

Neues Konzept „Sichere Schülerbeförderung“ der SEK Medebach-Winterberg



Die Sekundarschule Medebach-Winterberg nimmt sich des Themas an, dass am 8. Oktober 2024 durch einen Bericht im WDR und am Folgetag durch einen Zeitungsartikel bekannt wurde.

Lesen Sie weiter auf Seite 3

FRANK BEULEN

Heizöl · Diesel · Pellets

MEDEBACH

Tel. 02982-41254

HALLENBERG

Tel. 02984-610



VIEL SPASS BEIM

SCHÜTZENFEST

IN MEDELON!



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



Plakette fällig?

... auch bei uns wird die Hauptuntersuchung durchgeführt*

Schnurbus

KFZ-Service

AUTOTEAM

Logo of a car with a checkmark

Vopeliusstraße 18 · 59964 Medebach · Tel. 02982 3083

Hauptuntersuchung: freitags 14.30 - 17.00 Uhr

*Abnahme erfolgt durch einen amtlich anerkannten Prüferingenieur der GTÜ.

GTÜ

Prüf-

stützpunkt

LB

LANGE & BRANDENBURG

Kfz-Sachverständigen- u. Ingenieurbüro

prüfen · bewerten · begutachten

DAT

DAT Prüf- und

Schätzungsstelle

Brilon

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 CO²-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

Erfahrung aus über 1.000 gebauten Heizungsanlagen!



Fortsetzung der Titelseite

Zwei Busunternehmer beklagten sich dort vehement über verwüstete und zerstörte Busse, Müllberge und respektloses Schülerverhalten. Die Reparaturkosten lägen bei mehreren tausend Euro. „Busfahrer wünschen sich Unterstützung“, hieß es im Bericht. Diesen Wunsch hat die Sekundarschule aufgenommen, denn auch an der Bushaltestelle, beim Warten auf den Bus, wissen viele SchülerInnen nicht, wie sie sich richtig verhalten müssen, berichten die Lehrerkolleginnen und Kollegen, die dort Aufsicht führen. Deshalb fand am 9. Januar ein erstes Vorgespräch mit der Schulleitung und Schulsozialarbeit der Sekundarschule sowie VertreterInnen der Polizei statt, das zum Ziel hatte, eine gemeinsame Strategie für ein Präventionskonzept zu erarbeiten. Schnell wurde dabei deutlich, dass die Beratungsrunde erweitert werden muss, um alle Fragestellungen und rechtlichen Vorgaben berücksichtigen zu können. Und so fand am 14. Februar ein großer „Runder Tisch“ mit Vertreterinnen des Schulträgers, der Stadt Winterberg und fast allen Busbetrieben statt, die die Schülerbeförderung für die Schulen der

Stadt Winterberg übernehmen sowie dem Regionalverkehr Ruhr-Lippe. Zum ersten Mal hatten die Busunternehmer so die Möglichkeit, sich mit allen Beteiligten der Schülerbeförderung auszutauschen und erste Ideen zur Verbesserung der Situation zu entwickeln. So entstanden als ein Ergebnis dieser Zusammenkunft die „8 Regeln für eine sichere Busfahrt“, die mit allen SchülerInnen der Sekundarschule im Fach Gemeinsamer Anfang besprochen wurden, und die Grundlage für eine sichere und verantwortliche Busfahrt sind. Im zweiten Schritt kamen am 9. Mai alle FahrschülerInnen des Schulstandort in Winterberg zu einer Präventionsveranstaltung in der Aula zusammen, um mit der Schulleitung, der Polizei und dem stellvertretenden Betriebsleiter der RLG ins Gespräch zu kommen. Einerseits sollte auf diesem Weg Verständnis für die Interessen und Belange der anderen Teilnehmer geweckt werden, andererseits wurden auch die möglichen Konsequenzen bei groben Verstößen angesprochen, die bis zur Anzeige oder dem Entzug der Fahrkarte führen können.



8er Tüte

nur **3,84 €**

Ofentrische Brötchen





Mein Bäcker mit Herz(lichkeit).



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

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



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 Ab-

schlussprüfungen 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 Unterstüt-

zung. 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!

