

Steffen und Carla regieren in Titmaringhausen

Auch Regen und Sturm konnten das spannende Vogelschießen in Titmaringhausen nicht stoppen. Mit dem 318. Schuss setzte sich Steffen Becker, jüngster Sohn des amtierenden Kaiserpaars Franz-Josef und Maria Becker, gegen seine Konkurrenten Antonius Große, Thorsten Biermann und Mirco Hölscher durch und holte den Vogel um 12.50 Uhr aus dem Kugelfang. Das Zepter ging zuvor an Patrick Appelhans, die Krone an Michael Hegel, der Reichsapfel an Thorssten Biermann und der linke Flügel an Antonius Große. Den rechten Flügel sicherte sich in dem spannenden Schießen der neue König Steffen. Gemeinsam mit seiner Freundin Carla Nolten (20) aus Medebach freut sich der 24-jährige Elektromeister nun auf ein tolles Regierungsjahr in Titmaring-



hausen. Trotz des verregneten Wetters säumten am Montag Abend zahlreiche Besucher die Straßenränder und bejubelten das neue Königspaar mit seinem Hofstaat.

Top Leistungen
Schönes
Ausflugsprogramm

Di.-Mi. 03.10 - 11.10.2023
EZ Zuschlag 148,00 €
p.P. 1222,00 €

9 Tage Kroatien - Die Kvarner Bucht - Die Perle Kroatiens

2 Ü/HP im Hotel Langwies,
6 x HP im Hotel Excelsior
Lovran

Alle Ausflüge (Pula, Porec,
Rijeka, Krik, Rovinji und
Plitvika Seen) mit Reise-
leitung, Schiffahrt Limfjord
mit Fischimbiss

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 Prüfingenieur der GTÜ.



Prüf-
stützpunkt



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



DAT Prüf- und
Schätzungsstelle
Brilon



Hof
Wittmar

**Salat, Kohlrabi, Gurken,
Zucchini, Paprika, Rote
Beete und erste, frische**

Kartoffeln aus Medebach!

Hofladen geöffnet: Mo.-Fr. 8:00-17:00 Uhr und Sa. 8:00-12:00 Uhr

f THD Faustweg KG – Am Faustweg 25 – Medebach – ☎ 0170 967 36 26



Richtig heizen für weniger Feinstaub

Heizen mit Holz

Feinstaub in der Luft ist in Deutschland seit Jahrzehnten ein Problem. Auch die Holzverbrennung hat daran ihren Anteil. Mit rund 20 Prozent liegt er allerdings unter dem des Verkehrs. Kaminöfen tragen bei der Holzverbrennung mit Abstand am meisten zu den Staubemissionen bei.

Bei Kaminöfen kommt es daher neben der notwendigen Verwendung trockenen, rindenfreien Holzes vor allem auf das persönliche Nutzerverhalten an. Denn auch der beste und modernste Ofen belastet beim Heizen die Umwelt, wenn er falsch befüllt oder bedient wird. Dazu gehört die verbreitete Unsitte, das Feuer mit Papier und Pappe zu starten. Das ist generell nicht zulässig und erzeugt viel Feinstaub. Zudem wissen viele Ofenbesitzer*innen nicht, wie sie ihren Ofen einstellen müssen, damit das Anbrennen möglichst schadstoffarm geschieht. Großen Einfluss auf die



Je weniger Feinstaub aus dem Schornstein in die Umwelt gelangt, desto besser. Wer seinen veralteten Kaminofen gegen einen Pelletofen tauschen möchte, sollte sich vorab von einem Fachstudio professionell beraten lassen. Foto: Deutsches Pelletinstitut

Emissionen hat auch die Restfeuchte im Holz - sie sollte ausnahmslos maximal 20 Prozent betragen. Ein Holzfeuchte-Messgerät gehört deswegen zur Stan-

dardaustattung für Kaminofenbesitzer.

Wem das alles zu viel ist, der kann sich das Heizen mit Holz deutlich einfacher machen und den alten

Holzofen gegen einen modernen Pelletkaminofen austauschen. Denn die gepressten Holzpellets sind genormt, ihr Wassergehalt liegt unter zehn Prozent. Dadurch verbrennen diese unter kontrollierten Bedingungen deutlich sauberer als Scheitholz. So sind Pelletheizungen bundesweit nur für 1,2 Prozent der Feinstaub-Emissionen verantwortlich.

Ein weiterer Vorteil

Ofenbesitzer*innen müssen weder Holz hacken noch die unhandlichen Scheite lagern. Pelletkaminöfen verfügen über einen Vorratsbehälter, der einfach und sauber aus Säcken gefüllt wird.

Für eine erste Beratung und zur Übersicht empfiehlt sich der Besuch eines Fachstudios für Pelletkaminöfen. Hier gibt es auch die Möglichkeit, sich über Pelletkaminöfen mit Wassertasche zu informieren, deren Anschaffung sogar staatlich gefördert wird. Deutsches Pelletinstitut

Ihr neues Bad aus einer Hand!



Auch das HSK RENODECO - System für eine Bad-Teilsanierung können wir Ihnen zeigen!



**MODERNE HEIZTECHNIK
und BÄDER**

Wir sind Ihr Partner für ein harmonisch aufeinander abgestimmtes Bad: vom Waschtisch über das WC und Bidet bis zur Badewanne und Dusche. Von den Fliesen für Wand und Boden bis zum Design-Heizkörper. Von den Armaturen bis zum dekorativen Zubehör. Wir zeigen Ihnen, wie Ihr Komplettbad aussehen könnte, erstellen Ihnen ein Angebot und führen die gesamten Arbeiten aus.

Wir beraten Sie gerne. Besuchen Sie unsere Ausstellung!



++TECHNIK++ INSTALLATION++ KUNDENDIENST++

59955 Winterberg ▪ Lamfert 11 ▪ Tel 02981-92520 ▪ www.santherm.com

Erfahrung aus über 1.000 gebauten Heizungsanlagen!



13. Frauenvogelschießen in Küstelberg



Seit bereits 2009 schießen die Frauen in Küstelberg den Vogel ab. Nur so zum Spaß, ohne König, Hofstaat oder Kleiderzwang treffen sich jährlich die schießbegeisternten Damen unter der Vogeltange und legen auf den Aar an. Die Insignien sind mit leckeren Preisen verbunden. Am 26. August, um 14 Uhr, ist es auch dieses Jahr wieder soweit. Nach der Proklamation der neuen Königin, wird am Abend dann in der Schützenhalle bei ausgelassener Stimmung, die ohnehin immer bei diesem Fest herrscht, weitergefiebert. Selbstverständlich sind auch Männer zu diesem Fest herzlich eingeladen. Auch dieses Jahr wird ein 500 Euro Reisegutschein verlost. Die frisch erkorene Königin übernimmt hierbei die Aufgabe der Losfee. Der Schützenverein Küstelberg freut sich auf euch.

Ehemalige Königinnen des Frauenvogelschießens:
2009 Nadine Koch

- 2010 Andrea Gerbracht
- 2011 Petra Koch
- 2012 Annika Hellwig
- 2013 Tabea Hausmann
- 2014 Christina Koch
- 2015 Maria Hunold
- 2016 Kerstin Eikemper
- 2017 Jolitta Przygoda
- 2018 Brigitte Kiesler
- 2019 Heike Tielke
- 2022 Jenny Düsterhaus



REWE ANJA RAU DEIN MARKT

REWE Anja Rau oHG

Merklinghauser Str. 47 + 51
59969 Hallenberg
Mo bis Sa – 7 bis 19 Uhr

Getränkemarkt Hallenberg
Mo bis Sa – 8 bis 19 Uhr

Ruhrstraße 15c
35066 Frankenberg
Mo bis Sa – 7 bis 22 Uhr

Salon Kraushaar

Bornhäfchen 7
59969 Hallenberg
Telefon 02984 2904

WOK MAN

ASIA RESTAURANT

HAGENSTRASSE 11 59955 WINTERBERG
TELEFON 02981 5089104

Mo. Ruhetag, Di. - Fr. 11.30 - 15.00 Uhr & 17.00 - 22.00 Uhr
Sa. + So. 11.30 - 15.00 Uhr & 17.00 - 23.00 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



METZGEREI SCHNORBUSCH

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

ANGEBOTE DI. 29.08. BIS SA. 02.09.2023

Schnitzel (Oberschale)	100 g	1,09 €
Frische Bratwurst, pikant	100 g	0,98 €
Grillbauch, herhaft gewürzt	100 g	0,89 €
Frischer Hallenberger Aufschnitt	100 g	1,49 €
Bierschinken (Portionswurst)	100 g	1,49 €
Schinkenspeck, geräuchert	100 g	1,89 €

ANGEBOTE DI. 05.09. BIS SA. 09.09.2023

Hallenberger Köhlerschinken	100 g	1,29 €
Grillkotelettes, pikant mariniert	100 g	1,09 €
Frische Gyros-Bratwurst	100 g	1,09 €
Wellness-Salami, fettreduziert	100 g	2,29 €
Lachsschinken, extra mager	100 g	2,29 €
Frischer Fleischsalat, hausgemacht	100 g	1,39 €
	100 g	0,89 €

DIENSTAG: FRISCHES METT

HEIßE THEKE AB 11.00 UHR

- Di. Wellfleisch und Grillhaxen
- Mi. Leberkäse und Minihaxen
- Do. Hallenberger Currywurst
- Fr. Knusprige 1/2 Hähnchen
- Tägl. Schnitzel und Frikadellen

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

Regionale Feinkostprodukte

bei „Tischlein deck dich“ in Winterberg



Feinkost vom Feinsten beim „Tischlein deck dich“

Im „Tischlein deck dich“ an der Unterter Pforte, ganz zentral am Marktplatz von Winterberg gelegen, finden Liebhaber von kulinarischen Genüssen edle Feinkostprodukte aus der Region. Leckere Ketchup-Sorten der Marke **Zum Heiligen Stein**, der im wunderschönen Örtchen Lich erzeugt wird und in den unterschiedlichen Schärfegraden und Geschmacksrichtungen „mild, würzig, scharf, rauchig, trüffelig“ angeboten wird.

Diverse BBQ-Saucen von **KÖ-**

NIGSKIND. Diese Barbecue-Saucen stammen aus der Genussmanufaktur im Oberbergischen. Sie überzeugen durch beste, erlesene Zutaten aus dem bergischen Land.

Aus der Manufaktur **HEIMATHAVEN** stammen drei Karamellcremes und vier verschiedene Fruchtaufstriche. Da man hier auch eine gute Tasse Tee zu schätzen weiß, wurde zudem eine eigene Tee-Linie mit eigenen Tee-Kreationen ohne künstliche Aromen entwickelt.

EINFACH STEUERN SPAREN

**Zeit für mich.
Meine Steuern machen Profis.***

Lohnsteuerhilfe
Bayern e. V.

