



DIGITAL-ZEITUNG:
www.rundblick-hochsauerland.de

HANSE
STADT

rundblick

MEDEBACH

6. Jahrgang

Freitag, den 03. Oktober 2025

Nummer 20 / Woche 40

Alle 14 Tage in Ihrem Briefkasten

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

Jugendfeuerwehren stellen Können unter Beweis

Verleihung der Leistungsspange nach erfolgreicher Teilnahme

Jugendfeuerwehrleute aus dem gesamten Stadtgebiet Medebach haben erfolgreich bei der Abnahme der Leistungsspange in Bad Berleburg teilgenommen. Bei der Veranstaltung hatten die neun Jugendfeuerwehrleute verschiedene Auf-

gaben und Prüfungen zu absolvieren. Bewertet wurden die Leistungen in den Disziplinen Löschangriff, Schnelligkeitsübung, Kugelstoßen, 1.500 Meter Staffellauf, Fragenbeantwortung und das Auftreten der Gruppe. Mit insgesamt 21,6 von

möglichen 24 Punkten wurde eine sehr gute Leistung erbracht. Auf Grund der erfolgreichen Teilnahme wurde den Jugendfeuerwehrleuten die Leistungsspange, das höchste Abzeichen in der Deutschen Jugendfeuerwehr, verliehen. Zum Ab-

schluss des erfolgreichen Tages hatten die Jugendfeuerwehrleute ihre Betreuer und Ausbilder in das Feuerwehrhaus in Deifeld zu Leckereien vom Grill eingeladen. Dabei schaute auch der Leiter der Feuerwehr Medebach, Stadtbrandinspektor Herbert Kordes, vorbei und gratulierte den Jugendfeuerwehrleuten und Betreuern zur Verleihung der Leistungsspange und dem tollen Ergebnis.



Teilnehmer und Betreuer. Foto: Feuerwehr Medebach



Plakette fällig?

... auch bei uns wird die Hauptuntersuchung durchgeführt*

Schnurbus KFZ-Service



Vopeliusstraße 18 · 59964 Medebach · Tel. 02982 3083

Hauptuntersuchung: freitags 14.30 - 17.00 Uhr

*Abnahme erfolgt durch einen amtlich anerkannten Prüfingenieur der GTÜ.

GTÜ Prüf-
stützpunkt



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



DAT Prüf- und
Schätzungsstelle
Brilon

Niederstraße 14
59964 Medebach
Telefon 0 29 82 - 930 600
www.pflegedienst-huneck.de

Medebach
Winterberg
Hallenberg

HUNECK
HÄUSLICHER PFLEGEDIENST



24 h erreichbar!
Alle Kranken- und Pflegekassen.

DIENSTLEISTUNGEN

- Altenpflege
- Krankenpflege
- Behandlungspflege
- Betreuung zu Hause
- Hauswirtschaftliche Versorgung
- Medizinische Fußpflege
- Beratung der Angehörigen



„Wir im HSK“

LandFrauen OV Medebach richtet Event aus

Von Heike Siebert

Die LandFrauen des OV Medebach stellten bei dem Event im August ihren Ort und die Ortsteile vor, wozu die Mitglieder aus anderen Ortsverbänden des HSK eingeladen wurden.

Die Medebacher LandFrauen boten neben einer Stadtführung, Besuch des Center Parks sowie einer Besichtigung der Kaffeerösterei Langen für alle Interessierten an.

Anschließend traf man sich im St. Sebastianssaal der Schützenhalle zum anschließenden Kaffeetrinken mit reichhaltigem Kuchenbuffet.

Es wurde selbst gebackener Kuchen angeboten.

Monika Schmiedeler stellte in einem Vortrag Medebach und seine Ortsteile vor und der stellvertretene Bürgermeister Frank Linnekugel begrüßte in einer Ansprache die Anwesenden.

Man kann abschließend sagen, es war ein gelungener Tag und das Wetter spielte mit.



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

rundblick
HANSE
STADT **MEDEBACH**

Alle 14 Tage in Ihrem Briefkasten

**HALLO PRESSESPRECHER/INNEN
PRESSEBEAUFTRAGTE**

der **VEREINE – KIRCHEN – SCHULEN** und
anderer Organisationen

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

 **RAUTENBERG
MEDIA**

Wir freuen uns auf Sie!