EINZELNACHHILFE

CRASHKURSE

LERNMETHODIKKURSE

WINTERBERG • 02981 - 929 787 MEDEBACH • 02982 - 930 934

INFO@DIENOTESCHMIEDE.DE | INH. KRISTIN RICKEN

DIE NOTEN SCHMIEDE

Winterberg | Medebach

HELLWIG + Partner

Versicherungsmakler

Wir beraten Sie
NEUTRAL - UNABHÄNGIG - FAIR

Allianz

AXA

ALTE LEIPZIGER

HDI

NÜRNBERGER
VERSICHERUNGSGRUPPE

Gothaer

ARAG

Die Continentale

R+V

VHV
VERSICHERUNGEN

Am Dauren 2 • 59964 Medebach-Oberschledorn
Fon: 02982/1890 • www.hellwig-partner.de



SPIES

Landschaftspflege

www.landschaftspflege-spies.de

Martin Spies

Landschaftspflege und Erdarbeiten

Hof Trambach 2 • 59969 Hallenberg

Tel. 02984-8672 • Mobil 0171 9905667



„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 Warmhalte-Methoden 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 Waltenberg 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]



Tischlein deck dich!



BY AMARIS & FRIENDS

Tischlein deck dich GbR, Am Waltenberg 40, 59955 Winterberg
Tel.: 02981 / 89 998 94, 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

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 Wellnessstasche 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



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



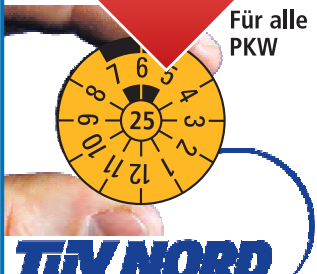


25 Jahre für Sie vor Ort!

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

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

SCHÄFER Kfz-Meisterbetrieb

ARCD
Auto und Reiseclub
Deutschland

AYD
seit 1899

ASSISTANCE PARTNER

ACE 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.**



Schützenfest in Medelon vom 7. bis 9. Juni

Medelon feiert Schützenfest am Pfingstwochenende

Ganz im Zeichen des Schützenfestes steht das Pfingstwochenende in Medelon. Die St. Engelbertus-Schützenbruderschaft lädt alle Medeloner und Gäste aus nah und fern recht herzlich zum Besuch des Festes ein. Im Mittelpunkt stehen dabei das amtierende Königspaar Olaf Frankenstein und Nicole Schmidt mit ihrem Hofstaat. Für gute Stimmung sorgt auch in diesem Jahr wieder die Festkapelle Concordia Hallenberg, sodass ein harmonischer und stimmungsvoller Festverlauf garantiert ist.

Festabend am Samstag

Am Samstag beginnt das Schützenfest um 17 Uhr mit einem kurzen Platzkonzert beim Hotel Kaiserhof. Im Anschluss besuchen die Schützen gemeinsam den Festgottesdienst und gedenken der gefallenen Schützenbrüder mit einer Kranzniederlegung am Ehrenmal.

Nach einem ersten Festzug zur Schützenhalle begrüßt der Erste Vorsitzende und Hauptmann der Bruderschaft, Daniel Müller, die Festbesucher um 20 Uhr. An diesem Abend stehen die Ehrungen der Jubiläumskönigspaare im Mittelpunkt. Helmut und Walburga Niggemann werden zum 25-jährigen Jubiläum und Werner und Ursula Klüppel zu ihrem 50-jährigen Jubiläum gratuliert.

Nach den Ehrungen eröffnen Olaf Frankenstein und Nicole Schmidt mit ihrem Hofstaat den Tanz. Dabei sorgt die Festkapelle aus Hallenberg für den richtigen Takt und wird bis in die Nacht für gute Stimmung sorgen.

Pfingstsonntag: „Frühschoppen“ und „Großer Festzug“

Das Motto „Rechtzeitig auf den Beinen sein“ gilt am Schützenfestsonntag, denn um 10 Uhr heißt es beim Landhotel Müller „Abmarsch zum Frühschoppen“. Man kann davon ausgehen, dass sich der Weg in die Schützenhalle lohnt. Bei einem zünftigen Schützenfrühstück bekommen die Festbesucher ein Konzert der Festkapelle zu Gehör. Im Verlauf des Frühschoppens stehen neben den Neuaufnahmen von Jungschützen, unter anderem auch die Ehrungen von langjährigen und verdienten Schützenbrüdern auf dem Programm.