Elisabeth Niggemann
Beratungsstellenleiterin
zertifiziert nach DIN 77 700

Beratungsstelle Oberstr. 3
59969 Hallenberg · Telefon: **02984 908071**

www.lohi.de/hallenberg



* Wir zeigen Arbeitnehmern, Rentnern und Pensionären - im Rahmen einer Mitgliedschaft begrenzt nach § 4 Nr. 11 StBerG - alle Möglichkeiten auf, um ihre Steuervorteile zu nutzen.

Raiffeisen-Markt

Ihr Fachmarkt für Haus, Tier und Garten.

Wir beraten Sie gern.

Öffnungszeiten:
Mo-Fr 9 - 18 Uhr,
Sa: 9 - 13 Uhr

Wir leben Nähe!

Ihr Raiffeisen-Markt

59969 Hallenberg • Aue 1 • Tel: 02984/416 Fax: 02984/407
www.wittgenstein.raiffeisen.de • hallenberg@wittgenstein.raiffeisen.de



Die Gewürze von **DER KLEINE GOURMET** stammen aus Biedenkopf. Gewürzmischungen, mit denen man einfach besser Kochen kann, war das Ziel. Ohne künstliche Zusatzstoffe, Rieselhilfen und frei von Geschmacksverstärkern. Bei den Gewürzmischungen der Marke **liebelei** verzichtet man auf eine unnötige Zugabe von Salz, denn es ist ein unnötiges Füllmittel und ohne Salz wird eine nahezu reine Gewürzmischung erzielt.

Mittlerweile sehr bekannt sind die Senfsorten von **Riffelmanns**. In liebevoller Handarbeit werden in Schmallenberg-Gleidorf im ehemaligen, historischen Bienenhaus auf kleinstem Raum aus hochwertigen Zutaten und in aromaschonendem Verfahren Senfsorten in höchster Qualität und Textur produziert.

Bei **HOCHSAUERLAND HONIG** von der Imkerei Niggemann wird der Honig in der höchstgelegenen Imkerei Nordrhein-Westfalen, in Winterberg-Grönebach produziert.

In **Ron,s Schokoladenmanufaktur** werden zarte, edle Gaumenfreuden in diversen Geschmacksrichtungen hergestellt. Ron Knaape ist geprüfter Schokoladen-

Sommelier aus dem Schmallenberger Land und seine besonderen und ausgezeichneten Schokoladen sind alle „Handmade aus dem HSK“.

Das von **Oli Miterra** aus Sundern stammende, biologische und kaltgepresste Olivenöl kommt von der Ionischen Küste Kalabriens, direkt ins Sauerland. Die Landschaft dort ist umgeben von unzähligen, urigen und wunderschönen Olivenbäumen.

Regionale Ware bietet die Kräuterpädagogin Sylvia König mit **Kraut & Lecker** aus Lennestadt in Form von Wildkrätermischungen. Dabei legt sie großen Wert auf Frische, Saisonalität und Regionalität mit bevorzugten Lebensmitteln aus ökologischer Landwirtschaft.

Das Team im „Tischlein deck dich“ stellt alle Produkte auch gerne als Präsentkorb zusammen und gestaltet Gutscheine zum Verschenken. Neben den qualitativ hochwertigen Feinkostprodukten werden noch viele Haushaltswaren, Wohnaccessoires und Deko von etwa 70 namhaften Herstellern im klassisch zeitlosen und ausgefallenen Stil und für jeden Geschmack angeboten. [BL]



Große Auswahl an Feinkostprodukten beim „Tischlein deck dich“

Tischlein deck dich!



BY AMARIS & FRIENDS

Tischlein deck dich GbR, Untere Pforte 9, 59955 Winterberg

Amaris Olbrich

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



Stilvolle, trendige Mode.

klante

persönlich • modisch • exclusiv

Am Waltenberg 46 • Winterberg
02981-492 • www.mode-klante.de

6er Körner-Tüte

nur 4,65 €

Ishen®

Mein Bäcker mit Herz(lichkeit).

- Artgerechte Tierhaltung
- Saisonale Produkte direkt vom Hof.
- Bio-Eier von glücklichen Hühnern aus der Region
- Bio-Butter, Bio-Kartoffeln & Bio-Honig
- Bio-Rindfleisch aus eig. Aufzucht auf Vorbestellung
- Kontrollierter Biobetrieb nach DE-ÖKO-006

Kühlschrankverkauf ab Hof zur Selbstbedienung

Familie Althaus • Nägelesbach 2
59969 Hallenberg • Mobil 0172 564 31 86

24/7

Jahresmitgliederversammlung der Landfrauen OV Medebach

Die Versammlung findet am Samstag, 9. September, um 14 Uhr, im Katholischen Pfarrheim in Medebach statt. Unter anderem erfolgt die Ausgabe der neuen Pro-

grammhefte 2023/2024. Anschließend gemütliches Beisammensein bei Kaffee und Kuchen. Anmeldung bis 5. September bei Barbara Schröder, Tel. 02982 1042.

Begleitetes Pilgern von Soest nach Werl

Die Seele stärken und neue Kraft schöpfen. Wenn man seine bekannte Umgebung mal verlässt und tatsächlich einen anderen Ort aufsucht, so ist das eine mutige und erfüllende Herausforderung. Die Pilger brechen am Samstag, 2. September, um 7 Uhr an der Pfarrkirche St. Peter und Paul in Medebach auf. Sie starten mit dem PKW den Weg zur St. Patrokli-Kirche in Soest und dort besuchen sie auch die nahegelegene Wiesenkirche. Das Ziel des Fußpilgern ist die Wallfahrtsbasilika in Werl. Das

Teilstück bis Ostönnen wird mit dem PKW zurückgelegt. Von dort beginnt die acht Kilometer Fuß-Pilgerwanderung nach Werl durch das weite Feld der Soester Börde. Unterwegs wird in Westönnen unter fachkundiger Führung die neu renovierte Kirche St. Cäcilia erkundet und auch die Ruhestätte von Vikar Patrick Wegener besucht. Am frühen Nachmittag erreichen die Pilger die Wallfahrtsbasilika in Werl, wo sie empfangen werden. Eine rechtzeitige Anmeldung bis zum 1. September ist erwünscht, Tel.: 0160 92379087.

Fragen zur Verteilung?

HERR FALK · FON 02241 2600
mail@regio-pressevertrieb.de

www.regio-pressevertrieb.de

REGIO • pünktlich • zielerichtet • lokal
PRESSE VERTRIEB GmbH
Die Zeitungszustellgesellschaft der RAUTENBERG MEDIA KG

BESTATTUNGEN Bernd Braun

Fachgeprüftes und zertifiziertes Unternehmen

- ★ Persönliche Betreuung
- ★ 24 Stunden - Service im Trauerfall
- ★ Erd-, Feuer-, See-, Himmels- und naturnahe Bestattungen
- ★ Hilfe und Antragstellung bei Rentenangelegenheiten
- ★ Gestaltung individueller Trauerreden
- ★ Bestattungsvorsorge - Treuhandverträge
- ★ Solidar Sterbegeldversicherung
- ★ Finanzierungen möglich

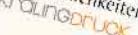
Hellenstraße 16 59955 Winterberg
0 29 81 - 454 und 01 71 - 503 77 65
info@bestattung-braun.de www.bestattung-braun.de

Bestattungsinstitut Falkenstein

Inhaber Bernd Braun

Medebach

www.bestattung-falkenstein.de

TRAUERDRUCKSACHEN
Persönliche Beratung und individueller Rundum-Service
nach Absprache in unseren Räumlichkeiten
in Kooperation mit  KNOEDINGERDRUCK



Hellenstraße 16 59955 Winterberg

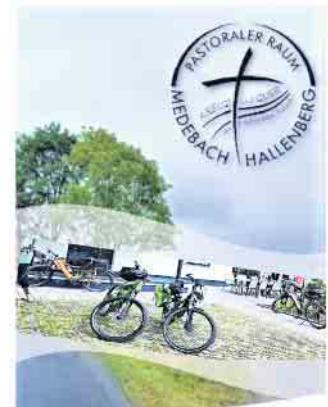
0 29 81 - 454 und 01 71 - 503 77 65

info@bestattung-braun.de www.bestattung-braun.de

Rad-Pilger laden zur Tagestour ein

Eine lange Strecke von 74 Kilometern legen die Radpilger auf dem Pilgerweg „kreuz und quer“ durch Ortschaften im Pastoralen Raum Medebach-Hallenberg zurück. Die Radfahrer werden geführt und nach dem Wunsch der Teilnehmer besuchen sie unterwegs pastorale Orte. Der Einstieg in die Tour ist in jedem Ort möglich und es können auch nur einzelne Wegabschnitte mitgefahren werden. Alle Teilnehmer erleben die abwechslungsreiche Landschaft durch Wiesen, Wälder und Felder und lebendig gestaltete Kirchen. Die Begegnungen mit gleichgesinnten Menschen macht die Radtour zum Erlebnis.

Start des Rundweges: Samstag, 9. September, um 9 Uhr ab Unterkirche in Hallenberg. Um circa 17 Uhr zurück an der Unterkirche/Wallfahrtskirche in



Rad-Pilgern – Tagestour 74 km
Pilgerweg „kreuz und quer“

Samstag, 9. September 2023 um 9:00 Uhr
Start des Rad-Rundweges: Unterkirche/Hallenberg
Marktinghäuser Str., 59909 Hallenberg
Anmeldung: 02984-8872 oder 0160-92379087

Hallenberg.

Anmeldung und Informationen bei Andreas Althaus, Tel. 02984/8872 oder 0160 92379087.

3. Hallenberger Regionalmarkt

An der Oldtimerhalle am 26. August

Auch dieses Mal steht Regionales im Vordergrund. An den Marktständen wird eine bunte Produktpalette angeboten. Fleisch und

Wurstwaren (Bio-, Wild- und Fleisch aus der Region) sowie Blumen, Pflanzen, Dekorationsartikel, Schmuck, Kerzen, Insektenhotels, frisches Brot aus dem Backhaus der Oldtimerfreunde, Nudeln, Bio-Eier, Eierlikör, Honig, Käse aus Rohmilch, Woll-/ Strickwaren von Alpakas, Rohwolle und Düngepellets aus Schafswolle und noch einiges mehr wartet auf die Besucher. Die Aussteller stehen natürlich auch für Tipps und Beratung zur Verfügung. Der kleine, gemütliche Markt lädt nicht nur zum Bummeln, sondern auch zum Verweilen ein; Anstoßen mit Freunden oder auf Freunde mit einem frisch gezapften Hallenberger Bier. Einfach das Leben oder einen besonderen Tag bei Leckerem vom Grill oder bei Kaffee und Kuchen genießen. Live dabei sein, wenn Schafe geschoren werden oder auch zusehen, wie leckerer Käse aus Rohmilch hergestellt wird.

Der 3. Hallenberger Regionalmarkt findet am Samstag, 26. August, von 9 bis 16 Uhr an der Oldtimerhalle (Weiherweg 15) statt. Die Oldtimerfreunde Hallenberg e.V. und alle Aussteller freuen sich auf viele Besucher.