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



Der Lions Club informiert

Obwohl der Monat September hat gerade begonnen hat, befinden sich die Vorbereitungen für die Erstellung des diesjährigen Adventskalender bereits in einer intensiven Phase. Alle Sponsoren, die uns die vergangenen Jahr bereits intensiv unterstützt haben, sind wieder mit im Boot. In der nächsten Phase werden die Spenden den Tagen im Dezember zugeordnet und alsbald in den Druck gegeben. Wenn sie für 7 Euro einen Adventskalender er-

werben, unterstützen sie den Lions Club bei der Verwirklichung seiner zahlreichen sozialen Projekte und mit etwas Glück gehören sie zu den Gewinnern der zahlreichen Preise.

Mit dem Erlös aus dem Verkauf der Adventskalender unterstützen wir folgende Projekte: regelmäßige Spenden für die Warenkörbe in Winterberg und Medebach, Förderung des Lesewettbewerbs in der Grundschule Winterberg, festliches Weihnachtssessen für Kun-



den der Warenkörbe in Winterberg und Medebach, Spenden für Hochwasseropfer, Förderung des

Malwettbewerbs in der Sekundarschule und weitere sich in Vorbereitung befindliche Aktivitäten.

Medebacher Wanderwoche im goldenen Oktober

Verträumte Pfade, fantastische Ausblicke und edle Tropfen - mit allen Sinnen genießen

Medebach. Vom 4. bis 11. Oktober können sich Outdoorfans auf eine aktive Auszeit in der bunten Herbstlandschaft des Hochsauerlandes freuen. Entdecken Sie mit Gleichgesinnten die Schönheit der Medebacher Bucht und erleben Sie emotionale und topografische Gipfelmomente!

Qualifizierte Wanderführerinnen und Wanderführer bieten täglich attraktive Themenwanderungen im Luftkurort Medebach an. Die vielfältige Auswahl reicht vom Kräuterspaziergang über die Geoparkführung bis hin zu den beliebten kulinarischen Wanderungen. Zum Auftakt stehen „Verträumte Pfade rund um Medebach“ auf dem Programm. Die Teilnehmer genießen auf 13 Kilometern neben traumhaften Ausblicken auch regionale Köstlichkeiten.

Der Geoparkführer bietet eine Wanderung auf dem Premiumweg „Geologischer Rundweg“ an. Ursprüngliche Steinbrüche geben Einblick in die Erdgeschichte, wunderschöne Aus- und Fernblicke gibt es on top.

Die Open Mind Places im Ortsteil Referinghausen laden zum Entschleunigen, Innehalten und Verweilen ein. Entlang der Kunstwerke des Architekten Christoph Hesse wird eine geführte Tour angeboten; der Guide spricht Deutsch und Niederländisch.

Zum Abschluss der achttägigen Wanderserie dürfen sich die Genusswanderer auf die beliebte Weinwanderung freuen: In eige-



Impressionen einer vergangenen Wanderung. Foto: Touristik-Gesellschaft Medebach mbH

nem Tempo erwandern die Teilnehmer die fünf Stationen mit deutschen Qualitätsweinen und Snacks, entdecken dabei den Sauerland-Seelenort „Kahlen“ mit der kleinen Kapelle und das alte Klosterhof Glindfeld.

Alle Wanderungen im Kurzüberblick:

4. Oktober: Kulinarische Wanderung „Verträumte Pfade rund um Medebach“
5. Oktober: Geoparkführung - Steinbrüche als Fenster in das Erdaltertum
6. Oktober: Kräuterspaziergang am Abend - Thema Beeren und Samen
7. Oktober: Medebacher Bucht mitten in traumhafter Natur

8. Oktober: Sauerland-Seelenorte - Begegne Dir selbst
9. Oktober: Open Mind Places (D/NL)

10. Oktober: Auf den Spuren des feurigen Elias auf dem Kleinbahnwanderweg

11. Oktober: Weinwanderung Medebach - Wandern und genießen

Eine vorherige Anmeldung zu den Wanderungen ist erforderlich! Es können Einzelveranstaltungen oder die ganze Woche gebucht werden.