Um 14:30 Uhr findet der „Große Festzug“ mit dem amtierenden Königspaar Olaf Frankenstein und Nicole Schmidt statt. Im Festzug wirken neben der Festkapelle Concordia Hallenberg auch der Spielmannszug Grönebach sowie der Musikzug Medebach mit.

Für die Freunde zünftiger Marschmusik spielen nach dem Festzug die Musikkapellen zusammen in der Schützenhalle auf. Zur Freude der kleinen Gäste findet am späten Nachmittag der Kindertanz statt, der Schützenfestabend wird anschließend mit dem Königstanz eröffnet. Danach bleibt noch reichlich Zeit zum Feiern, um sich auf das Vogelschießen am nächsten Tag einzustimmen.

Pfingstmontag: „Vogelschießen im Kuckucksloch“

Am Pfingstmontag besuchen die Schützen um 9 Uhr den Pfingstgottesdienst und treten anschlie-



Die Schützenhalle

Bestattungsinstitut

Falkenstein

Inhaber Bernd Braun
Medebach

Fachgeprüftes und zertifiziertes Unternehmen

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

www.bestattung-falkenstein.de



0 29 81 - 454







Wir wünschen schöne Schützenfesttage!



Oberstr. 12
59955 Winterberg-Züschen
Tel.: 0 29 81 / 92 87 37
Fax: 0 29 81 / 92 87 39

www.malerbetrieb-schnorbus.de - info@malerbetrieb-schnorbus.de



Autohaus Stoll

Wir wünschen allen Festteilnehmern
und Gästen schöne Schützenfesttage!

Bahnhofstraße 5-7, 59969 Hallenberg
Telefon 02984 - 8167

SCHÜTZENFEST IN MEDELON

Ende sofort beim Hotel Kaiserhof an, um ins „Kuckucksloch“ zu marschieren. Dort können sich die Festgäste auf zwei spannende Vogelschießen freuen.

Zunächst werden die Nachwuchs-schützen den Nachfolger für Jung-schützenkönig Lukas Padberg er-mitteln, im Anschluss wird nach einer kurzen Pause der neue Schützenkönig und Nachfolger von Olaf Frankenstein, der Bruder-

schaft gesucht. Die Schützen werden in einem spannenden Wettkampf den neuen Regenten ermitteln.

Die neuen Könige werden dann am frühen Nachmittag mit allen Ehren in Dorf zurückbegleitet. Das neue Königspaar präsentiert sich samt Hofstaat am 18:30 Uhr den Zuschauern im Festzug, welcher musikalisch von der Festkapelle Concordia Hallenberg und

dem Musikzug Medebach begleitet wird. Am Abend wird nochmals ordentlich gefeiert, bevor das Schützenfest stimmungsvoll ausklingt.

An allen Festtagen ist der Eintritt für alle Besucher frei. Als Festwirt sorgt Dirk Valentin aus Bestwig für das Wohl der Gäste. In der Küche übernimmt die Landfleischerei Knorr aus Eppe die Bewirtung.



Jungschützenkönig Lukas Padberg



Olaf Frankenstein und Nicole Schmidt

St. Engelbertus- Schützenbruderschaft 1889 e.V. Medelon



Schützenfest

Pfingsten vom 07.-09. Juni 2025 in Medelon

Festfolge

Samstag, 07. Juni	Pfingstsonntag 08. Juni	Pfingstmontag, 09. Juni
<p>17:00 Uhr kurzes Platzkonzert Antreten beim „Hotel Kaiserhof“</p> <p>17:30 Uhr Schützenmessen anschl. Gefellensnahrung</p> <p>19:00 Uhr Flaggenhissung vor der Schützenhalle</p> <p>20:00 Uhr Ehrung der Jubiläumskönige/-innen</p> <p>21:30 Uhr Tanzeröffnung durch das amtierende Königspaar</p>	<p>09:45 Uhr kurzes Platzkonzert beim „Landhotel Müller“</p> <p>10:00 Uhr Abmarsch zur Schützenhalle anschl. Schützenfrühstück</p> <p>11:00 Uhr Ehrungen von langjährigen und verdienten Mitgliedern bis</p> <p>13:00 Uhr Frühschoppen mit Konzert in der Schützenhalle</p> <p>14:30 Uhr Antreten beim „Landhotel Müller“ zum großen Festzug mit dem amtierenden Königspaar</p> <p>18:00 Uhr Kindertanz</p> <p>20:00 Uhr Königstanz Tanzeröffnung durch Königspaar und Hofstaat</p> <p>20:30 Uhr Tanz der ehemaligen Königspaare</p>	<p>09:00 Uhr Pfingstgottesdienst</p> <p>09:45 Uhr Antreten beim Gasthof „Kaiserhof“ Abmarsch zum Jungschützen- und Vogelschießen im Kockacksloch</p> <p>18:30 Uhr abends Festzug mit dem neuen Königspaar und Jungschützenkönig Antreten beim „Hotel Kaiserhof“</p>