Zu Gast bei Freunden

Deutsch-Israelischer Jugendaustausch

Hochsauerlandkreis. Zehn Jugendliche aus dem Hochsauerlandkreis und zwölf Jugendliche aus Israel nehmen in diesem Jahr am internationalen Jugendaustausch teil. Im ersten Teil der Jugendbegegnung waren zwölf israelische Jugendliche und zwei Betreuer zu Gast im Hochsauerlandkreis und in Berlin. Es wurden in der ersten Woche des Besuches gemeinsam die Höhepunkte in der Region besichtigt und an den Wochenenden hatten die israelischen Jugendlichen die Möglichkeit, vor Ort in den Gastfamilien aus dem HSK unterzukommen und einen Eindruck über das Leben hier zu gewinnen. Die zweite Woche verbrachte die Gruppe gemeinsam in Berlin. Das Programm bestand aus Freizeitspaß, Sehenswürdigkeiten, Kultur und Geschichte.

Vom 27. Dezember bis 7. Januar

werden die HSK-Jugendlichen im zweiten Teil der Begegnung nach Israel reisen und dort zu Gast bei Freunden sein.

Ziel des Austausches, der durch die Jugendförderung des Kreisjugendamtes organisiert wird, ist, dass sich die Jugendlichen als Menschen begegnen und kennen lernen und dabei kulturelle Unterschiede aber auch Gemeinsamkeiten feststellen. Durch die verschiedenen Programmfpunkte wurde die Vergangenheit in den Blick genommen und kulturelle Differenzen konnten überwunden und Vorurteile abgebaut werden. Auch für das nächste Jahr wird wieder ein Jugendaustausch geplant.

Mehr Informationen und Anmeldeformulare dazu sind zu finden auf der neuen Website des HSK: www.younghsk.de

Leistungsnachweis der Feuerwehren im HSK

Am 30. September in Hallenberg

Der Feuerwehrverband HSK führt jährlich einen Leistungsnachweis der Feuerwehren im Hochsauerlandkreis durch.

In diesem Jahr sind die teilnehmenden Feuerwehren am 30. September zu Gast in Hallenberg. Beim Leistungsnachweis der Feuerwehren stellen sich die teilnehmenden Gruppen und Staffeln insgesamt vier Übungsteilen, bei denen es zum einen um Schnelligkeit, aber auch um Genauigkeit geht: Der feuerwehrtechnische Teil besteht aus einer Einsatzübung - wahlweise als klassischer „Löschangriff“ oder aus dem Bereich der „Technischen Hilfeleistung“, bei dem das gewählte Einsatzszenario innerhalb von fünf Minuten abzuarbeiten ist.

Die weiteren Disziplinen sind ein Staffellauf, das Anlegen von Knoten und Stichen und ein theoretischer Fragenteil.

Um den Leistungsnachweis zu bestehen, dürfen die maximalen Zeitvorgaben und Fehlerpunkte der Übungsteile nicht überschritten werden.

Der diesjährige Leistungsnachweis wird von den Einheiten aus Hallenberg, Hesborn, Liesen und

Braunshausen gemeinsam organisiert.

Die Übungen zum Leistungsnachweis finden im Gewerbegebiet „Lehmbach“ (Betriebsgelände der Fa. Siepe) statt. Die Gruppen und Staffeln, die ihre Übungen bereits absolviert haben, finden sich anschließend zum gemütlichen Teil an der Schützenhalle Hallenberg ein, an der Getränke- und Imbissstände auf die hungrigen und durstigen Feuerwehrleute warten. Hier stehen dann der Austausch und die Pflege der Kameradschaft untereinander im Vordergrund, bevor um 18 Uhr die Ausgabe der Urkunden und der Leistungsabzeichen erfolgt. Für die musikalische Umrahmung der Veranstaltung sorgen DJ Robin Jungmann aus Braunshausen und die Stadtkapelle „Concordia“ Hallenberg. Natürlich sind auch alle interessierten Bürgerinnen und Bürger eingeladen, sich ein Bild von der Leistungsfähigkeit ihrer Feuerwehr zu machen oder sich an den Getränke- und Imbissständen zu stärken.

Die Einheiten der Feuerwehr Hallenberg freuen sich auf Ihren/euren Besuch.

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



filmtheater

WINTERBERG

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

SPIES Landschaftspflege

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

www.landschaftspflege-spies.de



**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

Seit 90 Jahren aus Leidenschaft zum Holz

Firma Wiese und Heckmann - ein Familienbetrieb mit Geschichte und Tradition!



Das Team der Wiese und Heckmann GmbH

Wiese und Heckmann steht für einzigartige und individuell geplante Holzbaulösungen: vom Carport über Anbauten, Aufstckungen und Einfamilienhäusern

bis hin zu gewerblichen Bauten und Mehrfamilienhäusern. Gebaut wird in moderner und zugleich traditioneller und nachhaltiger Holzbauweise, denn der Naturbaustoff

Holz kommt bei Firma Wiese und Heckmann am liebsten zum Einsatz.

In diesem Jahr hat das Unternehmen einen besonderen Grund zu

feiern, denn vor genau 90 Jahren wurde der Grundstein für die nun 90-jährige Firmengeschichte gelegt. Im Jahr 1933 gründete Paul Wiese im Ortskern von Elleringhausen sein Unternehmen. Sein erstgeborener Sohn und späterer Firmeninhaber Ludwig Wiese war zu diesem Zeitpunkt 4 Jahre alt. 1954 wurden die Örtlichkeiten im Ortskern zu klein und es erfolgte der Umzug zum heutigen Standort, direkt an der L743 zwischen Olsberg und Elleringhausen. Hier errichtete Ludwig Wiese ein Sägewerk und die Zimmerei.

1996 ging der Familienbetrieb dann an die Hände der 3. Generation über. Helmut und Hubertus Wiese übernehmen die Geschäftsführung von ihrem Vater. In den darauffolgenden Jahren entwickelt sich eine sehr gute Zusammenarbeit zwischen Firma Wiese und der Firma Ralf Heckmann aus dem



Ludwig Wiese 1956

nahegelegenen Brilon-Rixen. 2003 entschloss man sich die Kompetenzen der beiden Firmen zu bündeln, sodass aus der Ludwig Wiese GmbH die Wiese und Heckmann GmbH wurde.

Doch nicht nur die Firmen im Sauerland entwickelten sich weiter, auch mit dem Holzbau in Deutschland ging es stetig voran. Ein Zeichen für diese Weiterentwicklung ist der Erfolg der ZimmerMeisterHaus-Gruppe, ein Zusammenschluss aus regionalen und selbstständig agierenden Holzbaufirmen deutschlandweit. 1987 mit 17 Mitgliedern gegründet, gehören inzwischen rund 100 Manufakturen zur ZimmerMeisterHaus-Gruppe. 2006 wurde auch Firma Wiese und Heckmann Mitglied dieser erfolgreichen Gruppe. Die Weiterentwicklung des Holzrahmenbaus und Konzentration auf die Planung und Ausführung von modernen Holzbauten hatte im Jahr 2007 seine Folgen.

Das Sägewerk der Firma Wiese und Heckmann wurde geschlossen und abgerissen. Im gleichen Jahr wurde eine Montagehalle mit einer Grundfläche von 30 x 18 Metern und einer Höhe von 12 Metern errichtet. Ausgestattet mit einer 5-Tonnen-Kranbahn bietet sie optimale und witterungsunabhängige Bedingungen für die Fertigung von Holzrahmenbau-Elementen.

2020 wurde neben den Bauprojekten der Kunden ein weiteres eigenes Projekt realisiert. Das bestehende Bürogebäude wurde um einen zweigeschossigen und rund 225 Quadratmeter großen Anbau in Holzrahmenbauweise erweitert.

Anfang 2022 wurde die Unternehmensnachfolge neu geregelt. Helmut Wiese übergab die Geschäftsführung an seine Toch-



Produktionshalle Wiese und Heckmann GmbH

ter Katharina Wiese und damit an die 4. Generation. Im gleichen Zuge übernahm Ralf Obernosterer als langjähriger Mitarbeiter mit über 20 Jahren Betriebszugehörigkeit die Geschäftsführung von Ralf Heckmann.

Das Team von Wiese und Heckmann blickt stolz auf diese Firmengeschichte zurück und feiert am Samstag, den 02.09.2023 sein Jubiläum mit einer großen Jubiläumsfeier. Ab 11 Uhr sind hierzu alle Kunden, Geschäftspartner und Interessierten herzlich eingeladen. Am Betriebsgelände in der Elleringhauser Str. 10 in 59939 Olsberg gibt es für Groß und Klein reichlich zu entdecken. Neben einer kleinen Hausmesse mit Lieferanten und Nachunternehmen öffnet Fa. Wiese und Heckmann die Türen der Fertigung und des Bürogebäudes. Die kleinen Gäste können sich beim Nistkas-

tenbau im Holzbau üben oder auf der Hüpfburg tobten. Bei der Zimmerer-Challenge für Kids und Erwachsene und der Tombola für den guten Zweck gibt es attraktive Preise zu gewinnen. Und auch für

das leibliche Wohl ist mit gekühlten Getränken, Leckerem aus dem Food-Truck sowie Kaffee und Kuchen gesorgt. (Quelle Text: Wiese und Heckmann GmbH)



Firmengelände 1956

wiese(heckmann)
HOLZHAUSBAU.

Einfamilienhäuser | Anbau & Aufstockung
Mehrfamilienhäuser | Objekt- & Gewerbebau

Elleringhauser Str. 10 59939 Olsberg-Elleringhausen
Tel. 02962 / 9774 - 0 info@moderner-holzbau.de
Mehr Infos finden Sie unter: www.moderner-holzbau.de

ZimmerMeisterHaus
So geht Holzbau



VERLAGSSONDERVERÖFFENTLICHUNG

BIKEN IM



SAUERLAND

Natur pur genießen: Mehr Sicherheit & Spaß mit der Funktions-Sportbrille



Was viele nicht wissen: Sportbrillen unterscheiden sich erheblich von normalen Sonnenbrillen. Wer heute zum Sport geht, ist in der Regel bestens ausgerüstet, was das Equipment angeht: Sportausstattung und jede Menge Funktionskleidung. Dass auch die geeignete Sportbrille dazu zählt, wird leider oft vergessen.

Bei jedem Outdoor-Sport zählen vor allem die scharfe Sicht, perfektes Kontrast-Sehen und der Schutz der Augen vor UV-Licht und Umwelteinflüssen zu den wichtigsten Kriterien, um Sicherheit und Spaß zu garantieren. Wir fragen Ralf Gönnewig, Augenoptikermeister und Optometrist in Medebach, was heute eine gute

Sportbrille auszeichnet und warum es Sinn macht, auf Qualitätsprodukte zu vertrauen, auch wenn keine Fehlsichtigkeit vorliegt.

Sehleistung und Sport: Was ist wichtig zu wissen?