Weitere Informationen und Anmeldung unter www.medebach-touristik.de oder unter +49 2982 9218610.

rundblick
HOCHSAUERLAND

LOKALES

ONLINE:

**RUNDBLICK-
HOCHSAUERLAND.DE**





Foto: Sophie Mettken

Klauke

- Garten- und Landschaftsbau
- Floristik
- Gärtnerei
- Grabpflege

Gartenbau Klauke
www.gartenbau-klauke.de
 Nuhntalstraße 74
 59955 Winterberg Züschen
 Telefon 02981 - 27 93
 Mobil 0170 205 34 23

Goldschmiede Beste seit 1945

Ankauf aller Edelmetalle -

Anfertigung von Schmuck mit Diamanten - Hochzeits- & Verlobungsringen

Die besten Preise beim Goldschmiedemeister. Wir rechnen nach Tageskurs!

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

Brot des Monats

Erntedank-Brot

Jschen 

Mein Bäcker mit Herz(llichkeit).

Bunter Herbstmarkt in der Schützenhalle Düdinghausen

Der Herbst ist da, die Tage werden kürzer und die Natur zeigt all ihre bunten Facetten. Genau so bunt wie die Jahreszeit, präsentiert sich auch der Herbstmarkt in Düdinghausen, zu dem der Ortsbeirat am Sonntag, 12. Oktober, einlädt.

Um wetterunabhängig zu sein, findet das Marktgeschehen in der Schützenhalle statt.

Das bunte Markttreiben wird um 10 Uhr eröffnet und lädt zum schauen, stöbern, verweilen und kaufen ein. Es erwarten die Besucher vielfältige Dekorationsartikel, Gestecke, Strickwaren, Schmuck, frisch gepresster Apfelsaft, Liköre, Wildspezialitäten, Honig und vieles, vieles mehr.

Die Veranstaltung mit ihren zahlreichen Angeboten verspricht gemütliche Stunden für die ganze Familie und vielleicht ist auch schon das ein oder andere Geschenk für Weihnachten dabei. Für das leibliche Wohl der Besucher wird ebenfalls gesorgt. Als Spezialität gibt es den Original-Düdinghäuser Lammburger vom Bio-Schaf. Darüber hinaus betreibt der Veranstalter vor der Schützenhalle einen Getränke- und Imbissstand und bietet u. a. auch frisch gebackene Kartoffelpuffer an. Die Cafeteria der Frauengemeinschaft in der Schützenhalle rundet das kulinarische Angebot des Herbstmarktes ab.

Warum heute noch Kirche? Ü-Sechziger-Nachmittag im Kolpinghaus Medebach

Am Mittwoch, 8. Oktober, findet um 14:30 Uhr, im Kolpinghaus Medebach der nächste Ü-Sechziger Treff-Nachmittag statt. Es gibt, wie gewohnt, zunächst Kaffee, Kuchen, Schnittchen und dazu gute Unterhaltung.

Nach dem Kaffeetrinken spricht der Religionslehrer des Gymnasiums Winterberg, Herr Frank Dommes-Leber, zum Thema: „Warum

es sich lohnt, heute noch in der Kirche zu leben und zu arbeiten!“ Danach ist Gelegenheit zum Gespräch und zur Diskussion mit dem Referenten.

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

Richard Canisius, Pressewart der Kolpingsfamilie Medebach





Herbstliche Dekorationen im „Tischlein deck dich“ in Winterberg



Herbstliche Accessoires beim Tischlein deck dich

Die gemütliche Jahreszeit hat begonnen und das zeigt sich in herbstlichen Farben auch im „Tischlein deck dich“, Am Waltenberg 40 in Winterberg: Herbstliche Accessoires für die perfekte Deko von **HOME SOCIETY** in Form von hölzernen Eichel- und Tannenzapfen-Aufhängern; dazu passenden Teelicht-Gläsern in verschiedenen Größen, ebenfalls in Tannenzapfenform; verspielten Kerzenhaltern, Vasen sowie Kerzen in Form von Kürbissen; hübschen Vögeln aus Glas und originellen Kuschelkissen- alles in natürlichen Farben. Alles vervollständigt für den per-

fekt gedeckten Tisch der Marke **ihr** runden die Servietten, Topfhandschuhe, Geschirrtücher und Tabletts mit diversen Herbstmotiven und erdigen Naturfarben alles ab.-

Da kann der Familienbesuch vorbeikommen und sich wohlfühlen. Jetzt am besten selbst vor Ort bei einem gemütlichen Einkaufsbummel bei Kaffee mit Kuchen in Winterbergs Innenstadt überzeugen.-

Noch bis November haben in Winterberg alle Geschäfte auch sonntags geöffnet. - Das Team vom „Tischlein deck dich“ freut sich auf Ihren Besuch. [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

Erleben Sie den Jahreswechsel 2025 / 2026 im Oversum Ski- & Vitalresort!