An allen drei Schützenfesttagen ist der Eintritt frei!

Ausrichter:
St. Engelbertus-Schützenbruderschaft 1889 e.V. Medelon

Festwirt:
Dirk Valentin, Ostwig

Festmusik:
Stadtkapelle „Concordia“ Hallenberg

Küche:
André Knorr, Eype

unterstützt durch:



**Volksbank
Sauerland eG**



Krombacher



Schreinerei
Thiele

UNSERE LEIDENSCHAFT
IST HOLZ

**Viel Spaß beim
Schützenfest
in Medelon!**

SCHREINEREI THIELE
LANDWEHR 12 • 59964 MEDEBACH
TELEFON 02982 / 3020
WWW.SCHREINEREI-THIELE.COM

SCHÜTZENFEST IN MEDELON

Jubelkönigspaare 2025

St. Engelbertus Schützenbruderschaft e. V. 1889 Medelon



25-jähriges Königspaar: Helmut und Walburga Niggemann (Nordmanns)



70-jähriges Königspaar: Eberhard Senger (Himmels) und Margret Stuhlmann (Vilges), beide verstorben



60-jähriges Königspaar: Heinz und Maria Werth (Sportmanns), beide verstorben



50-jähriges Königspaar: Werner und Ursula Klüppel (Suren)

TAXI STEDEN

02984-8173

*Wir wünschen viel Spaß beim
Schützenfest in Medelon!*

Bollerbergstraße 8 • 59969 Hallenberg/Hesborn • Telefon 02984 / 8173
Mail: taxi-steden@t-online.de www.taxi-steden.de



Partner Haus
wünscht viel
Spaß beim
Schützenfest
in Medelon !



Partner – Haus Fertigbau GmbH & Co.KG
Kolpingstr.3 - 59964 Medebach
www.partner-haus.de





VERLAGSSONDERVERÖFFENTLICHUNG

BIKEN IM



SAUERLAND

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. Vorbeischauchen 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

BIKEN IM SAUERLAND

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 Rothaarsteig gelegen, mit schöner Aussicht ins Wittgensteiner und Schmallenberger Land, wurde sie im Oktober 2006 eröffnet. Seit Mai 2018 wird die Hütte von Volker Müller mit viel Herzblut bewirtschaftet. Deshalb kann man sich hier einfach nur wohlfühlen. Im Innen- und Außenbereich wurde die Hütte modernisiert und renoviert. Eine Tischplatte wurde mit einer Rothaarsteig-Karte für Wanderer versehen. Bei gutem Wetter kann man sich derzeit auf der Außenterrasse mit der herrlichen Fernsicht niederlassen. **Am Vatertag, dem 29. Mai sowie am 08. und 09. Juni über Pfingsten ist bei gutem Wetter musikalische Unterhaltung geplant.** Das Hütten-Team bietet auf Voranmeldung und nicht nur an den Feiertagen ein großes, leckeres Frühstücksbuffet 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 Speisenangebot umfasst eine rustikale Speisekarte, hausgemachten Kuchen wie diverse Obststreusel-Sorten vom Blech, die „Windbeutelorte“ – als Spezialität des Hauses oder der Hütten-Burger vom Angus Rind. Dazu natürlich auch

eine passende Auswahl an Kalt- und Heißgetränken. Alle Gerichte auch „to go“ und „take away“. Als besondere Geschenkidee sind hier auch Gutscheine erhältlich. Außerhalb der regulären Öffnungszeiten steht das Hütten-Team auf Vorbestellung auch für private oder geschäftliche Feierlichkeiten gerne zur Verfügung. [BL]



Leckere Stärkung für die Weiterfahrt 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