Ralf Gönnewig: Unser Auge muss beim Sport Höchstleistungen vollbringen, damit wir richtig reagieren können. Dies gilt übrigens für schnelle Sportarten wie Mountainbiken genauso wie für gemütliche Wanderausflüge. Eine optimale zentrale Sehleistung, gutes Bewegungssehen sowie feines Kontrast- und Farbsehen zählen

beispielsweise zu den komplexen Anforderungen an unser Auge. Die Augenmuskulatur ist deshalb ständig gefordert, die Sehleistung entsprechend an die aktuellen Umweltbedingungen anzupassen. Dies kostet viel Energie. Die Folgen bei Überlastung sind: Koordinationsprobleme, eingeschränktes Leistungsvermögen, schnellere Ermüdung, höheres Verletzungsrisiko, Unsicherheit und letztlich weniger Freude am Sport.

Was zeichnet heute eine gute Sport- bzw. Funktionsbrille aus?

Ralf Gönnewig: Es ist noch viel zu wenig bekannt, dass gute Sportbrillen mehr können als nur vor Sonneneinstrahlung und Wind zu schützen. Hochwertige Sportfassungen werden in über 150 Arbeitsschritten hergestellt. Profisportler testen die jeweiligen Prototypen und bringen ihre Erfahrungen in die Entwicklung ein. Zusätzlich finden aufwendige Simulationen und Tests bei den Herstellern statt. Eine hochwertige Sportbrille ist deshalb ein High-Tech-Gerät und auf die Anforderungen der jeweiligen Sportart optimal abgestimmt.

Warum eignet sich eine normale Sonnenbrille nicht für den Sport?

Ralf Gönnewig: Eine Sonnenbrille schützt in erster Linie vor UV-Licht und gilt heute als modisches Accessoire. Bei der funktionalen Sportbrille sind neben dem UV-Schutz ganz andere Gesichtspunkte



BIKEN IM SAUERLAND

wichtig. Sie muss so konstruiert sein, dass sie beispielsweise die richtige Belüftung der Scheiben sicherstellt.

Angelaufene Gläser sind nicht nur ärgerlich, sondern bergen für den Sportler unnötige Verletzungsgefahren. Dies gilt vor allem für bewegungsintensive Sportarten wie Laufen oder Radfahren aber auch für Wanderungen im abwechslungsreichen Gelände.

Natürlich spielen auch Eigenschaften wie der Tragekomfort und die Breite des Sichtfeldes eine große Rolle. Die passende Sportbrille sollte heute deshalb genauso selbstverständlich zur Grundausrüstung zählen wie der passende Sportschuh.

Wirkt sich die richtige Sportbrille auf die sportliche Leistung aus?

Ralf Gönnewig: Ja und zwar wesentlich mehr als weithin angenommen wird. Je anstrengender es für das Auge wird, die einströmenden Reize auszugleichen, um so mehr Energie muss der Körper investieren. Es gibt Studien, die von über 20 % des Energieumsatzes ausgehen, um die Sehleistung entsprechend den Gegebenheiten beim Sport anzupassen. Dies gilt übrigens nicht nur für Sportler, die auch im Alltag eine Brille tragen! So erfordern beispielsweise die ständigen Wechsel von Licht-Schatten-Verhältnissen - wie sie beim Laufen oder Wandern im Gelände ständig auftreten - vom Auge eine schnelle Reaktionszeit und eine hohe Anpassungsleistung. Ein auf die Sehleistung optimal abgestimmtes Brillenglas sowie die richtige Funktions-Filterfarbe entlasten das Auge erheblich. Der Sportler hat durch entspannteres Sehen mehr Energie zur Verfügung, die er dann in die sportliche Leistungsfähigkeit investieren kann.

Was muss man beim Kauf einer Sportbrille beachten?

Ralf Gönnewig: Der Augenoptiker ist nach wie vor der Spezialist, wenn es um gutes Sehen geht. Dies gilt bei der Funktionsbrille auch dann, wenn keine Fehlsichtigkeit vorliegt. Es ist deshalb sinnvoll, sich individuell und kompetent beraten zu lassen.



Augenoptik-Fachgeschäfte, die auf Sportoptik spezialisiert sind, bieten ihren Kunden neben einer fundierten Analyse und Sportoptik-Beratung auch einen professionellen Sehtest an. Dies kann der Sportfachhandel normalerweise nicht leisten, dort sind Sportbrillen meist nur als Mitnahmearkikel platziert.

Bei einer professionellen Beratung ist garantiert, dass Fassungs- und Funktionsfilterauswahl perfekt aufeinander abgestimmt sind. Fehlsichtige Sportler haben außerdem die Wahl aus drei verschiedenen Korrektionslösungen, um zusätzlich die individuelle Sehleistung zu optimieren: Kontaktlinsen, Direkt- oder Clip-Verglasungen.

Unser Fazit: Mit der richtigen Sportbrille haben Sie bei Ihrem Lieblingssport das optimale Rundumerlebnis.

Das Fachgeschäft Ralf Gönnewig
*Spezialist für Kinder-(WVAO) und Erwachsenenoptometrie(HWK)
*Seh-Experte für Leistungs- und Profisport
finden Sie in Medebach in der Hinterstraße 14,
gleich hinter dem Rathaus.
Weitere Infos: www.ralf-goennewig.de

„Qualität vor Zeitdruck“, eine unserer wichtigsten Kriterien für Deinen perfekten Sehkomfort. Ökologisch, sozial, fachlich ausgezeichnet – dafür steht Dein Wahre-Werte-Optiker. **Mehr Infos:** [#wahre-werte-magazin](http://www.wahre-werte-optiker.org)

sehen neu erleben
ralfgonnewig
Augenoptik - Optometrie - Kinderoptometrie

Hinterstraße 14 · 59964 Medebach
Tel. 02982-9299711 · www.ralf-goennewig.de

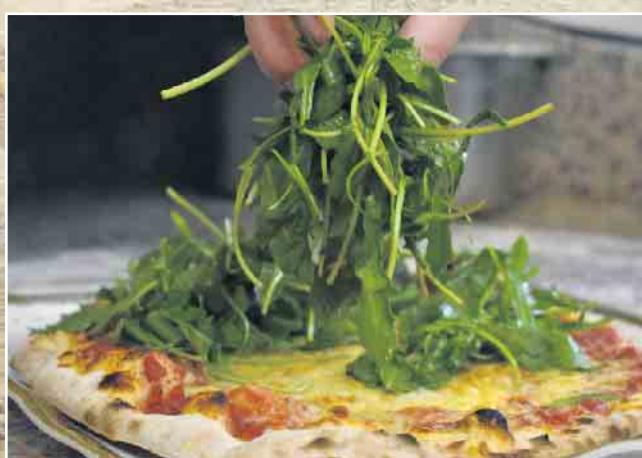


Das Team der Ruhrquellen-Hütte freut sich auf alle Gäste und Wanderfreunde!



Die Ruhrquellenhütte – das Ausflugsziel für Familien, Biker und Wanderer.

- + Durchgehend warme Küche
- + Umfangreiche Speisekarte
- + Hausgebackene Kuchen
- + Große Sonnenterrasse
- + Mountaintarts



RUHRQUELLEN HÜTTE

HAARFELDER STR. 101 | 59955 WINTERBERG
TELEFON 02981/3241 ODER 0160 8893269
INFO@RUHRQUELLE.COM | WWW.RUHRQUELLE.COM
IN DER SOMMERSAISON DO. - SO. AB 11.00 UHR

Gemütliche Bikeeinkehr

Die Ruhrquellen-Hütte bei Winterberg



Leckeres Schnitzelgericht in der Ruhrquellen-Hütte

Die Ruhrquellen-Hütte ist ein familienfreundliches Erlebnisziel für Radfahrer, denn sie bietet mit ihrer wunderschönen Umgebung Freizeitspaß pur. Inmitten vieler Bike- und Wanderwege, direkt am Rothaarsteig und Ruhrtalradweg gelegen, ist die Ruhrquellen-Hütte das ideale Ziel, um eine Tour zu starten oder eine gemütliche Pause einzulegen. Die große, einladende Außenterrasse ist super geeignet für sonnige Nachmittage oder um den Abend bei einem schönen Glas Bier ausklingen zu lassen. Die Hütte ist barrierefrei und ein großer, einladender Spielplatz ist nebenan für die kleinen Gäste vorhanden. Das freundliche Team der Ruhrquellen-Hütte

ist für alle Einkehrer im Einsatz. Ausreichend Parkmöglichkeiten sind vorhanden. Genial geeignet ist die Ruhrquellen-Hütte auch für diverse Familien- sowie für Betriebsfeiern auf Voranmeldung. Die Speisenkarte umfasst eine große Auswahl an Hauptspeisen, Pasta, Pizza und Kindergerichten. Ein besonderer Spaß und Nervenkitzel vom Feinsten bietet das Mountaintart, ein Downhill-Kart für den Liftbetrieb im Sommer. Durch sein flottes Design und sein leichtes Handling findet er bei Jung und Alt gleichermaßen großen Anklang. Sehr beliebt ist das Mountaintart für Kindergeburtstage oder Junggesellenabschiede. [BL]



Action und fun für Groß und Klein- das Mountaintart

BIKEN IM SAUERLAND

Rock mit „Mutants of Banana Street“

Bei Möppi in Winterberg

Einfach ausgefallen gut.- In der ganzjährig geöffneten Ski- und Wanderhütte „Bei Möppi“ erwarten die Gäste leckere Wildgerichte mit Fleisch aus der Region, aber auch süße und deftige Leckereien. Bei allen Gerichten sowie beim Barbecue wird stets besonders schmackhaftes und zartes Qualitätsfleisch aus lokaler und nachhaltiger Zucht verwendet. Rückverfolgbar von der Aufzucht bis zum Teller. Die Tiere sind in Ruhe und auf großen Weideflächen aufgewachsen.

