



LIEBE LESERINNEN UND LESER,
LIEBE KUNDINNEN UND KUNDEN,

WIR WÜNSCHEN IHNEN ALLEN 365 NEUE,
FRÖHLICHE, BUNTE UND INSPIRIERENDE
TAGE FÜR DAS JAHR 2026. MÖGEN SIE
LACHEN, FREUNDSCHAFT, ZUVERSICHT
UND GESUNDHEIT STETS BEGLEITEN.

IHR TEAM VON RAUTENBERG MEDIA





17.04. - 19.04.2026
Preis p. P. 545,- €*
**3 Tage TULPENBLÜTE
KEUKENHOF UND BLUMEN-
KORSO MITTRIBÜNENPLATZ**
2 ÜF im Postillion Hotel WTC &
Stadtrundf. Rotterdam,
1 x Abendessen, Tribünenplätze
inkl. Lunchpaket Blumenkorsor, Delft,
Eintr. zum Keukenhof

*Schnellbucherpreis p.P. im DZ



23.05. - 29.05.2026
Preis p. P. ab 1.498,- €*
**7 Tage SKANDINAVISCHES
VIELFALT - BORNHOLMS
CHARME**
6 Ü/HP in Hotels der guten
Mittelklasse, Kopenhagen, Malmö,
Ystad, Inselrundfahrt Bornholm,
Heringsrancherei m. Verkostung,
Stralsund u.v.m.

*Schnellbucherpreis p.P. im DZ

GERINGES BUCHUNGSRISIKO
DURCH ATTRAKTIVE
SONDERREGULUNG DER
STORNOBEDINGUNGEN!

**SÄLZER
REISEN**

Busreisen
mit VerwöhnService!

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



Plakette fällig?
... auch bei uns wird die Hauptuntersuchung durchgeführt*

Schnurbus KFZ-Service

AUTOTEAM
Vopeliusstraße 18 · 59964 Medebach · Tel. 02982 3083
Hauptuntersuchung: freitags 14.30 - 17.00 Uhr
*Abnahme erfolgt durch einen amtlich anerkannten Prüfer der GTÜ.

GTÜ Prüf-
stützpunkt

LB **LANGE & BRANDENBURG**
Kfz-Sachverständigen- u. Ingenieurbüro
prüfen · bewerten · begutachten

DAT DAT Prüf- und
Schätzungsstelle
Brilon



FRANK BEULEN

Heizöl · Diesel · Pellets

MEDEBACH
Tel. 02982-41254

HALLENBERG
Tel. 02984-610




Verlässlich heizen mit Pellets

Zertifikat sichert Qualität



Klimafreundlich, unkompliziert im Alltag und unabhängig von globalen Krisen - Holzpellets sind eine gute Alternative zu fossilen Brennstoffen. Regional aus Reststoffen der heimischen Holzwirtschaft hergestellt, sind sie zum festen Bestandteil einer sicheren Wärmeversorgung in Deutschland geworden. Damit die Heizung dauerhaft effizient und störungsfrei läuft, kommt es aber auf die richtige Pelletqualität an.

„Wichtig ist, dass die Pellets gleichmäßig, sauber und ohne Rückstände verbrennen“, sagt Martin Bentele vom Deutschen

Pelletinstitut (DEPI). „Wer beim Kauf auf das ENplus-Zertifikat achtet, kann sich auf geprüfte Qualität verlassen. Das schützt die Heizung und sorgt für einen wirtschaftlichen Betrieb.“

Das Zertifikat stellt sicher, dass Herstellung, Lagerung und Lieferung festgelegten Standards entsprechen. ENplus-zertifizierte Händler werden regelmäßig kontrolliert und geschult, verfügen über ein transparentes Beschwerdemanagement und liefern qualitätsschonend. Anders sieht es bei vermeintlichen Schnäppchen aus dem Internet aus: „Hier droht verunreinigte Ware, die nicht selten

Fotos: Deutsches Pelletinstitut

sogar die Heizung schädigen kann. Es sind auch Fälle bekannt, in denen bezahlte Ware nicht geliefert wurde“, weiß Martin Bentele vom Deutschen Pelletinstitut (DEPI). Wer derartige Probleme vermeiden möchte, sollte auf ENplus-zertifizierte Holzpellets setzen.

Ein weiterer Vorteil von Holzpellets: Sie werden aus Sägespänen hergestellt, die in deutschen Sägewerken ohnehin anfallen. Der Weltmarkt und geopolitische Krisen wirken sich wenig aus, so dass die Preise stabiler als bei den importierten fossilen Ener-

gieträgern sind. Das macht Pellets zu einem planbaren Energieträger.

Wer von Öl oder Gas umsteigen möchte, findet in einer Peltheizung eine verlässliche Lösung. Die bewährte Technik wird großzügig staatlich gefördert und passt meist problemlos in ein bestehendes Heizungskonzept. Sie eignen sich sehr gut auch zur Erneuerung der Heizung in älteren, schlecht gedämmten Gebäuden mit hoher Vorlauftemperatur. (Quelle: Deutsches Pelletinstitut GmbH)

**ZUKUNFTSSICHERE
WÄRMEPUMPEN**

SanTHERM
TECHNISCHE GEBÄUDEAUSRÜSTUNG

SICHERN SIE SICH NOCH

DIE HÖCHSTE FÖRDERUNG

ALLER ZEITEN !