Am Vatertag, den 29.05.2025 sowie über

Pfingsten, 08.06./ 09.06.2025

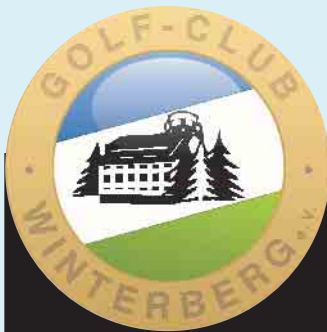
bei gutem Wetter musikalische Unterhaltung

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



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

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



Pure Begeisterung beim Golfen

Basics des Golfsports, Spielen und Taktik auf dem Golfplatz, Schwungkorekturen sowie jede Menge 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 die-

sem Training teilzunehmen!

In der Saison 2025 starten wir mit dem Jugendtraining ab Sonntag, den 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 vorbeischaun.- 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 Strecke. 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 Jah-



MTB-Gruppe vor der Bikewerkstatt Uppu in Winterberg

ren 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



BIKETOURS
UPPU

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 Waltenberg 19
Winterberg
Telefon 02981/2245
info@uppu-biketours.de

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 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)

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-



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



Jungschützen-
Vogelschießen und
Jubiläum Winterberg

Es ist wieder so weit! Am Samstag, 14. Juni, findet um 16 Uhr das nunmehr 16. Jungschützen-Vogelschießen der Schützengesellschaft Hallenberg 1827 e. V. an der Vogelstange vor der Schützenhalle statt. Im letzten Jahr setzte sich Paul Mütze beim Wettkampf um die Königswürde mit dem 295. Schuss gegen mehr als 20 Mitstreiter durch und wurde der 15. Jungschützenkönig in der Vereinsgeschichte. Der Vorstand der Schützengesellschaft zählt auf seine 16- bis 23-jährigen Schützen und wünscht

sich auch in diesem Jahr wieder eine rege Beteiligung und ein spannendes Vogelschießen. Die Veranstaltung wird musikalisch begleitet durch das Jugendblasorchester der Stadtkapelle Concordia Hallenberg. Abends folgt dann die Discoparty „Die Weife rockt“ mit Musik für Jung und Alt - der Eintritt ist wie immer frei. Alle Schützen mit ihren Familien, alle Hallenberger und Gäste sind herzlich eingeladen, diesen spannenden Wettbewerb und das musikalische Rahmenprogramm mitzuerleben! Am nächsten Tag geht es direkt

KINO-Ü50 - Kaffee, Kuchen, Kino
Do., 05.06.2025 ab 15.00 Uhr

LOUISE UND DIE SCHULE DER FREIHEIT

filmtheater
WINTERBERG

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

weiter - die Schützengesellschaft besucht den befreundeten Verein in Winterberg: die Schützengesellschaft 1825 e. V. Winterberg feiert ihr 200-jähriges Jubiläum vom 12. bis 15. Juni und wir werden am großen Festzug am Sonntag, 15. Juni, teilnehmen. Wir freuen uns, dass wir von der Stadtkapelle Concordia Hallenberg musikalisch begleitet werden. Der Vorstand stellt wieder einen Bus zur Verfügung: die Abfahrt ist für alle interessierten Schützen um 12:30 Uhr am Marktplatz - zurück geht es gegen 19 Uhr.

POLITIK

Aus der Arbeit der Parteien SPD

Thomas Just Spitzenkandidat der SPD Medebach

Die Aufstellung der Kandidaten für die Kommunalwahl am 14. September war Hauptthema der letzten Mitgliederversammlung der Medebacher Sozialdemokraten. Für die einzelnen Wahlbezirke wurden Michael Hiemer, Eva Papenheim, Astrid Just-Herzig, Thomas Just, Manfred Liebig, Werner Dornhöfer, Veronika Denhof, Andreas Rosenau, Vanessa Liebig, Björn Brune, Stefan Rabe, Tina Hiemer-Krallmann, Roy Nimscholz und Reinhold Emde nominiert. Der bisherige Vorsitzende der SPD-Ratsfraktion Thomas Just, wurde als Spitzenkandidat auf Platz 1 der Reserveliste gewählt. Gefolgt von Michael Hiemer, Veronika Denhof, Manfred Liebig und