Ihr besonderer Silvesterabend...

- Silvester Gala-Buffet
- Pauschale mit ausgewählten Getränken
- Live-Band & Entertainment
- Mitternachtssnack
- Glas Sekt zum Jahreswechsel
- Kinderbuffet



199 Euro pro Person

Kinder von 0 – 12 Jahren: 39 Euro

Kinder von 13 – 16 Jahren: 139 Euro

Tickets buchbar per Telefon unter
02981 / 929550 oder per E-Mail
an info@oversum-vitalresort.de

ANZEIGEN . DRUCK . WEB . FILM PROSPEKTVERTEILUNG . BANNER



Ihre **DIGITAL-AUSGABE:**
www.rundblick-hochsauerland.de



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

ZEITUNG
Lokaler geht's nicht.

DRUCK
Satz. Druck. Image.

WEB
24/7 online.

FILM
Perfekter Drehmoment.

rundblick
HANSE
STADT MEDEBACH

DIGITAL-ZEITUNG:
www.rundblick-hochsauerland.de

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



MEDIENBERATERIN
Birgit Lauber

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



Ehrenamtsfest im Ev. Gemeindezentrum Medebach

„Herzlichen Dank, dass ich mit dabei sein durfte! Großartig, wie viele Menschen sich engagieren und füreinander da sind. Und wie gut, dass neben der vielen Arbeit auch das Feiern nicht zu kurz kommt!“

Diese Worte schrieb die Superintendentin des Ev. Kirchenkreis Siegen Wittgenstein, Kerstin Grünert, in das Gästebuch der Ev. Friedenskirchengemeinde Hochsauerland. Bürgermeister Thomas Grosche und Pastor Norbert Abeler bekräftigten diese Worte schwungvoll mit ihren Unterschriften.

64 Gäste, Vertreter*innen der Medebacher Vereine und aller politischen Parteien, Gemeindemitglieder und weit angereiste Besucher*innen erlebten einen festlichen Nachmittag am 13. September.

Der Chor „Klangfarben“ aus Münden eröffnete die Feier. Superintendentin Kerstin Grünert, Pastor Norbert Abeler und Bürgermeister Thomas Grosche dankten in ihren Grußworten für die Einladung.

Pfrin. Dr. Sandra Gintere hieß die Gäste willkommen und hielt eine Andacht zum Thema Arbeit, hier insbesondere ehrenamtliche Arbeit:

Millionen Menschen engagieren sich freiwillig – allein in NRW wer-



den dadurch jährlich 700 Millionen unbezahlte Arbeitsstunden geleistet, die gesellschaftlich extrem wertvoll sind. Das gilt entsprechend auch für Medebach. Das ehrenamtliche Engagement der Bürger*innen in hiesigen Kirchengemeinden, Vereinen und Vereinigungen sind der Kitt, der unsere Stadtgesellschaft zusammenhält.

Trotz Wahlkampfterminen gratulierten persönlich der 1.stellv. Bürgermeister, Frank Linnekugel und der 2.stellv. Bürgermeister, Michael Papenheim, um Dank und Grüße zu überbringen.

Presbyter Ralf Schumacher überreichte Pfrin. Dr. Sandra Gintere und Gottfried Bäumer Brot und Salz: ein Willkommensgruß der Kirchengemeinde mit Segenswünschen zum Einzug in die Wohnung im Gemeindehaus. Die auf ausdrückliche Einladung von den Gästen besucht werden durfte.

Christa Westerholt zauberte einen Augen- und Gaumenschmaus: ein reichhaltiges Torten/finger-

food-Büfett erfüllte jeden kulinarischen Wunsch.