BESUCHEN SIE UNSERE
AUSSTELLUNG
WIR BERATEN SIE GERNE!



KfW*
Finanzierung
ab
0,01%
effektiver
Jahreszins

**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

Erfahrung aus über 1.000 gebauten Heizungsanlagen!

* Über Ihre Hausbank, erforderliche Projektbeschreibung durch uns.

Ein Abend mit ätherischen Ölen

Die LandFrauen OV Medebach laden zum Vortrag „Ein Abend mit ätherischen Ölen“ ein, die auf vielfältige Weise angewendet werden können. Das wird von Jaqueline Kambor und Lea Rohleder gezeigt. Die

Veranstaltung findet am 12. Januar im Kindergarten Maris Stella, Medebach um 19 Uhr statt. Kosten für Mitglieder: 10 Euro, Nichtmitglieder: 13 Euro. Anmeldung bei Barbara Schröder, 02982 1042.

EXTRAWURST
Bundesstart, Do. 15.01.2026
auch bei uns!



filmtheater
WINTERBERG
Nuhnstraße 13, Tel. 02981 / 7385, www.filmtheater-winterberg.de

Beliebter Vikar Jijo feierlich von vielen Vertrauten verabschiedet

Medebach/Hallenberg. Mit einer großen Gemeinde in der voll besetzten Pfarrkirche Medebach verabschiedete sich Vikar Jijo Pidiyath von seinen Gemeindegliedern. Die gute Zusammenarbeit und die schnelle Einarbeitung verbunden mit großem Dank für seine Aufgaben betonte Pfarrer Dr. Funder in seiner Ansprache. Dechant Matthias Kamphans hob in seiner Predigt die persönliche Fähigkeit von Vikar Jijo hervor, sich schnell in unsere Gemeinden zu integrieren.



Bürgermeister der Hansestadt Medebach Frank Linnekugel im Gespräch mit dem scheidenden Vikar Jijo Pidiyath bei der Verabschiedung. Fotos: privat



Freunde, Vertreter von Vereinen und vertraute Menschen des Vikars Jijo verabschieden sich mit persönlichen Worten und Geschenken bei Kaffee und Kuchen im voll besetzten Kolping Medebach

Er verdeutlichte seine Aufgaben als Vikar in der Weltkirche, die Vikar Jijo durch die Weitergabe des Glaubens in Deutschland bestens erreicht hat. Den weiten Blick habe er den Gläubigen vermittelt und den Menschen die religiösen Formen der Feierlichkeiten auch mit dem Feiern der syro-malabarischen Messen hier vor Ort sichtbar gemacht. Durch das vertrauensvolle Miteinander bei vielen Gemeinschaftsveranstaltungen und Festen stand Vikar Jijo Pidiyath in einem guten Ruf bei vielen Vereinen und Organisationen.

Diese hohe Gunst bezeugten die Vereinsvertreter aus den Gemeinden mit ihren Fahnenabordnungen bei der Teilnahme an der Heiligen Messen. Einmal trug Vikar Pidiyath während der Heiligen Messe ein heimatliches, indisches Gebet vor und zum Abschluss sang er für die Gläubigen ein indisches Segensgebet. Nach dem Gottesdienst gab es ein gemütliches Beisammensein, bei dem die Gemeinde Zeit hatte, sich zu verabschieden und Vikar Jijo persönliche Wünsche mitzugeben.

**rundblick**
HOCHSAUERLAND

LOKALES
ONLINE:

**RUNDBLICK-
HOCHSAUERLAND.DE**





Hildfelder Stübchen

Gaststätte – Pension – Biergarten

30 Jahre Hildfelder Stübchen



**Gute
Nachrichten –
bei uns geht's
weiter.
Meldet Euch
gerne für Eure
Feier bei uns!**

Mo. & Di. Ruhetag, Mi. - So. ab 17.00 Uhr, Ende offen.

Hildfelder Str. 43 - 59955 Winterberg-Hildfeld - Tel. 02985/8439

„Ü-Sechziger“ Programm für 2026: Das erste Treffen startet

Zum neuen Jahr gibt es wieder ein ausgefeiltes Pro-gramm für die Ü-Sechziger Treffen im Kolpinghaus und für die Fahrten.

Dies liegt nun zur Mitnahme bereit und zwar am Schriftenstand in der Pfarrkirche, bei den Banken und bei der Touristik Zentrale in Medebach. Es sind dazu wieder viele interes-sante Beiträge und Ziele geplant und in Vorbereitung.

Am Mittwoch, 14. Januar, startet dann um 14:30 Uhr der erste Ü-Sechziger Treff-Nachmittag in diesem Jahr im Kolpinghaus.

Dazu gibt es nach dem Kaffeetrinken einen Bericht in Wort und Bild über die Geschehnisse in Medebach vor 30 Jahren - „Was

gab es alles und was passierte im Jahr 1996?“ Diese Ereignisse werden von Gerhard Schnellen, Medebach, vorgeführt und erläutert. Es ist danach auch Gelegenheit zum Gespräch und zur Erinnerung an diese Zeit und Ereignisse.

Es wird an diesem Nachmittag auch Herr Vikar Jijo zu Gast sein um sich von den Kolping-Senioren zu verabschieden, da er in aller Kürze nach Indien in seine angestammte Heimat zurückkehrt.