Björn Brune. Auf die weiteren Plätze wurden Roy Nimscholz, Andreas Rosenau, Tina Hiemer-Krallmann, Ralph Böhme, Vanessa Liebig, Werner Dornhöfer, Astrid Just-Herzig, Stefan Rabe, Eva Papenheim und Reinhold Emde gewählt. Thomas Just freute sich darüber, dass neben erfahrenen Kommunalpolitikern diesmal eine Reihe neuer Kandidaten für die SPD ins Rennen gehen und den Bürgerinnen und Bürgern somit auch neuer Gesichter zur Wahl stehen. Derzeit werde am Wahlprogramm gearbeitet, so Thomas Just, mit dem auch programmatische Themen aufgegriffen werden, die Medebach in der Zukunft weiter voranbringen sollen.

Im Rahmen der Mitgliederversammlung wurden auch Ergänzungswahlen zum Ortsvereinsvorstand durchgeführt. So wurde Michael Hiemer als Wahlkampfmanager zum weiteren Stellvertretenden Vorsitzenden und Ralph

Böhme als IT-Fachmann zum Beisitzer nachgewählt. Ortsvereinsvorsitzender Manfred Liebig konnte zudem das langjährige Mitglied Reinhold Klump für 30-jährige Mitgliedschaft ehren.

Michael Hiemer

Fragen zur Verteilung?

mail@regio-pressevertrieb.de

www.regio-pressevertrieb.de **REGIO** • pünktlich • zielgerichtet • lokal

Die Zeitungszustellgesellschaft der RAUTENBERG MEDIA KG

KLEINANZEIGEN

PRIVAT & GESCHÄFTLICH

ONLINE  **BESTELLEN**

rautenberg.media/kleinanzeigen

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

*gewerbliche Kleinanzeige ab 13,99 €

 **RAUTENBERG MEDIA**

NOTDIENSTE

WIR SIND RUND UM DIE UHR FÜR SIE DA!



110 POLIZEI

112 FEUERWEHR



APOTHEKEN-NOTDIENST

Apotheken-Notruf 0800 00 22833

Freitag, 30. Mai

Berg Apotheke

Bergstraße 1, 34508 Willingen, 05632/6699

Samstag, 31. Mai

Kur-Apotheke

Poststraße 1, 59955 Winterberg, 02981/929500

Sonntag, 1. Juni

Bären-Apotheke

Solinger Straße 28, 34497 Korbach, 05631/7370

Montag, 2. Juni

Apotheke Förster

Bahnhofstraße 3, 59939 Olsberg, 02962/97390

Dienstag, 3. Juni

Hirsch-Apotheke

Professor-Kümmell-Straße 2, 34497 Korbach, 05631/2545

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

Upland Apotheke in Usseln

Korbacher Straße 3, 34508 Willingen, 05632/94930

Samstag, 7. Juni

Apotheke am Berndorfer Tor

Berndorfer Tor 5, 34497 Korbach

Sonntag, 8. Juni

Eisenberg-Apotheke

Flechtdorfer Straße 3a, 34497 Korbach, 05631/4021

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

Stapenhorststraße 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

Markt-Apotheke Olsberg

Markt 1, 59939 Olsberg, 02962/97060

Notdienste jeweils von 9 bis 9 Uhr am Folgetag

Angaben ohne Gewähr

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

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

GELD-ABZOCKER

Seien Sie KLÜGER als die BETRÜGER!

Geben Sie **kein Bargeld** an angebliche Polizist*innen oder Ihnen unbekannte Personen (Arzt, Notar...). Lassen Sie sich **telefonisch nicht bedrängen, Bargeld zu geben**, zum Abholen bereit zu legen oder Geld zu überweisen. **In solchen Fällen bitte die 110 wählen** und die Polizei informieren!

NOTFALLSCHUBLADE

Das gehört in eine gut erreichbare **Notfall-schublade** in Ihrer Wohnung/Ihrem Haus:

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

GEGEN GEWALT

Menschen, die Gewalt erleben oder erlebt haben.

- Telefon-Nummer für Frauen
116 016
- Telefon-Nummer für Männer
0800 12 39 900





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**



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.

