Bestandsbau ist der Vorteil

noch ausgeprägter, weil ein höherer Brennstoffbedarf besteht. Ein Umstieg auf Holzpellets macht Sinn. Die staatliche Förderung ist aktuell attraktiv hoch und beträgt zwischen 30% bis zu 70% der Investitionskosten.

## Frühlingserwachen

Kleinmengen auch im 24h Shop verfügbar

Fallschutzhackschnitzel

Rindenmulch

Holzkohle

Pelletgrill

PowerPellets

### Holz-Energie-Zentrum Olsberg GmbH

Carls-Aue-Straße 91  
59939 Olsberg/Steinhelle  
Öffnungszeiten mit Service:

Telefon: 02962 802471  
holz-energie-zentrum.de  
Mo-Fr 8-17.30, Sa 8-12 Uhr