Alle Seniorinnen und Senioren ab 60 Jahren aus Medebach und Umgebung sind dazu willkommen und herzlich eingeladen.

Richard Canisius, Pressewart der Kolpingsfamilie Medebach



Goldschmiede Beste

seit 1945

Ankauf aller Edelmetalle -

Anfertigung von Schmuck mit Diamanten - Hochzeits- & Verlobungsringen

Die besten Preise beim Goldschmiedemeister. Wir rechnen nach Tageskurs!

Tel. 02981/2163 · www.goldschmiede-beste.de

Gottesdienstplan der Evangelischen Friedenskirchengemeinde Hochsauerland

11. Januar - 1. Sonntag nach Epiphania

Langewiese: 9 Uhr (AM)

Medebach: 18 Uhr (GA)

Winterberg: 10:30 Uhr (AM)

18. Januar - 2. Sonntag nach Epiphania

Langewiese: Kein Gottesdienst

Medebach: 10:30 Uhr (AM) - Dirk Spornhauer

Winterberg: 9 Uhr - Dirk Spornhauer

25. Januar - 3. Sonntag nach Epiphania

Langewiese: Kein Gottesdienst

Medebach: 10:30 Uhr - Patrick Bloy

Winterberg: 9 Uhr (AM) - Patrick Bloy

1. Februar - Letzter Sonntag nach Epiphania

Langewiese: Kein Gottesdienst

Medebach: 10:30 Uhr (AM)

Winterberg: 18 Uhr (GA)

8. Februar - Sexagesimä

Langewiese: 9 Uhr (AM) - Pfarrer Horstmeier

Medebach: 18 Uhr (GA)

Winterberg: 10:30 Uhr (AM) - Pfarrer Horstmeier

15. Februar - Estomihi

Langewiese: Kein Gottesdienst

Medebach: 10:30 Uhr (AM)

Winterberg: 9 Uhr

18. Februar - Aschermittwoch

Langewiese: Kein Gottesdienst

Medebach: Kein Gottesdienst

Winterberg: 18 Uhr

22. Februar - Invokavit

Langewiese: Kein Gottesdienst

Medebach: 10:30 Uhr - Rafael Dreyer

Winterberg: 9 Uhr (AM) - Rafael Dreyer

(AM) = Abendmahl, (GA) = Gottesdienst Anders



Fragen zur Verteilung?

mail@regio-pressevertrieb.de

www.regio-pressevertrieb.de

REGIO pünktlich • zielgerichtet • lokal
PRESSE-VERTRIEB online
Die Zeitungszustellgesellschaft der RAUTENBERG MEDIA KG

8er Tüte

nur **3,84 €**

Ofenfrische Brötchen

Isken
Mein Bäcker mit Herz(lichkeit).





Großer Familienabend zum 141. Stiftungsfest der Kolpingfamilie Medebach

Der Gesellenverein, die heutige Kolpingfamilie, besteht seit dem 11. Januar 1885 und somit seit 141 Jahren. Aus diesem Anlass findet zu Anfang jeden Jahres ein Stiftungsfest statt und dieses Mal am Samstag, 10. Januar.

Der Beginn ist mit einer Kolping-Gemeinschafts-Messfeier um 17:30 Uhr in der Pfarrkirche St. Peter und Paul. Danach findet ein großer Familienabend im Kolpinghaus für groß und klein - also für die ganze Familie statt, der dieses mal unter dem Motto: „Griechenland!“ steht. Es gibt dazu ein

gemeinsames Essen, gefolgt von der Jubilar-Ehrung und mit einer anschließenden Tombola, bei der es schöne und interessante Sachpreise zu gewinnen gibt. Den ganzen Abend über steht Unterhaltung und Musik sowie Tanzmöglichkeit an und an Getränken besteht ebenso kein Mangel.

Alle Kolpingmitglieder mit Familien sowie auch Freunde, Bekannte und sonstige Interessierte sind zu diesem Abend eingeladen und herzlich willkommen.

Richard Canisius, Pressewart der Kolpingfamilie Medebach

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



Leserfoto von Heinz Kling

SPIES
Landschaftspflege



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

www.landschaftspflege-spies.de

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 & 14:00 - 17:00
Samstag 11:00 - 15:00
Goldankauf & Trauringauswahl auch nach Vereinbarung • 02981 / 929 72 42

ANZEIGEN . DRUCK . WEB . FILM PROSPEKTVERTEILUNG . BANNER



Ihre **DIGITAL-AUSGABE:**
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
DIGITAL-ZEITUNG: www.rundblick-hochsauerland.de
HANSE STADT **MEDEBACH**
E-Paper: rundblick-medebach.de/e-paper
Alle 14 Tage in Ihrem Briefkasten

Auch für Rundblick Hallenberg & Mitteilungsblatt Winterberg!



MEDIENBERATERIN
Birgit Lauber

MOBIL 0171 8859940
E-MAIL b.lauber@rautenberg.media



Dreislarer Schützen wählen neuen Vorstand



Ausgeschiedene Vorstandsmitglieder und in den geschäftsführenden Vorstand aufgerückte Vorstandsmitglieder mit 1. Vorsitzenden und Hauptmann

Dreislar. Zur Jahreshauptversammlung der St. Hubertus Schützenbruderschaft Dreislar

begrüßte der Vorsitzende Werner Eisberg die anwesenden Schützenbrüder im Gasthof „Zur

Dorfschänke“. Nach dem Gedenken an die verstorbenen Mitglieder sowie der Verlesung von Protokoll und Kassenbericht folgte ein Rückblick auf die vergangene Schützenfestsaison. Zudem wurde ein Ausblick auf das Schützenfest 2026 gegeben, das vom 18. bis 20. Juli stattfinden wird.