In gemütlich-rustikaler Atmosphäre kann man in der barrierefreien Hütte gutes Essen und dazu heiße und kalte Getränke genießen. Möppis Küche ist wild und ausgefallen gut.- Einfach vorbeikommen und leckere Gerichte vom Grill und weitere kulinarische Köstlichkeiten schlemmen. Die Speisenkarte ist saisonal wechselnd mit Wild- und Fischgerichten. Diverse Burger und schmackhafte Steaks lassen kulinarisch keine Wünsche offen. Aber auch vegetarische Gerichte, Vorspeisen, Desserts und Kindergerichte werden hier in großer Auswahl und liebevoll zubereitet. Rockige Klänge und großartige Stimmung

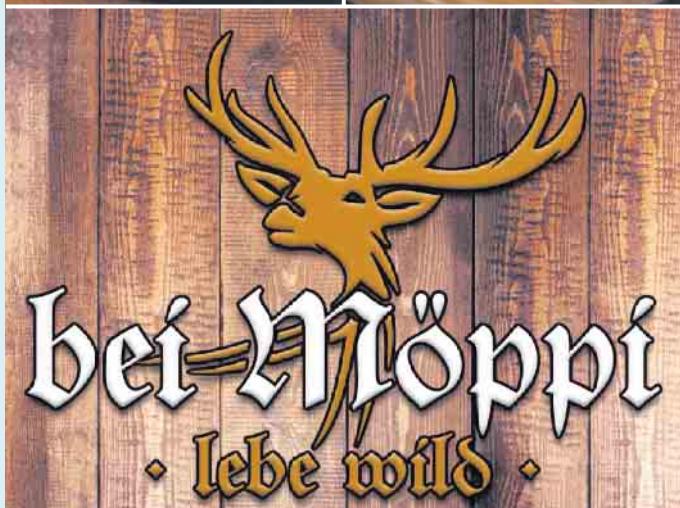


Kühle und zugleich coole drinks „Bei Möppi“

sind am Samstag, den 26. August ab 16.00 Uhr mit der Band „Mutants of Banana Street“ garantiert. Bei Möppi kann man die wilde Seite jeder Saison genießen. Hier treffen rustikales und stylisches Hüttenflair auf gleich drei Etagen, mit Winterbergs modernster und größter Erlebnisgastronomie aufeinander. Die große Außenanlage lädt bei gutem Wetter zum chillen ein. Bei gutem Wetter wird für die kleinen Gäste auch eine Hüpfburg aufgebaut. [BL]



Leckere Desserts „Bei Möppi“



Sa., den 26.08.2023 ab 16.00 Uhr

Rockige Klänge mit abwechslungsreichem
Programm aus Rock und Metal mit
‘Mutants of Banana Street’

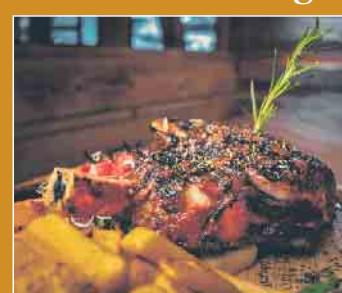
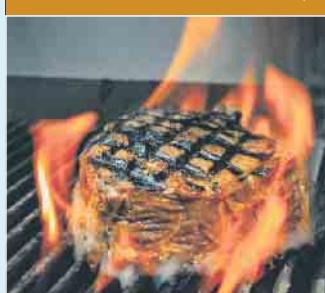
- Ausgefallen und wild
- Rustikaler, stylischer Hüttenflair
- BBQ und Burger mit regionalem Fleisch
- Saisonale und vegetarische Gerichte
- Großer Außenbereich
- Samstags immer mit DJ



Tel.: 02981/10 73

anfrage@bei-moeppi.de

In der Büre 32, 59955 Winterberg



BIKEN IM SAUERLAND

Liveauftritt von „No Porridge“

beim Landgasthof Schötties in Olsberg-Wiemeringhausen

In der Ortsmitte von Olsberg-Wiemeringhausen gelegen, befindet sich der Landgasthof Schötties. Er ist bekannt für feine, gutbürgerliche Küche mit gemütlichem und liebevollem Ambiente. Hier bleibt kein Auge trocken, denn im traditionellen Gasthof der Chöre kommt stets gute Stimmung auf. Der Wirt Christof Schötties betreibt den Gasthof mit Partyservice, Biergarten und Zimmern seit vielen Jahren mit viel Herzblut. Auch in diesem Sommer wird bei gutem Wetter im Biergarten gegrillt und Bike-Gruppen können bei großen Fleischplatten neue Kräfte sammeln.

Hinzu kommt am Samstag, den 09.09.2023 noch der Liveauftritt der Band „No Porridge“. Beginn ab 19.00 Uhr. Die Band tritt seit vielen Jahren im Landgasthof Schötties auf. Brillanter, ehrlicher Sound in Sachen Livemusik mit unvergessenen, gecoverten Mainstream-Rock- & Popsongs, überwiegend aus den 80ern, aber auch aus früheren und späteren Jahren. Tolles Programm, Spielfreude und ein authentischer, brillanter Sound machen „No Porridge“ zu einer ersten Adresse in Sachen Livemusik. Bei Kennern der Sauerländer Livemusik-Szene ist die



Die Band „No Porridge“

Band bekannt und wird somit sicherlich wieder zu einem unvergesslichen Abend im Landgasthof Schötties beitragen. **Bei gutem Wetter wird der Liveauftritt der Band im Biergarten stattfinden, ansonsten im großen Saal des Gasthofs.**

Feiern und Spaß haben ist hier

Programm. Kulinarische Sonderwünsche werden zusätzlich gerne umgesetzt. 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. Nach einer langen Biketour kann man im Biergarten mit Rondell bei gutem Wetter direkt neben dem Gasthof den Tag in gemütlicher Runde ausklingen lassen. Bei schlechtem Wetter natürlich auch in der Wirtsstube.

langt man direkt auf die aktuelle Speisenkarte auf der Websites des Gasthofs. Alle Speisen können einen Tag zuvor auf Bestellung gerne auch für zu Hause abgeholt werden. Vorbeischauen lohnt sich immer. [BL]



Biergenuss im Landgasthof Schötties

**LANDGASTHOF
SCHÖTTES**





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

Live-Auftritt
am Sa., 09.09.2023 ab 19.00 Uhr

- Gutbürgerliche Küche
- Grillen im Biergarten
- Partyservice
- Biker willkommen



Biketruppe vor dem Landgasthof Schötties

BIKEN IM SAUERLAND

Interessante Biketouren rund um Winterberg

Adrenalin und Abenteuer pur- ein Gespräch mit Uppu Gruß



Bei Uppus Bikewerkstatt und Bikeverleih gibt's Bikes für alle

Habt Ihr Euch schon einmal von erfahrenen Tourenguides über die schönsten Bike-Trails im Sauerland, rund um Winterberg führen lassen?- Bei Uppu in Winterberg werden Bike-Touren für Anfänger mit inbegriffener Einweisung an das Bike und für „Experten“, also ambitionierte Mountainbiker, Gruppen- sowie Einzelführungen angeboten. Alles persönlich von Hans-Josef Gruß (Uppu), der selbst passionierter Biker ist. Er selbst kennt jeden Trail in und um Winterberg und Umgebung. **Heutzutage kann man sich natürlich auch über eine App wie „Komoot“ oder „Outdooractive“ per Handy navigieren lassen.** Beide Apps wurden von der Stiftung Warentest mit „gut“ bewertet. Hierbei handelt es sich um ein Tourenportal mit Routenplaner für Outdoor-Sportler. Natürlich sollte man bei jeder Tour die Landschaft und die damit verbundenen Eindrücke genießen, kein Wettrennen aus einer Tour machen. „Es empfiehlt sich, vor der Tour einen Blick in eine Wanderkarte zu werfen, diese mitzuführen sowie sich mit der Route und den Ortschaften zu beschäftigen“, so Uppu Gruß.

Rund um Winterberg gibt es neun Kammwege, die beim Start einer Tour vom Kahlen Asten wegführen. Beispielsweise über die Hünau, die Ziegenhelle oder den Langenberg. Die Rückwege kann man somit gut über die Talwege planen, die stets zu irgendeinem Fluß

wie der Lenne oder Ruhr führen. Diese Talrouten führen durch das gleichnamige Lenne- und Ruhrtal, z.B. auch über den Wilzenberg, danach durch das Lennetal und Winkhausen.- Von jedem Endpunkt eines Kammweges kommt man wieder an einem Fluß heraus und kann von dort aus auch wieder zum Anfangspunkt der Tour fahren. Ambitionierten Bikern werden abwechslungsreiche und anspruchsvolle Trails und Downhills geboten. Firmen und größere Gruppen werden auf Wunsch individuell bei Uppu Biketours attraktiv zugeschnittene Angebote von ein- und Mehrtagestouren mit Verpflegung, Pausenstation und Übernachtung in urigen Unterkünften im Sauerland angeboten. Hier ist der Erfahrungsschatz mit kleinen Anekdoten aus vielen Routen sehr wertvoll. Informieren könnt Ihr Euch ganz unkompliziert telefonisch oder per E-Mail bei Uppu in Winterberg.

Service und Werkstatt rund ums Bike befinden sich hier ebenfalls direkt vor Ort, ganz zentral in der Mitte des Waltenberg, im Herzen von Winterberg. Über 30 Bikes stehen im Bikeverleih Uppu zur Verfügung. In den Reifengrößen von 20 bis 29 Zoll sind für alle Altersklassen passende und gut gewartete Mountainbikes vorhanden. Auch Damen- oder Kinderbikes können bei Uppu auf Anfrage ausgeliehen werden.



Uppus Bikewerkstatt und Verleih in Winterberg

Allerdings sind Begriffe wie „Damen- und Herrenräder“ in der heutigen Zeit des „gendern“ noch aktuell, aber neuzeitliche Bikes sind mehr und mehr für alle Ge-

schlechter, auch „Diverse“ geeignet und sind eher nur noch eine Frage des persönlichen Geschmacks.
[BL]



Geführte Biketouren & Bikeverleih

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

Am Waltenberg 19 · Winterberg
Telefon 02981 2220 · info@uppu.de · www.uppu.de

Strahlende Augen, Spiel, Spaß und Freude

Premiere des Kinderfestes in der Stadthalle Winterberg



Den ganzen Tag über durften sich die Organisatoren des Stadtmarketingvereins Winterberg mit seinen Dörfern über rege Resonanz freuen.
Fotos: Stadtmarketing Winterberg

Es wurde gelacht, getanzt, gesungen und vor allem gespielt: Die vom Stadtmarketingverein Winterberg mit seinen Dörfern organisierte Kinderfest-Premiere war ein voller Erfolg. Allein das Mitmach-Konzert mit dem Künstler „herrH“ lockte über 500 Mädchen und Jungen in die Stadthalle im Oversum. Dorthin war das Kinderfest aufgrund des vorhergesagten Regenwetters verlegt worden. „Eine absolut richtige Entscheidung, alle Gäste sowie unsere Partner, die für ein buntes Pro-

gramm gesorgt haben, waren rundum zufrieden“, so Nicole Müller, Projektmanagerin des Stadtmarketingvereins Winterberg mit seinen Dörfern. Auch im Verlaufe des Tages verzeichneten die Veranstalter eine konstant hohe Besucherzahl. Viele Familien, ob Winterberger oder Gäste, ließen es sich nicht nehmen, einen erlebnisreichen Tag in der Stadthalle zu verbringen. Nicht nur die jungen Besucher, auch die Eltern und Großeltern hatten richtig viel Spaß bei den zahlreichen Ange-



Das Mitmachkonzert von und mit „herrH“ war ein Glanzlicht beim Kinderfest im Oversum.