Poetin Marlies Strübbe aus Dodinghausen las ein humorvolles Ehrenamtsgedicht und eine Geschichte mit überraschendem Ausgang vor, die sie speziell für dieses Fest geschrieben hatte.

Leider ermöglichte das kühle Wetter es nicht wie angekündigt, im Pfarrgarten unter den alten Bäumen zu feiern. Dennoch, Unterhaltungsmusik im Saal sorgte für gute Stimmung, lud ein zum Austausch und Erinnern, und

schließlich zum fröhlichen Tanzen. Flusssteine aus der Aar in Hillershausen sammelt Ulla Mikoll, beschriftet sie mit Poesie und schmückte mit ihren einzigartigen kleinen Kunstwerken jeden Tisch. Diese Steine durften als willkommenes Geschenk mitgenommen werden.

Und für alle, die sich nach diesem gelungenen Fest verabschiedeten, gab es ein „Giveaway“: ein Dank der Gemeinde, ein kleiner Genuss für zu Hause!

Irmtraud Ruder



Fotos: Jürgen Grosche



Fragen zur Verteilung?

mail@regio-pressevertrieb.de

www.regio-pressevertrieb.de

REGIO • pünktlich • zielgerichtet • lokal
Die Zeitungszustellgesellschaft der RAUTENBERG MEDIA KG

Lichterwallfahrt im Pastoralen Raum mit eindrucksvoller Farblicher-Stimmung in Düdinghausen

Medebach/Hallenberg: Düdinghausen bot bei der 18. Lichterwallfahrt des Pastoralen Raum Medebach-Hallenberg einen stimmungsvollen Lichterweg durch den Ort. Zahlreiche Gläubige aus den umliegenden Gemeinden nahmen aktiv daran teil, denn das Vorbereitungsteam hatte dazu eingeladen, um über die Bedeutung „der Versöhnung“ nachzudenken. Zunächst hatten Wallfahrer aus dem umliegenden Gemeinden bereits eine Fußwallfahrt von Medebach, Oberschledorn, Deifeld und Referinghausen aus gestartet, bis sie am Freistuhl in Düdinghausen angekommen waren. An diesem historischen Gerichtsplatz, an dem schon viel Recht gesprochen wurde, hatten sich bereits Pilger versammelt. In der gemeinsamen Andacht wurden viele Texte, Gebete und Meditationen eingebunden, die zur persönlichen und gemeinschaftlichen Reflexion über „Versöhnung leben“, Neubeginn und Hoffnung anregten. Zu den besonderen Momenten der Wallfahrt trugen die Vertreter der verschiedener Gemeinden beim Vortragen der thematischen Texte und Gebete bei. Entlang des Wallfahrtsweges erlebte jeder Wallfahrer für sich ganz neu auch das Gehen im Dunkeln in der Natur. Der oft augenscheinlich in der Nacht schwer sichtbare Weg und das Kerzenlicht, das viele in der Hand tru-