Im Mittelpunkt der Versammlung standen die anschließenden Vorstandswahlen. Werner Eisberg wurde als 1. Vorsitzender in seinem Amt bestätigt. Nach sechs Jahren schied Kassierer Yannik Althaus aus dem Vorstand aus; zu seinem Nachfolger wurde Bernd Kappen gewählt. Auch Adjutant Dennis Schulte stellte sich nach zwölf Jahren nicht mehr zur Wahl. Neuer Adjutant ist Lukas Rabe. Neu in den Vorstand gewählt wurden Daniel Guntermann und Henrik Rabe als Königsoffiziere, Markus Dobry als Schlussoffizier sowie Christian Schmidt und Felix Schmitt als stellver-

tretende Fähnriche. Ebenfalls aus dem Vorstand ausgeschieden sind nach jahrelanger Vorstandsarbeit Ulrich Langenberg, Michael Kappen und Alexander Guntermann.



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.rautenberg.media>



Wir freuen uns auf Sie!

■ ZEITUNG ■ DRUCK ■ WEB ■ FILM



**GEMEINDE-
LEBEN**

ONLINE:

**RUNDBLICK-
HOCHSAUERLAND.DE**





Straßenverhältnisse jetzt nicht unterschätzen

Rät Kfz-Meisterbetrieb Schäfer aus Küstelberg



Uhr. Jeden Mittwoch und Freitag ist zudem eine Hauptuntersuchung (HU) und eine Abgasuntersuchung (AU) durch den DEKRA im Hause möglich. Das derzeit wechselnde Wetter mit Schnee, überfrierender Nässe, Tauphasen und Nebel sollte man nicht unterschätzen.

Es ist wichtig, die Fahrweise dem Wetter anzupassen anstatt sich auf die vorhandene Technik im Fahrzeug zu verlassen. Wenn es dennoch passiert, und man seine Kontrolle über sein Fahrzeug verliert, setzt Herbert Schäfer in Sachen Unfall- und Pannenhilfe auf schnelle und effektive Hilfe.

Das engmaschige Netz ausgewählter Partnerunternehmen ist hierbei über vieljährige Zusammenarbeit die Basis für schnellen und verlässlichen Service. So entwickelte sich auch bei der Kfz-Meisterwerkstatt Schäfer nach und nach die Zusammenarbeit mit namhaften Automobilclubs. Dazu zählen der ACE (Auto Club Europa), der AvD (Automobilclub Deutschland) und der ARCD (Auto- und Reisecub Deutschland). [BL]

In den Wintermonaten ist angepasste Fahrweise ratsam

Wer neue Ideen umsetzen will, braucht solide Grundlagen und erfahrene Partner. Die Kfz-Meisterwerkstatt Schäfer bietet seit über 50 Jahren

Unfallreparaturen mit eigenen Rahmenrichtsystemen an, womit auch ursprünglich alles begann. Zum Service zählen heute Reparaturen aller Art hinzu,

der Reifendienst für PKW und Kleintransporter, Fahrzeugdiagnosen und das Abschleppen und Bergen mit 24-Stunden-Service Pannenhilfe rund um die

AUTO DIENST

DIE MARKEN-WERKSTATT

Seit über 25 Jahre für Sie vor Ort!

Fair, kompetent, zuverlässig und nah.

Wir halten Sie mobil!

- ▶ Kfz-Reparaturen aller Marken
- ▶ Inspektion mit Mobilitätsgarantie laut Herstellervorgaben
- ▶ Räder und Reifen
- ▶ Unfallinstandsetzung
- ▶ HU / AU* täglich, außer montags
- ▶ Elektromobilität
- ▶ SB-Waschanlage
- ▶ Fahrassistenzsysteme

Nicht vergessen:
TÜV am SA.,
den 10.01.2026!

*Durch externen Dienstleister

Stefan KRONAUGE Industriestr. 2, Hallenberg
 Telefon 02984 / 908310, www.kronauge.de

SCHÄFER Kfz-Meisterbetrieb

Auto und Reisecub Deutschland

seit 1899

PARTNER

Auto Club Europa

- 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.**

Die nächste Ausgabe erscheint am:
Freitag, 23. Januar 2026
 Annahmeschluss ist am:
15.01.2026 um 10 Uhr

RAUTENBERG MEDIA Zeitungspapier –
 PEFC & FSC:
 Made of paper awarded the EU Ecolabel
 LIC no. NOR/011/002, supplied by Norske Skog

IMPRESSUM

RUNDBLICK MEDEBACH

HERAUSGEBER, DRUCK UND VERLAG

RAUTENBERG MEDIA KG
 Kasinostraße 28-30 · 53840 Troisdorf
 HRA 3455 (Amtsgericht Siegburg)
 USt-ID: DE214364185
 Komplementär: Dr. Franz-Wilhelm Otten
 Tel. 02241 260-0
 willkommen@rautenbergberg.media

Verantwortlich für den redaktionellen Teil,
 gemäß § 18 Abs. 2 MStV:
 Nathalie Lang und Corinna Hanf
 Verantwortlich für den Anzeigenteil:
 Dunja Rebinski

ERSCHEINUNG 14-täglich

RUBRIKWEISE

INHALTLICHE VERANTWORTUNG

Politik (Mitteilungen der Parteien):

SPD Michael Hiemer

FDP Michael Papenheim

Die inhaltliche Verantwortung für die Beiträge in den oben
 genannten Rubriken liegt bei den jeweils benannten Personen
 bzw. Institutionen. Die Redaktion nimmt keine inhaltliche
 Prüfung dieser Beiträge vor.