boten in der Stadthalle. Neben dem Mitmach-Konzert zählten auch die Hüpfburg sowie die Kindermodenschau zu den Glanzlichtern. „Ich könnte noch viele weitere Angebote aufzählen. Die Vielfalt war es für jede Altersgruppe, die das Kinderfest zu einem Erfolg gemacht hat“, so Nicole Müller. Strahlende Gesichter gab es zum Beispiel bei der Ballett-Aufführung „Raupe Nimmersatt“ vom Tanzstudio Alberti sowie bei den Beats von Life by Ergopraxen. Auch Winterbergs Bürgermeister Michael Beckmann zeigte sich hochzufrieden mit der Premiere: „Es war eine großartige Veranstaltung zum Ferienabschluss für unsere einheimischen Familien, die wir im kommenden Jahr wieder kurz vor dem Schulbeginn wiederholen werden. Ich habe mich sehr über die positiven Rückmeldungen von vielen Eltern gefreut.“

XXL-Kistenrutsche, Tattoos, leckeres Essen und vieles mehr
Vor, nach und zwischen den Dar-

bietungen auf der Bühne blieb viel Zeit, um sich richtig auszutoben, ohne auf die Regenwolken achten zu müssen. Spiel und Spaß garantierte zum Beispiel Lutz Katerbau mit der XXL-Kistenrutsche, dem Barfußweg, Curling und einer über 10 Meter langen Holzkugelbahn. Auch der DRK-Kindergarten begeisterte mit kreativen Tattoos, die Offene Tür bot Mitmach-Aktionen wie ein Scharadespiel an. Kinderschminken, Kinderyoga sowie ein Geschicklichkeitsparcours des Talentschuppen sorgten zudem für gute Laune in der Stadthalle. Auch für den kleinen und großen Hunger war natürlich gesorgt in und am Oversum. „Alle Besucher hatten richtig viel Spaß, die Freude war förmlich zu spüren. Dies gelingt nur mit guten Partnern, denen wir für ihr Engagement sehr danken. Es war ein toller Auftakt, wir freuen uns schon jetzt auf die Neuaflage“, so Nicole Müller.



Deutsche Versicherungsfinanz
 Eine gute Versicherung ist Gold wert...
Günstig versichert?



Nuhnetalstr. 52, 59955 Winterberg-Züschen
 Tel.: 0 29 81 - 78 75, Fax: 0 29 81 - 4 07
info@versicherungsfinanz.de



59909 Bestwig
Heinrich-Heine-Straße 3
02904/9849080

live erleben!

EINLADUNG ZUR MUSTERHAUSBESICHTIGUNG

Wir laden Sie recht herzlich ein,
samstags oder sonntags jeweils von 14 bis 17 Uhr
 unser Musterhaus in Bestwig zu besuchen. Holen Sie sich hier die Inspiration für Ihr Traumhaus und erleben auf 152 m² was ein Büdenbender Haus auszeichnet.
 Wir freuen uns auf Sie.





Büdenbender
Das Haus zum Charakter.



Viel Trubel herrschte bei der erfolgreichen Premiere des Kinderfestes in der Stadthalle Winterberg.



Wertvolle Abschlepp- und Schutzbriefleistungen

Zusammenarbeit Partner-Automobilclubs und Kfz-Meisterbetrieb Schäfer

Wer neue Ideen umsetzen will, braucht solide Grundlagen und erfahrene Partner. Kfz-Meister Herbert Schäfer ist seit 1998 der stolze Besitzer der in Küstelberg ansässigen Werkstatt, die seit 1968 existiert. 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 Uhr. Jeden Mittwoch und Freitag ist zudem eine Hauptuntersuchung (HU) und eine Abgasuntersuchung (AU) durch den DEKRA im Hause möglich. In Sachen Unfall- und Pannenhilfe setzt Herbert Schäfer auf schnelle und effektive Hilfe.

Der Kfz-Meisterbetrieb Schä-



Der Kfz-Meisterbetrieb schleppt jedes Fahrzeug sicher nach Panne oder Unfall ab

fer aus Küstelberg ist kompetenter Partner in Sachen Abschleppleistungen aller Art. Egal ob Auto, Quad, Motorrad oder E-Bike - das Team des Kfz-Meisterbetrieb Schäfer transportiert jedes Fahrzeug

sicher weg von der Unfallstelle in die Werkstatt. Das engmaschige Netz ausgewählter Partnerunternehmen ist hierbei 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 Reiseclub Deutschland).

Zunehmend nehmen die Versicherungen und Automobilclubs auch E-Bikes in die Schutzbrief-Leistungen mit auf. Bei einer Panne mit dem E-Bike kann man also auch die jeweiligen Schutzbrief-Leistungen nutzen, sofern man Mitglied in einer entsprechenden Versicherung oder einem Automobilclub ist, die diese neuen Leistungen anbieten.

Nebenbei kann sich der Kfz-Meisterbetrieb Schäfer seit über 20 Jahren zu den 500 Servicebetrieben mit rund 3000 Kfz-Fachleuten des ACE allein in Deutschland hinzuzählen. [BL]

ad AUTO DIENST

DIE MARKEN-WERKSTATT



Fair, kompetent, zuverlässig und nah.

Wir halten Sie mobil!

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

*Durch externen Dienstleister



DIE WERKSTATT KENNER
Empfehlungen vertrauen

GEPRÜFT
QUALITÄTS-WERKSTATT



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

SCHÄFER Kfz-Meisterbetrieb



Auto und Reiseclub
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.



Appetit auf Veggie wächst

Rezepttipps für eine abwechslungsreiche pflanzliche Ernährung



Veggie-Kost zum Schlemmen: Kürbis-Kartoffel-Puffer mit Erbsencreme und veganen „Fischstäbchen“. Foto: DJD/iglo/Annamaria Zinnau

7,9 Millionen Menschen in Deutschland bezeichneten sich in einer Umfrage aus 2022 selbst als Vegetarier, etwa 1,58 Millionen von ihnen ernähren sich sogar vegan - laut Statista fast eine halbe Million Personen mehr als im Jahr zuvor. Darüber hinaus verzichten immer mehr an einem oder mehreren Tagen der Woche bewusst auf Fleisch und Fisch. Das sorgt nicht nur für Abwechslung auf dem Speiseplan, sondern trägt zu einer gesünderen Ernährung bei und hilft beim Klimaschutz. Bei einer Bevölkerungsgröße von 80 Millionen macht die Vielzahl der kleinen Entscheidungen den Unterschied: Wenn alle ihren Fleischkonsum lediglich um die Hälfte reduzieren, hat das eine große Wirkung.

Mit Genuss ins pflanzliche Zeitalter starten

Eine vegane Mahlzeit pro Tag kann als persönlicher Start in das Veggie-Zeitalter dienen. Zu Beginn lassen sich etwa tierische Produkte in bekannten Rezepten ersetzen oder das eigene Lieblingsgericht veganisieren. Erfahrungen zeigen: Es braucht durchschnittlich nur 21 Tage, bis ein neues Verhalten zur Gewohnheit wird - ein Grund mehr, das eigene Essverhalten zu hinterfragen und sich

auszuprobieren. Noch mehr Spaß macht das in einer fröhlichen Runde mit Familie oder guten Freunden. Beim veganen Kochabend kann man sich gemeinsam durch das pflanzliche Angebot schlemmen. Mit einem Augenzwinkern rückt etwa der Veganosaurus bei iglo die Freude am Essen in den Mittelpunkt und weist auf die Klimarelevanz der Ernährung hin. Ob vegane Fischstäbchen, pflanzenbasierte Dino-Nuggets oder veganes Hühnerfrikassee - niemand muss auf seine Lieblingsgerichte verzichten. Und mit den passenden Rezeptideen wird Veggie zum besonderen Genuss.

Kürbis-Kartoffel-Puffer mit Erbsencreme und veganen „Fischstäbchen“

Zutaten für 4 Portionen:

400 g Hokkaido-Kürbis
300 g Kartoffeln
2 - 3 gehäufte EL Mehl
2 Zwiebeln
2 - 3 Knoblauchzehen
3 EL Olivenöl
1 Packung iglo Green Cuisine vegane „Fischstäbchen“
300 g iglo Gartenerbsen
60 ml Pflanzenmilch
Salz & Pfeffer
2 TL iglo Gartenkräuter
Kresse

Zubereitung:

Zwiebeln und Knoblauch klein schneiden. Den Kürbis grob und die Kartoffeln fein reiben und mit einem Teil der Zwiebeln und des Knoblauchs vermengen. Mit Salz, Pfeffer und Mehl mischen. Zu Puffern formen und in etwas Öl anbraten, bis sie goldbraun sind. Gleichzeitig die veganen „Fischstäbchen“ nach Packungsanweisung zubereiten. Die restliche Zwiebel-Knoblauch-Mischung in Olivenöl mit Erbsen anbraten. Mit einem Schuss Pflanzenmilch ablöschen und etwa sieben Minuten köcheln lassen. Gartenkräuter unterrühren und zu einer Creme mixen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Puffer mit der Erbsencreme und den veganen „Fischstäbchen“ toppen und mit Kresse garnieren. (DJD)

*Gutes aus der Region,
da steckt viel Herzblut drin!*

Unser BIO & REGIONALMARKT
findet dienstags & samstags
von 14 bis 17 Uhr
im Innenhof unseres Hotels statt.



Wir wünschen viel Spaß
beim Stöbern & Genießen.

CP Center Parcs
Park Hochsauerland
59964 Medebach

Gesuche**Kaufgesuch**

Kaufe Klaviere, Weine & Cognac
 Achtung sofort Bargeld für Näh-/Schreibmasch., Bücher, Tischwäsche, Rollatoren, Zinn, Tafelsilber, Münzen, Modeschmuck, Armband-/Taschenuhren, Bekleidung D/H! Kaufe alles aus Wohnungsauflösung. Tel.: 01634623963 Hr. Braun! Gerne machen wir Ihnen ein seriöses Angebot. Hygienevorschriften vorhanden

Familien
ANZEIGENSHOP



FGB 20-13
 43 x 90 mm
 ab 18,00*

Für alles was wirklich zählt!
shop.rautenberg.media

AUTO & ZWEIRAD

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



Die nächste Ausgabe erscheint am:

Freitag, 08. September 2023

Annahmeschluss ist am:

31.08.2023 um 10 Uhr

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

IMPRESSUM

RUNDBlick MEDEBACH

HERAUSGEBER, DRUCK UND VERLAG

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

V.i.S.d.P. Redaktioneller Teil:
 Bianca Breuer und Christoph de Vries
 Verantwortlich f. d. Anzeigen Teil:
 Dunja Rebinski

ERSCHEINUNG vierzehntäglich

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

Handhabung für unverlangt hereingegebene Pressematerialien

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

KONTAKT**MEDIENBERATERIN**

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

VERTEILUNG regio-pressevertrieb.de

Regio Presse Vertrieb GmbH
mail@regio-pressevertrieb.de

SERVICE Fon 02241 260-112

service@rautenberg.media

REDAKTION Fon 02241 260-250 /-212

redaktion@rautenberg.media

INFORMATION

info@rautenberg.media

RAUTENBERG MEDIA ONLINE

rautenberg.media
facebook.de/rautenbergmedia
twitter.de/rautenbergmedia
instagram.de/rautenberg_media
vimeo.com/rautenbergmedia