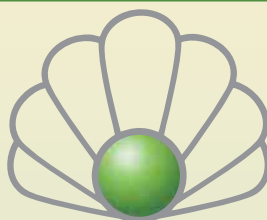
Bewertung eines Rückzugs (1 Woche am Stück): „Eine lebensverändernde Erfahrung!- Ich bin froh, dass ich mir eine Woche mit Jann gegönnt habe. Ich war an einem entscheidenden Punkt in meinem Leben und brauchte den Input von Jann, um ihm die richtige Richtung zu geben. Welch' Wohltat, in der Wohnung und 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



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 Bettausstattung 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

**Tagespflege
noch
Plätze frei!**



Pflege und
Betreuung mit
Herzlichkeit und
Kompetenz

Plätze im Bundesfreiwilligendienst frei.

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

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 wohlthuende 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 Einsatzmöglichkeiten

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. **Denis 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



15. JUNI



11 UHR

Blue Dawn Gesundheitszentrum Meise
In der Ramecke 8, Olsberg

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

Becker
Matratzen

Naturheilpraxis
Cornelia Atorf

MIT DABEI

HYPNOSE+
BERATUNG+
KNIPSCHILD

SELBST
HILFE

HOCH
SAUER
LAND



microgreens

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. Pflegeberatende 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 Pflegende und Gepflegte bieten. Solche Angebote können zum Beispiel mit der Pflegesuche auf 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
- Betriebl. Altersvorsorge
- Individuelle Arbeitszeiten

**BEWIRB
DICH
JETZT!**

Bewerbung & Kontakt:
 Alten- und Pflegeheim
 Haus Waldesruh GmbH
 Sebastian Leber
 59955 Winterberg
info@hauswaldesruh.de





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 unnütz 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, „doktort“ 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

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

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 - 8207145
E-Mail apocare@t-online.de

**Zusatzangebot
Ihrer
Pflegekasse!**

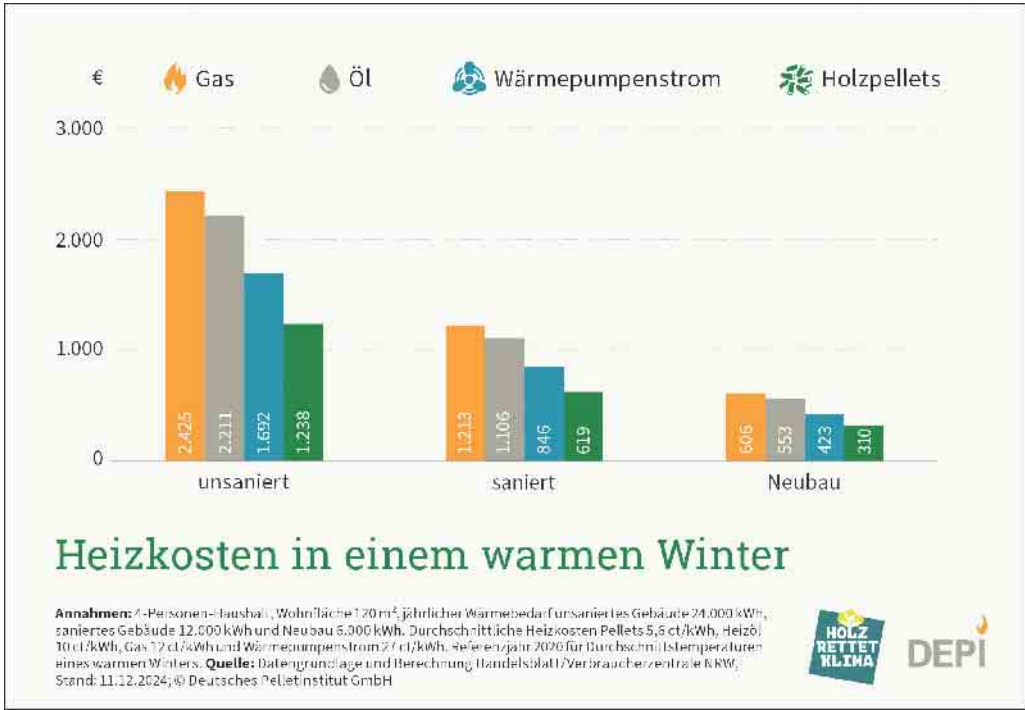
Pelletheizung auch in Neubauten die günstigste Lösung

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

Kleinstmengen auch im 24h Shop verfügbar

25 Jahre

HOLZ-ENERGIE-ZENTRUM

Power pellets

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