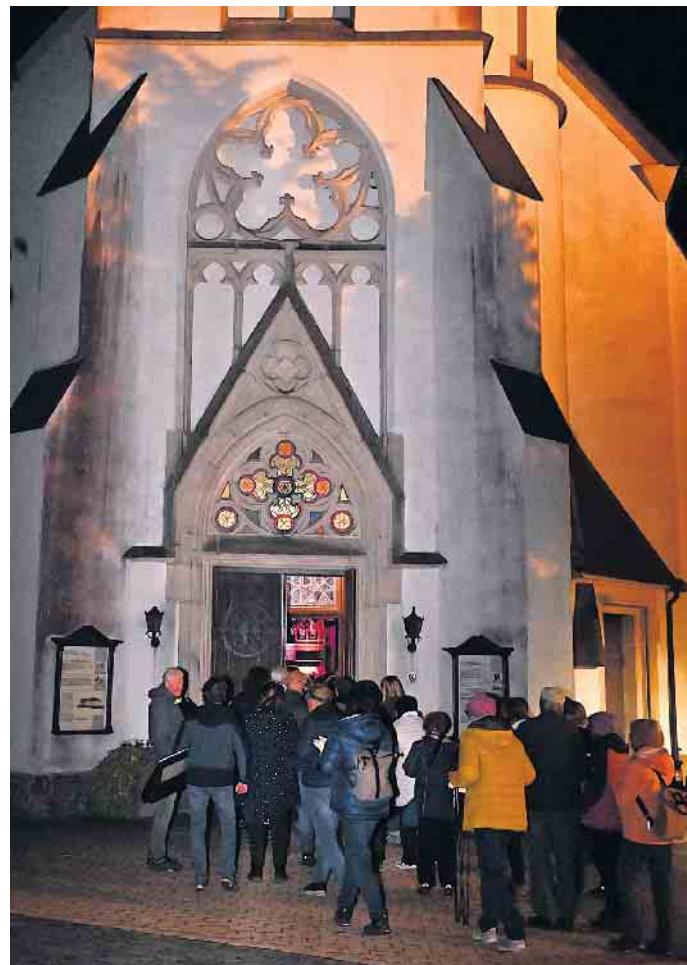
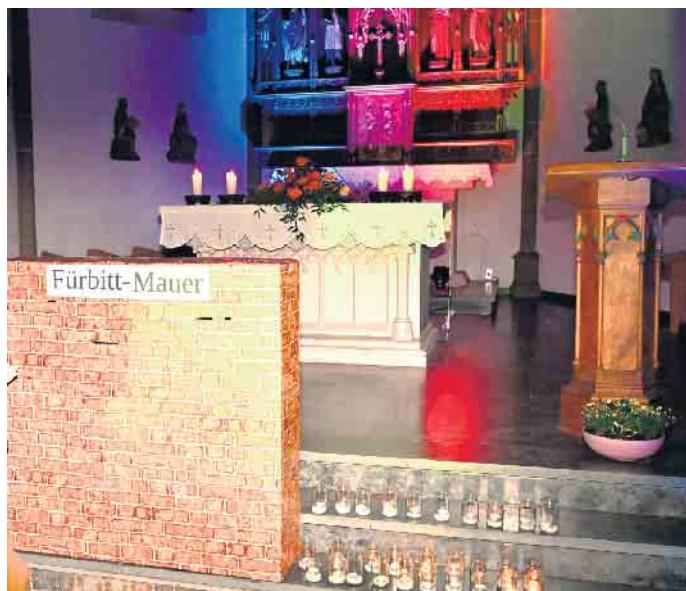


gen, vertiefte bei den Teilnehmern das persönliche Wallfahrtserleben. Die meditative, feierliche Stimmung verstärkte der Chor Incantabimus gefühlvoll mit passend ausgesuchten Liedbeiträgen. Die Wallfahrt verlief dann weiter in den Ort Düdinghausen und bezog als Station das Kreuz an der Schützenhalle ein mit dem Schwerpunktthema „Versöhnung durch Gemeinschaft“. Den Abschluss fand die Wallfahrt in der Kirche St. Johannes Baptist mit inhaltlichen Aspekten des Spruches: „Zur Versöhnung gehört auch die Bereitschaft zum Frieden“. Die Gemeinschaft und das gemeinsame Gebet unter freiem Himmel erlebten die Teilnehmenden als besonders verbindend. Musik, gemeinsames Singen und kurze Impulse zu alltagsnahen Fragen der Versöhnung konnten

die Teilnehmenden anregen, sich neu auf die Kraft der Vergebung und Hoffnung einzulassen. Beim feierlichen Abschluss in der Kirche hatten die Wallfahrer Gelegenheit erhalten, an der eigens errichteten Fürbitt-Mauer vor dem Altar ihre ganz persönliche Bitte zu formulieren. Der Chor Incantabimus schuf dabei eine spürbar besinnliche Atmosphäre, die zur

Vertiefung des Glaubens beigetragen hat.

Durch die Gemeinschaft, das Teilen von Freude sowie das gemeinsame Singen und Beten ist ein intensiver Zusammenhalt und eine starke Verbundenheit innerhalb der Gruppe entstanden. Die Wallfahrer freuen sich schon jetzt auf die Lichterwallfahrt im nächsten Jahr.



Kulinarische, herbstliche Highlights am Schloßberg

Das neue Team vom Schlossberg freut sich auf Euch und hat in den nächsten Wochen einiges vor: lasst euch überraschen:

Gerne könnt ihr auch Eure Familieneifer, Firmenpartys oder Weihnachtsfeiern bei uns anmelden wir helfen Euch dabei, einen schönen, unvergesslichen Abend zu organisieren.