Verteilung & rechtliche Hinweise

Kostenlose Haushaltsverteilung in Medebach. Keine Zu-
 stellgarantie. Einzelheft: 5,00 € zzgl. Porto (Bestellung
 über die Herausgeberin). Geschützte Warenzeichen sind
 meist nicht gesondert gekennzeichnet; fehlende Hinweise
 begründen kein Nutzungsrecht. Namentlich gekennzeich-
 nete Beiträge geben nicht zwingend die Meinung der Re-
 daktion wieder.

Pressematerial & eingesandte Inhalte

Eingesandtes Material wird nicht zurückgesandt. Ein An-
 spruch auf Veröffentlichung besteht nicht. Die Einreichenden
 haften für Inhalte, Rechtheit und vollständige
 Quellenangaben. Mit der Einreichung wird Rautenberg Me-
 dia ein einfaches Nutzungsrecht zur Veröffentlichung in
 Print- und Online Medien eingeräumt – auch für Bildmate-
 rial. Die Einreichenden garantieren die Rechteinhaber-
 schaft und stellen Rautenberg Media von Ansprüchen Dritter
 frei. Bei versehentlichem Weglassen von Namens- oder
 Quellenangaben verzichten sie auf daraus entstehende An-
 sprüche. Fremdbeiträge erscheinen auf Verantwortung der
 jeweiligen Einreichenden. Die Redaktion wählt aus und be-
 arbeitet, übernimmt aber keine Haftung für Inhalte.

KONTAKT

MEDIENBERATERIN

Birgit Lauber
 Fon 02241 260-164
 b.lauber@rautenbergberg.media

VERTEILUNG regio-pressevertrieb.de
 Regio Presse Vertrieb GmbH
 mail@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
 youtube.com/@rautenbergbergmedia

ZEITUNG

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

SHOP

rautenbergberg.media/anzeigen

LOKALER GEHT'S NICHT

Für Nordrhein-Westfalen publiziert Rauten-
 berg Media über 80 Städte- und Gemeinde-
 zeitungen. Lernen Sie uns als 360° Media-
 Partner auch bei DRUCK, WEB und FILM
 kennen.

- ZEITUNG
- DRUCK
- WEB
- FILM

PRIVATE & GESCHÄFTLICHE KLEINANZEIGEN

ONLINE BESTELLEN

www.rautenbergberg.media/kleinanzeigen

GEBURT12.1
43 x 90 mm
ab 52,00*

Für alles was wirklich zählt!
shop.rautenbergberg.media

SERVICE

ONLINE:

RUNDBLICK-HOCHSAUERLAND.DE



GESUNDHEIT

ONLINE:

RUNDBLICK-HOCHSAUERLAND.DE

SIE HABEN
 EINEN PLATZ
 FREI?

UND SUCHEN MITARBEITER:INNEN?

WIR HABEN DIE LÖSUNG!

Mit einer Stellenanzeige in unseren lokalen Städte-
 und Gemeindezeitungen sprechen Sie gezielt die
 Bewerber:innen in Ihrer direkten Umgebung an. Lokale
 Mitarbeiter:innen bieten viele Vorteile wie Flexibilität
 und ein lokales Netzwerk, was sich positiv auf die Team-
 integration sowie die Effizienz, Kultur und den Erfolg des
 Unternehmens auswirken kann.

BUCHEN SIE JETZT
 ONLINE IHRE
 STELLENANZEIGE
 UNTER:

shop.rautenbergberg.media

KLEINANZEIGEN
 PRIVAT & GESCHÄFTLICH

ONLINE BESTELLEN

rautenbergberg.media/kleinanzeigen

Ihre private*
 KLEINANZEIGE
 bis 100 Zeichen
 in dieser Zeitung **ab 6,99€**

*gewerbliche Kleinanzeige ab 13,99 €

RAUTENBERG MEDIA



Fit im Büro

Gesund und erfolgreich durch den Arbeitsalltag

Der moderne Arbeitsalltag ist geprägt von langen Stunden am Schreibtisch, digitalen Meetings und einem hohen Maß an Konzentration. Gerade im Büro kann es eine Herausforderung sein, körperlich aktiv und geistig frisch zu bleiben. Wer sich fit hält, steigert nicht nur das eigene Wohlbefinden, sondern auch die berufliche Leistungsfähigkeit. Das kann sich auch positiv im Bewerbungsprozess bemerkbar machen.

Bewegung im Berufsalltag: Kleine Schritte mit großer Wirkung

Schon einfache Maßnahmen helfen dabei, mehr Bewegung in den Büroalltag zu integrieren. Aktive Pausen mit kurzen Spaziergängen, Dehnübungen oder ein paar Treppeinstufen fördern die Durchblutung und helfen gegen Müdigkeit. Dynamisches Sitzen, also der Wechsel zwischen Sitzen und Stehen, entlastet den Rücken und aktiviert die Muskulatur. Auch kleine Büro-Workouts mit Widerstandsbandern oder Balancekissen lassen sich leicht in den Tagesablauf integrieren.