**ZEITUNG**

rundblick-medebach.de/e-paper

SHOP

rautenberg.media/anzeigen

LOKALER GEHT'S NICHT

Für Nordrhein-Westfalen publiziert Rautenberg Media über 80 Städte- und Gemeindezeitungen des Schwesterverlages **HBV** im Hauptstadtbüro in Berlin stehen ebenfalls mit dem Slogan „Lokaler geht's nicht!“ für Informationen der Bürgerschaft, für örtliche Werbetreibende und interessierte Leser in Brandenburg und Berlin. heimatblatt.de

WEITERE ZEITUNGEN VON UNS

Rund 50 Städte- und Gemeindezeitungen des

Schwesterverlages **HBV** im Hauptstadtbüro

in Berlin stehen ebenfalls mit dem Slogan „Lo-

kaler geht's nicht!“ für Informationen der Bürg-

erschaft, für örtliche Werbetreibende und in-

teressierte Leser in Brandenburg und Berlin.

heimatblatt.de

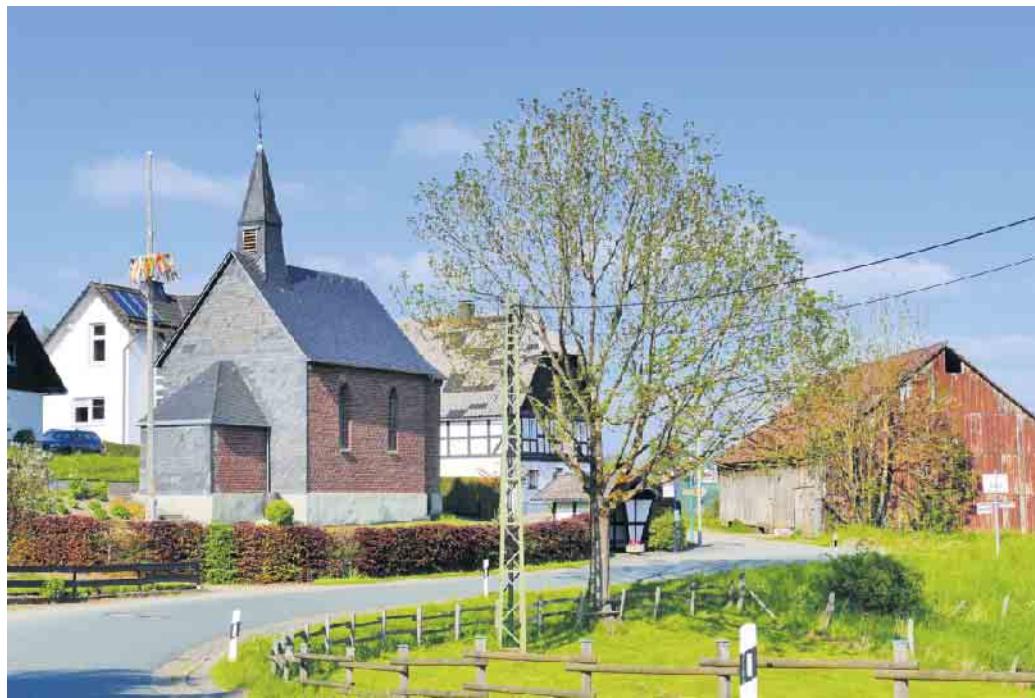
Darüber hinaus gibt es noch eine Vielzahl von

Sonderpublikationen, die meist im Bogen-

druck/Bilderdruktpapiere hergestellt werden

ZEITUNG**DRUCK****WEB****FILM**

RAUTENBERG MEDIA



Wissinghäuser Kapelle. Erbaut 1897 durch Wilhelm Lichte, vom Gehöft Lichte (Hermes). Foto: Heinz Kling

REGIONALES

Über 1.400 Gäste pilgerten zum Sparkassen Open Air 2023

Stadtmarketingverein Winterberg mit seinen Dörfern als Veranstalter sehr zufrieden

Drei stimmungsvolle Konzerte, zufriedene Veranstalter und begeisterte Festival-Besucher: So lautet das Fazit des „Sparkassen Open Air 2023“ in Winterberg. Trotz wechselhaftem Wetter zeigten sich die Organisatoren des Stadtmarketingvereins Winterberg mit seinen Dörfern sowie die Partner und Unterstützer sehr zufrieden mit der Resonanz der Konzert-Trilogie.

„Mit insgesamt rund 1.400 Konzertgästen und einer tollen Stimmung an allen drei Abenden hat sich erneut gezeigt, dass das Spar-

kassen Open Air auch 2023 ein tolles Event war, das aus dem Terminkalender für viele Winterberger und Gäste nicht mehr wegzudenken ist“, sagt Nicole Müller, Projektmanagerin des Stadtmarketingvereins Winterberg mit seinen Dörfern. Selbst das finale Konzert bei Regenwetter sei mit rund 300 Besuchern ein Erfolg gewesen. Bei den beiden Konzerten zuvor waren rund 600 sowie 500 Gäste an die Musikmuschel gegangen.

Auch die Rückmeldungen der Konzert-Fans waren durchweg posi-

tiv. „Wir haben sehr gute Resonanzen bekommen. Insbesondere die Musikauswahl wurde gelobt. Für jeden Geschmack war etwas dabei und dies wurde sehr honoriert. Ein großes Dankeschön geht an unsere Unterstützer Sparkasse Hochsauerland, Veltins und Westenergie AG sowie an die vielen heimischen Sponsoren, die uns ebenfalls finanziell unterstützt haben. Ohne sie wäre das Open Air nicht möglich. Wir freuen uns bereits auf die Neuauflage im kommenden Jahr“, so Nicole Müller abschließend.

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

**Ihre Caritas
Senioren- & Altenhilfe**


Pflege und Helfen
Leben und Wohnen

Seniorencenter St. Josef Hallenberg

- Wohngruppenkonzept
 - Leben in Einzelzimmern
 - Kurzzeit- & Verhinderungspflege
 - Mietwohnungen auf Wunsch mit Service
 - Essen auf Rädern
- Kontakt 02984 3040

**Sozialstationen
Winterberg & Hallenberg**
Kontakt 02981 6345

Medebach
Kontakt 02982 908888

Caritasverband Brilon


St. Franziskus-Hospital

Franziskusstrasse 2
59955 Winterberg

Telefon: 02981 802-0

Telex: 02981 802-4316

www.gesundheitszentrum-winterberg.de

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

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



APOTHEKEN-NOTDIENST

Apotheken-Notruf 0800 00 22833

Freitag, 25. August

Cosmas-Apotheke

Hinterstr. 11, 59964 Medebach, 02982/297

Samstag, 26. August

Priv. Marien-Apotheke

Oberstr. 10, 59964 Medebach, 02982/8559

Sonntag, 27. August

Upland Apotheke in Usseln

Korbacher Straße 3, 34508 Willingen, 05632/94930

Dienstag, 29. August

Upland Apotheke in Usseln

Korbacher Straße 3, 34508 Willingen, 05632/94930

Mittwoch, 30. August

Upland Apotheke in Usseln

Korbacher Straße 3, 34508 Willingen, 05632/94930

Donnerstag, 31. August

Upland Apotheke in Usseln

Korbacher Straße 3, 34508 Willingen, 05632/94930

Freitag, 1. September

Stadt-Apotheke

Nuhnestr. 3, 59969 Hallenberg, 02984/8397

Samstag, 2. September

Apotheke Adorf

Hauptstraße 2, 34519 Diemelsee, 05633/91230

Sonntag, 3. September

Kur-Apotheke

Poststr. 1, 59955 Winterberg, 02981/929500

Montag, 4. September

Priv. Marien-Apotheke

Oberstr. 10, 59964 Medebach, 02982/8559

Dienstag, 5. September

Upland Apotheke

Neuer Weg 7, 34508 Willingen, 05632/69344

Mittwoch, 6. September

Brunnen-Apotheke

Merklinghauser Str. 10, 59969 Hallenberg, 02984/2636

Donnerstag, 7. September

Franziskus-Apotheke

Poststr. 6, 59955 Winterberg, 02981/2521

Freitag, 8. September

Cosmas-Apotheke

Hinterstr. 11, 59964 Medebach, 02982/297

Samstag, 9. September

Berg Apotheke

Bergstraße 1, 34508 Willingen, 05632/6699

Sonntag, 10. September

Stadt-Apotheke

Nuhnestr. 3, 59969 Hallenberg, 02984/8397

Angaben ohne Gewähr

GEGEN GEWALT

Menschen, die Gewalt erleben oder erlebt haben.

• Telefon-Nummer für Frauen

0800 116 016

• Telefon-Nummer für Männer

0800 123 99 00

Wussten Sie eigentlich schon etwas über...

Beschwerdemanagement in der Pflege?

Teil 1

Heute möchte ich Ihnen darlegen, weshalb das Beschwerdemanagement innerhalb einer Pflegeeinrichtung so wichtig ist. Ganz ehrlich, ich habe mit dem Wort „Beschwerde“ ein kleines Problem. Für mich hat es einen total negativen „Touch“. Es müsste vielleicht „Verbesserungsmanagement“ heißen. Es ist doch von Interesse, was läuft gut und was läuft weniger gut innerhalb eines Unternehmens? Welche Bereiche (Tour, Büro, Hauswirtschaft und Essensfahrer) haben augenscheinlich Entwicklungspotential? Wenn sich das jetzt im Angesicht des chronischen Personalmangels auch etwas „schräg“ anhört, im Grunde genommen wird immer versucht, dem Patientenwunsch zu entsprechen. Das bedeutet, wenn es eben geht, werden z.B. Versorgungswünsche und Wunschzeiten berücksichtigt. Leider klappt dieses nicht immer, ich bin mir dessen bewusst. Ich höre immer wieder von unseren Mitarbeitern, dass die meisten ihrer Versorgungspatienten (+Angehörige) sich äußerst positiv, dankbar und anerkennend ihrem Einsatz gegenü-

ber äußern. Das zu hören, freut mich für die Mitarbeiter sehr! Es ändert zwar nichts an ungenügenden Rahmenbedingungen und Bezahlung, wiegt aber einiges Unschönes auf. Es ist Balsam für die Seele der Mitarbeiter. Auch im Betrieb wird an passender Stelle mit Lob nicht gespart. Trotzdem ist das Beschwerdemanagement wichtig und das für alle Beteiligten. Der Pflegedienst möchte sich ständig verbessern, denn Stillstand bedeutet Tod. Alle Mitarbeiter eines Betriebes sollten aus ihren Fehlern lernen und Schwachstellen beseitigen. Ich weiß es von mir selbst, im Laufe der Berufstätigkeit entsteht schon einmal ein s.g. „Tunnelblick“. Das bedeutet, meine Abläufe sind automatisiert und praktisch „eingefahren“, sodass etwaige andere gangbare Wege gar nicht mehr im Kopf zutage treten. Also etwas betriebsblind. Um so wichtiger wird das Beschwerdemanagement. Damit wird uns im Betrieb dann von „außen“ (Patient und Angehörige) ein „Fingerzeig“ gegeben „hier läuft etwas unruhig“. Für die Patienten und



ihre Angehörigen kann ein „gelebtes Beschwerdemanagement“ bedeuten, das sich im besten Fall für sie etwas zum Positiven verändert. So ist es geplant. Allerdings unterliegt auch das funktionstüchtige Beschwerdemanagement keinen Zauberkräften und kann keine Wunder vollbringen. Der Mensch freut sich aber auch über kleine Schritte der Verbesserung, oder? Welcher Art etwaige Beschwerden auftreten können, weshalb die Pflegebe-

dürftigen und ihre Angehörigen sich oft scheuen, Beschwerden zu äußern, schreibe ich im Teil 2. „Wie funktioniert praktisch das interne Beschwerdemanagement“ folgt dann im 3. Teil.