Ergonomie am Arbeitsplatz: Gesundheit und Produktivität fördern

Ein ergonomisch gestalteter Arbeitsplatz ist nicht nur komfortabel, sondern auch eine wichtige Voraussetzung für langfristige Gesundheit und Leistungsfähigkeit. Studien zeigen, dass ergonomische Möbel und eine gute Arbeitsplatzgestaltung Rückenbeschwerden, Verspannungen und Konzentrationsprobleme deutlich reduzieren können.

Wichtige Aspekte für einen ergonomischen Arbeitsplatz sind individuell angepasste Stuhl- und Tischhöhen, eine Monitorposition auf Augenhöhe mit ausreichendem Abstand sowie eine gute Be-



leuchtung durch natürliches Licht und blendfreie Lampen. Auch eine ruhige Arbeitsumgebung mit akustisch optimierten Räumen oder Noise-Cancelling-Technik kann der verbesserten Konzentration beitragen.

Komfort im Büro: Wohlfühlen steigert die Motivation

Ein angenehmes Arbeitsumfeld wirkt sich direkt auf Motivation und Kreativität aus. Pflanzen, persönliche Gestaltungselemente oder eine kleine Lounge-Ecke können das Büro freundlicher machen. Doch auch die Raumtemperatur und die Luftqualität spielen eine wichtige Rolle für das Wohlbefinden. So lohnt es sich auch mal einen Blick auf das Thermostat zu werfen und regelmäßig die Arbeitsräume zu lüften.

Bewerbungstipps: Fit für den nächsten Karriereschritt

Wer sich beruflich verändern möchte, sollte nicht nur fachlich, sondern auch persönlich überzeugen. Ein gesunder Lebensstil und ein aktiver Umgang mit dem Arbeitsalltag können dabei ein echter Vorteil sein.

Für eine erfolgreiche Bewerbung ist ein selbstbewusstes Auftreten entscheidend. Wer sich fit und wohl fühlt, strahlt das oft auch aus. Soft Skills wie Belastbarkeit, Selbstorganisation und Gesund-

heitsbewusstsein sind in vielen Branchen gefragt.

Ein gesunder Büroalltag ist keine Nebensache, sondern eine wichtige Grundlage für beruflichen Er-

folg. Wer Bewegung, Ergonomie und Komfort in den Arbeitsalltag integriert, schafft die besten Voraussetzungen für eine produktive Karriere.



WIR SUCHEN DICH

für unsere Zeitung
Rundblick Medebach als

Reporter (m/w/d)

zum **nächstmöglichen Termin**
auf **Honorarbasis** als **freien Mitarbeiter**

DU HAST

- Freude am Verfassen von Werbetexten und redaktionellen Berichten
- Interesse an lokalen Veranstaltungen, Kultur, Sport & Brauchtum
- Kenntnisse im Umgang mit Internet und PC
- eine Digitalkamera
- Ortskenntnisse

DU BIST

- aufgeschlossen, aktiv und zuverlässig
- sicher im Umgang mit der deutschen Sprache
- motorisiert

Wir freuen uns darauf DICH kennen zu lernen!

Bewerbungen bitte per E-Mail an:
Denis Janzen | karriere@rautenberg.media
Stichwort: Reporter Rundblick Medebach (m/w/d)

NOTDIENSTE

WIR SIND RUND UM DIE UHR FÜR SIE DA!



110 POLIZEI

112 FEUERWEHR



Caritas Brilon: Allgemeine Soziale Beratung und Migrationsberatung

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
Simone Geck
Telefon: 0151/29202120
E-Mail: s.geck@caritas-brilon.de