*Ihre unzufriedensten Kunden sind Ihre beste Lernquelle.
Bill Gates*

In diesem Sinne,
herzlichst
Petra Meyer



Besuchen Sie uns auf unserer Homepage www.apocare.info

Mobile Pflege und Hilfe zuhause



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

Nuhletalstraße 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 - 82 07 145
E-Mail apocare@t-online.de

**Zusatzangebot
Ihrer
Pflegekasse!**



Klar Schiff machen in der virtuellen Welt

Darauf sollten Bewerber bei der Pflege ihrer Social-Media-Profile achten



In der virtuellen Welt überzeugen: Stellensuchende sollten ihre Onlineprofile regelmäßig überprüfen und stets aktuell halten. Foto: djd/adeccogroup.de/Unsplash/Austin Distel



Willkommen an Ihrer neuen Wirkungsstätte – einem der höchstgelegenen Häuser im Sauerland. Eingebettet in die idyllische Naturkulisse aus Bergen, Wäldern und Seen, liegt die **ASTENHÖHE** inmitten des Wintersportparadieses Winterberg und in unmittelbarer Nähe zum Kahlen Asten. Das anspruchsvolle Anwesen bildet den Nebenwohnsitz einer Unternehmerfamilie. Für diesen exklusiven Privathaushalt suchen wir Sie als

Masseur*in/Physiotherapeut*in Teilzeit oder Honorar

Anstellung in flexibler Teilzeit nach Bedarf oder Vergütung auf Honorarbasis | **Vergütung ca. 100 Euro/Std.** | Vor-Ort-Behandlung von Familie und Gästen im hauseigenen Spa auf Abruf (zumeist am Wochenende)

Außergewöhnliche Leistungen

Hohe Ansprüche gehen für uns mit einer ansprechenden Entlohnung, einem attraktiven Gesamtpaket und aufrichtiger Wertschätzung Hand in Hand: Ausgezeichnete Verdienstmöglichkeiten | Dauerhafte, vertrauensvolle Zusammenarbeit | Einarbeitung Schritt für Schritt

Schreiben Sie uns einfach eine E-Mail mit Ihrer Kurzbewerbung an haushaltwinterberg@gmx.de. Fragen beantworten wir Ihnen unter +49 172 2529500. Gerne lernen wir Sie kurzfristig persönlich kennen. Wir freuen uns auf Sie.

würdigen Inhalten oder Schnappschüssen sein. Zudem werden viele Positionen direkt über Empfehlungen und Netzwerke besetzt. Ein aktives Auftreten auf geeigneten Plattformen kann sich somit auszahlen.

Der erste Eindruck zählt

Wie wirkt man auf Personen, die einen noch nicht kennen? Dies lässt sich herausfinden, indem man den eigenen Namen in die Suchmaschine eingeibt. Schließlich gehen auch Personalverantwortliche meist so vor, um herauszufinden, ob Bewerber zur Unternehmenskultur passen könnten. „Oft findet man bei der Onlinesuche lange vergessene Einträge wieder, die einem heute womöglich unangenehm sind. Ein regelmäßiges Aufräumen ist daher unbedingt zu empfehlen“, sagt Bastian Krapf von Adecco Personaldienstleistungen. Die Porträtfotos sollten aktuell sein und zum professionellen Anspruch passen. Noch mehr gilt das für Karriereportale wie LinkedIn oder Xing. Hier geht es vor allem um das digitale Selbstmarketing: Berufsstationen, Qualifikationen, aber auch persönliche Stärken dürfen selbstbewusst präsentiert werden. Tipp: Neben der aktuellen Berufsbezeichnung lassen sich dort Hashtags setzen, um mit Kernaufgaben und Kenntnissen leichter gefunden zu wer-



Einfach den eigenen Namen in die Suchmaschine eingeben: So lässt sich herausfinden, welchen ersten Eindruck man etwa auf Personalverantwortliche macht. Foto: djd/adeccogroup.de/Unsplash/dai-ke-Gkra

KARRIERE



den. Eine vollständige Übersicht der bisherigen Arbeitsstationen gehört ebenfalls zu den Grundlagen. „Wer darüber hinaus aktiv professionelle Inhalte erstellt, teilt und kommentiert, macht auf sich aufmerksam und zeigt die eigene fachliche Expertise“, erklärt Bastian Krapf weiter.

Systematisch aufräumen

Neben Karriere- und Businessplattformen tummeln sich viele heute ebenfalls in den eher privat ausgerichteten sozialen Medien. Doch auch hier sollten Bewerber seriös auftreten. Bilder, Beiträge, Kommentare und alles, was dem eigenen Ruf schaden könnte, soll-

te man tunlichst löschen - selbst wenn es sich buchstäblich um Jüngsünden handelt. Auf Facebook zum Beispiel kann man einschränken, wer einen auf Fotos markieren darf. Dadurch lassen sich unangenehme Überraschungen vermeiden. Unter adeccogroup.de etwa gibt es viele weitere Tipps für das digitale Eigenmarketing und die Jobsuche. Noch ein Tipp, der auf alle sozialen Plattformen zutrifft: Ein systematisches Aufräumen der eigenen Kontaktliste schafft Klarheit und sorgt dafür, dass man selbst relevantere Beiträge angezeigt bekommt. (djd)



Eigene Qualifikationen, Berufserfahrungen und Stärken darf man online selbstbewusst darstellen. Foto: djd/adeccogroup.de/Unsplash/Miguel Angel Miquelena

ARBEITEN IM PANORAMA

RESTAURANT | FOODTRUCK | IMBISS

DU (M/W/D) BEWIRBST DICH ALS:

**KOCH
SERVICEKRAFT
KÜCHENHILFE
REINIGUNGSKRAFT
STREETFOOD-MA**

IN VOLLZEIT, TEILZEIT, AUSHILFE, SCHULER/STUDENT

WIR BIETEN DIR:

SEHR GUTE BEZAHLUNG & ORDENTLICH ACTION

WG-ZIMMER IM WINTERBERGER ZENTRUM

TANKGUTSCHEIN / JOBTICKET ÖPNV

ÜBERSTUNDENZUSCHLAGE / FREIZEITAUSGLEICH

UNBEFRISTETER ARBEITSVERTRAG

KEIN TEILDIENST

UVM.

START
BONUS
500€
(NETTO)

Werde Teil einer tollen Crew!



PANORAMA RESTAURANT & CAFÉ
Kappe 2D | 59955 Winterberg | +49 (0)1514 6452275
info@panorama-winterberg.de

Der Brabander

Sauna & Spa

Orientalisch geniessen

Wellness-Paradies für Genießer

Sauna landschaft inclusive:

- Himalaya Sauna 90°C
- Eclipse Außensauna 95°C
- Rosentempel Sauna 65°C
- Edelsteindampfbad
- Infrarotsauna
- Freibad 30°C
- Tauchbecken "IceCube"
- Erlebnisduschen
- 3 verschiedene Ruheräume
- Balinesischer Garten
- Fußbäder

- Vitalisiertes Wasser
- Bio-Tee in verschiedenen Geschmacksrichtungen
- Bodyscrub-Gel
- und vieles mehr!



Preise

2 Stunden	€ 16,00
4 Stunden	€ 24,00
6 Stunden	€ 29,00
Day-Spa	€ 34,00

Inkl. Nutzung des bis 30° beheiztem Freibad

Auch als Gutschein möglich!

Familiensauna

Ab jetzt bieten wir auch die Möglichkeit um mit Badekleidung von unserer Sauna zu genießen.

Jeden Dienstag, Donnerstag und Samstag von 9.30 bis 11.00 Uhr

Erwachsene: € 13,-
Kinder (ab 3 Jahren): € 10,-

NEU!
Komplett erneuerter Außenbereich mit Tauchbecken

Sauna & Spa Der Brabander
Herrlohweg 8 - 59955 Winterberg
Tel.: 02981 932335 - www.saunawinterberg.de

Im Brabander Sauna & Spa die Seele baumeln lassen



Die ganze Welt vergessen und Entspannung pur mit vielen außergewöhnlichen Extras in der Saunalandschaft des Brabander genießen. Hier ist nicht nur der Hotelgast herzlich willkommen, sondern auch Bewohner und Gäste aus der ganzen Umgebung rund um Winterberg. Ob Stundenkarte, Tageskarte oder Zehnerkarte, hier ist für jeden etwas dabei. Die 90-Grad warme Himalaya-Sauna, das Edelsteindampfbad, der 60-Grad Rosentempel, die Infrarotsauna und die Eclipse-Außensauna laden zum entspannen und träumen ein. Das neue Tauchbecken „IceCube“ im komplett erneuerten balinesischen Garten sowie Fußbäder sorgen für die anschließende Erfrischung. Relaxen ist im gemütlichen Ruheraum mit Kamin, im neuen Ruheraum mit Wasserbetten oder im erneuerten Ruheraum im balinesischen Garten angesagt. Für Beauty und Wohlbefinden stehen diverse Kosmetikbehandlungen, Massagen und Anwendungen wie Brainlight- oder Hydrobettmassage im Angebot. Der Brabander Sauna & Spa besitzt auch ein beheiztes Freibad, dass durch die Wellness-Gäste genutzt werden kann. Bis zu 30° beheizt, mit rundum entspannenden Liegebetten, Palmensonnenschirmen mit Heizstrahlern und moderner Beleuchtung. Also ein kleines Stück Urlaubsgefühl direkt in Winterberg. Ganz neu ist die „Familiensauna“. Hier kann man jeden Dienstag, Donnerstag und Samstag von 9.30 - 11.00 Uhr mit Badebekleidung saunieren. Auch Kinder ab 3 Jahren sind herzlich willkommen. Eines ist sicher: Hier kann man die Seele baumeln lassen. Die Massagen und Kosmetikbehandlungen können auch prima in Form eines Gutscheins verschenkt werden. Oder doch etwas ganz anderes? Dann genießen Sie eine Wasserbettmassage oder testen Sie den Brainlightsessel. Hier vergisst man den Alltag sofort!