helfen • pflegen
wohnen • leben

caritas
BRILON

Sozialstationen
Medebach
☎ 02982 908888
Winterberg & Hallenberg
☎ 02981 6345

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

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 |



A POTHEKEN-NOTDIENST

Apotheken-Notruf 0800 00 22833

Freitag, 9. Januar

Apothek am Berndorfer Tor
Berndorfer Tor 5, 34497 Korbach, 05631/2088

Samstag, 10. Januar

Franziskus-Apotheke
Poststraße 6, 59955 Winterberg, 02981/2521

Sonntag, 11. Januar

Stadt-Apotheke
Merklinghauser Straße 10, 59969 Hallenberg, 02984/8397

Montag, 12. Januar

Marien-Apotheke
Oberstraße 10, 59964 Medebach, 02982/8559

Dienstag, 13. Januar

Kur-Apotheke
Poststraße 1, 59955 Winterberg, 02981/929500

Mittwoch, 14. Januar

Franziskus-Apotheke
Poststraße 6, 59955 Winterberg, 02981/2521

Donnerstag, 15. Januar

Adler Apotheke
Wildunger Straße 9, 34513 Waldeck (Sachsenhausen), 05634/309

Freitag, 16. Januar

Berg Apotheke
Bergstraße 1, 34508 Willingen, 05632/6699

Samstag, 17. Januar

Upland Apotheke in Usseln
Korbacher Straße 3, 34508 Willingen, 05632/94930

Sonntag, 18. Januar

Franziskus-Apotheke
Poststraße 6, 59955 Winterberg, 02981/2521

Montag, 19. Januar

Marien-Apotheke
Oberstraße 10, 59964 Medebach, 02982/8559

Dienstag, 20. Januar

Stadt-Apotheke
Merklinghauser Straße 10, 59969 Hallenberg, 02984/8397

Mittwoch, 21. Januar

Eisenberg-Apotheke
Flechtendorfer Straße 3a, 34497 Korbach, 05631/4021

Donnerstag, 22. Januar

Franziskus-Apotheke
Poststraße 6, 59955 Winterberg, 02981/2521

Freitag, 23. Januar

Eder Apotheke
Bahnhofstraße 26, 35066 Frankenberg, 06451/1811

Samstag, 24. Januar

Stadt-Apotheke
Merklinghauser Straße 10, 59969 Hallenberg, 02984/8397

Sonntag, 25. Januar

Kur-Apotheke
Poststraße 1, 59955 Winterberg, 02981/929500

Notdienste jeweils von 9 bis 9 Uhr am Folgetag
Angaben ohne Gewähr

Änderungen sind jederzeit möglich. Auch abrufbar über www.akwl.de/notdienstkalender.php

Wussten Sie eigentlich schon etwas über...

... weiter so im Bereich der Pflege?

Ich hoffe sehr, Sie alle sind gut und gesund ins neue Jahr gestartet! Oftmals gibt es zu Jahresbeginn Änderungen im Bereich der Pflege, für 2026 sind sie momentan nicht geplant. Zur Diskussion stehen noch Änderungen im Bereich der Leistung bei Pflegegrad 1 und im Beratungsbesuch der Pflegegeldbezieher nach SGB XI § 37.3 für die Pflegegrade 4 und 5. Diskussion bedeutet immer, nichts spruchreif. In meinem heutigen Artikel möchte ich noch einmal einen kurzen Überblick geben, obwohl es keine Änderungen gibt. Aber es gibt bestimmt einige Leser, die den einen oder anderen Bereich nicht so vor Augen haben. Beginnen möchte ich mit der Einstufung in einen Pflegegrad. Unterschieden wird in: **Selbstständig, überwiegend selbstständig, überwiegend unselbstständig und unselbstständig.** Eine Punktevergabe findet in den einzelnen Bereichen statt: **1. Mobilität, 2. Kognitive und kommunikative Fähigkeiten, 3. Verhaltensweisen und psychische Problemlagen, 4. Selbstversorgung, 5. Bewältigung und selbstständiger Umgang mit krankheits- oder therapiebedingten Anforderungen und Belastungen, 6. Gestaltung des Alltagslebens und sozialer Kontakte, 7. Außerhäusliche Aktivitäten, 8. Haushaltsführung.** Diese Bereiche werden unterschiedlich gewichtet und mit Punkten bewertet. **Pflegegrad 1** bedeutet: geringe Beeinträchtigung der Selbstständigkeit, bei einem Punktwert zwischen 12,5

und 27 Punkten erfolgt die Einstufung in Pflegegrad 1. **Pflegegrad 2** bedeutet: erhebliche Beeinträchtigung der Selbstständigkeit und muss einen Punktwert erreichen von 27 - 47,5 Punkten. Um in **Pflegegrad 3** eingestuft zu werden, muss eine schwere Beeinträchtigung der Selbstständigkeit vorliegen und ein Punktebereich zwischen 47,5 - 70 Punkten vorliegen. **Pflegegrad 4** bedeutet schwerste Beeinträchtigung der Selbstständigkeit bei einem Punktwert zwischen 70 und 90 Punkten. **Pflegegrad 5** ist ebenfalls eine schwerste Beeinträchtigung der Selbstständigkeit und benötigt eine Punktezahl zwischen 90 und 100 Punkten. Beim Pflegegeld und der Sachleistung für einen Pflegedienst läuft es wie folgt: **Pflegegrad 1** hat lediglich den Entlastungsbetrag von 131 € im Monat. **Pflegegrad 2** hat Anspruch auf ein Pflegegeld von 347 € im Monat, die Sachleistung eines Pflegedienstes beträgt 796 €. **Pflegegrad 3** bekommt als Pflegegeldbezieher 599 €/Monat, der Pflegedienst hätte für den gleichen Zeitraum 1497 €. **Pflegegrad 4** erhält 800 € an Pflegegeld oder verfügt für einen Pflegedienst über 1859 €. **Pflegegrad 5** kann als Pflegegeldbezieher 990 € beanspruchen oder einen Pflegedienst verpflichten für 2299 €. **Verhinderungs- und Kurzzeitpflege** ist ein Gesamtbudget von 3539 €/Jahr für die Pflegegrade 2 - 5. **Der Entlastungsbetrag** von 131 € pro Monat ist eine Zusatzleistung in den Pflegegraden 2 - 5.

Zur **Tagespflegenutzung** verfügt **Pflegegrad 1** über kein Geld, **Pflegegrad 2** über 721 €, **Pflegegrad 3** über 1357 €, **Pflegegrad 4** über 1685 € und **Pflegegrad 5** über 2085 € pro Monat.

Technische Hilfsmittel (z. B. Pflegebad oder Pflege Rollstuhl) dürfen alle Pflegegrade von 1 - 5 beanspruchen.

Das **Pflegehilfsmittel Budget** von 42 €/Monat für beispielsweise Hände Desinfektion oder einmal Handschuhe dürfen ebenfalls alle Pflegegrade von 1 - 5 nutzen.

Wohnumfeld verbessernde Maßnahmen von bis 4180 € dürfen ebenfalls alle Pflegegrad von 1 - 5 in Anspruch nehmen.

Pflegeberatungseinsätze (SGB XI § 37.3) müssen bis auf Pflegegrad 1 alle reinen Pflegegeldbezieher (**Pflegegrad 2-5**) in einem Abstand von 3 - 6 Monaten (je nach Pflegegrad zwei- oder viermal im Jahr) Beratungseinsätze absolvieren lassen. Bei **Pflegegrad 1** liegt es im Ermessen der pflegebedürftigen Person. Ich rate jedoch zu diesem Besuch, wegen der erfolgenden, umfassenden Beratung und Unterstützung.

Pflegekurse für Angehörige werden angeboten in den Pflegegraden 1 - 5.

Vollstationäre Pflege: Dort stehen im **Pflegegrad 1** 131 €, **Pflegegrad 2** 805 €, **Pflegegrad 3** 1319 €, **Pflegegrad 4** 1855 € und **Pflegegrad 5** 2096 € zur Verfügung. Für die Schaltung eines **Hausnotrufsystems** stellt die Pflegekasse bei **Pflegegrad 1 - 5** 25,50 € pro Monat zur Verfügung.



Sollten Sie eine Höherstufung Ihres Pflegegrades oder eine Einstufung beantragen und sollte diese für Ihr Dafürhalten negativ beschieden werden, müssen Sie prüfen, ob alle Bereiche in ihren Augen korrekt bewertet worden sind. Ist dieses nicht der Fall, so können Sie fristgerechten, differenzierten Widerspruch (schriftliche Erwähnung der zweifelhaften Bereiche) einlegen. Die Ultima Ratio ist der Gang vor das Sozialgericht.

Ich hoffe nun sehr, dass sie jetzt für das Jahr 2026 in ihrem Pflegegrad gut gerüstet sind. Sollte es Fragen geben, bitte kontaktieren Sie mich.

Der Kluge lernt aus allem und von jedem, der Normale aus seinen Erfahrungen und der Dumme weiß alles besser.

Sokrates

In diesem Sinne,
herzlichst
Petra Meyer



Besuchen Sie uns auf unserer Homepage www.apocare.info

Mobile Pflege und Hilfe zuhause



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

Nuhnentalstraße 96
59955 Winterberg
Telefon 0 29 81 - 1440
E-Mail 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 0 29 81 - 82 07 145
E-Mail apocare@t-online.de

**Zusatzangebot
Ihrer
Pflegekasse!**

Besuch der Schülerinnen und Schüler

Sekundarschule Medebach-Winterberg im Josef-und-Herta-Menke-Haus in Winterberg-Silbach

Silbach. Traditionen gehören zu Weihnachten, wie Geschenke, Weihnachtsbaum und Plätzchen und eben auch der Besuch der Schülerinnen und Schüler der Sekundarschule im Seniorenheim in Silbach. Dieser schöne und besinnliche Abschluss vor den Weihnachtsferien wird seit langem begangen, und ist fest im Terminplan der Sekundarschule verankert. Seit über 20 Jahren besteht die Kooperation nun schon, und in diesem Jahr haben zwölf Kinder der Klasse 5E mit den Musiklehrerinnen Frau Eickhoff und Frau Knodel Lieder und Gedichte eingeübt, die sie den Bewohnern und Mitarbeitenden mit viel Freude und Begeisterung vorgetragen haben. Als kleinen Dank für Kinderpunsch und Süßigkeiten hat jedes Kind eine Deko-Figur für den Weih-



Fotos: Sekundarschule Medebach-Winterberg

Familien

ANZEIGENSHOP

Wir trauen uns
am 18.03.2030 im Bonn
um 15.00 Uhr
in der Paulus Kirche

NICOLE & RUFUS

F 102-06
90 x 50 mm
ab 17,23*

HALLO Welt!

GEBURT 12.1
43 x 90 mm
ab 52,00*

Michael Musterfeld

TD 12-12
90 x 90 mm
ab 102,96*

WOHNUNG!

K03_15
43 x 30 mm
ab 17,00*

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

nachtsbaum mitgebracht und aufgehangen, ganz so, wie es in dem vorgetragenen Weihnachtsgedicht von Albert Sergel „Ein Tännlein aus dem Walde“ schon vor über 100 Jahren hieß: „Wir wollen es schön schmücken mit Stern und Flittergold,...“ Auch in der Auswahl der Weihnachtslieder ging der Lobgesang auf den Tannenbaum weiter, da dort neben dem spanischen „Feliz Navidad“ oder den Liedern von Rolf

Zuckowski „In der Weihnachtsbäckerei“, „Weihnachtsmann und Co. KG „auch „O Tannenbaum“ zu den Topfavoriten der Kinder gehörte. Kein Wunder, da doch das Sauerland zu den bedeutendsten Weihnachtsbaumproduzenten in Deutschland zählt und ein Drittel aller Weihnachtsbäume aus unserer Region kommen. Organisiert und begleitet wurde das Projekt - wie in jedem Jahr - durch die Schulsozialarbeit.



rundblick
HOCHSAUERLAND

KITA/SCHULEN

ONLINE:

**RUNDBLICK-
HOCHSAUERLAND.DE**