Für **Weihnachtsparty**s haben wir noch einige Termin offen, auch an Silvester sind noch einige Plätze frei, wir werden an Silvester ein **5-Gänge Menü** zu **49,00 Euro** anbieten oder Ihr könnt eines unserer Fodues wählen, um 12 Uhr bekommen alle Gäste ein Glas Sekt zum anzustoßen, wir machen etwas Musik und lassen das alte Jahr ausklingen.

Im Herbst gibt es bei uns noch Pilze und Wild aus den heimischen Wäldern, z.B. Saltimboca vom Wildschein, Rehragout oder Hirschbraten. Gerne sehen wir

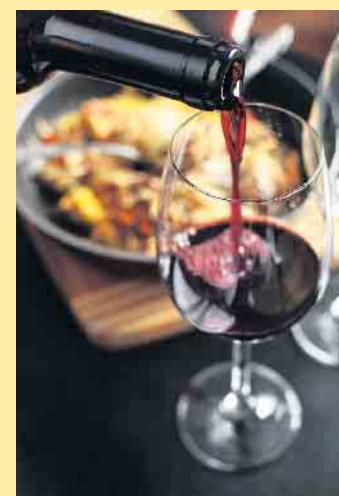


Euch auch für eine deftige Brotzeit auf dem Schlossberg.
 Am **04.10. und 05.10.2025** ver-

anstalten wir ein kleines Weinfest, bei dem Badener Wein aus Auggen ausgeschenkt wird. Mit einer Weinwanderung auf wahlweise zwei verschiedenen Strecken am Schlossberg ist für jeden etwas dabei. Mit Verkostung von Weinen, Käse, Zwiebelkuchen, Flammkuchen und Kürbisgerichten.

Am **10.10. bis 12.10.2025** veranstalten wir ein Oktober-Herbstfest mit zünftiger Musik, Obazda, Fleischkäse, Haxen, Enten und Hähnchen.

Wir freuen uns auf Euch, Fondue gibt es jeden Abend ab 2 Personen. Auch ohne Vorbestellung halten wir ein Käse- und Fleischfondue immer bereit, aber trotzdem ist eine Vorbestellung immer rat-



sam. Alle anderen Fodues findet Ihr auf www.sauerland-fondue.de
 Euer Schlossberg-Team

Schloßberg-Alm

Ski- und Wanderhütte

Öffnungszeiten:
Do. – So. 11.00 – 20.00 Uhr
 (Küche geöffnet)

Business Crime Escape
Mobiler Einsatz im
Umkreis von 50 km

- Grosser Biergarten am Skihang
- Deutsch / Österreichische / Schweizer Küche
- Hochzeiten, Geburtstage, Firmenevents

10.-12.10.2025 - Oktober-Herbstfest

04.-05.10.2025 - Weinfest mit Badener Wein aus Auggen

Am Skilift Schloßberg
 59964 Medebach-Küstelberg
 Tel. 02981-820336 (Büro)
 Tel. 02981-3414 (Alm)
 gastro@schlossbergalm.com
www.schlossbergalm.com
www.sauerland-fondue.de



AUSFLUGSTOUREN RASTEN **WANDERN**

Wanderveranstaltungen vom 3. bis 16. Oktober

Freitag, 3. Oktober, 13 bis 15 Uhr

Bier-Erlebnis-Wanderung in Hallenberg

Freitag, 3. Oktober, 13 bis 16:30 Uhr

Bier-Erlebnis-Wanderung mit Besichtigung des Hallenberger Brauhofs und Bierprobe, Hallenberg

Freitag, 3. Oktober, 18 bis 21 Uhr

Wanderlust & Genuss - Die Cocktail-Tour, Winterberg

Freitag, 3. Oktober, 20:30 bis 22:30 Uhr

Winterberg im Mittelalter - Nachtwächter-Führung, Winterberg

Freitag, 3. Oktober, 21 bis 23 Uhr

Nachtwächter - Führung durch das historische Städtchen Hallenberg

Samstag, 4. Oktober, 10 bis 13:30 Uhr

Walderlebnis für kleine & große Abenteurer, Winterberg

Samstag, 4. Oktober, 10 bis 12 Uhr

Alpaka Familienwanderung, Winterberg

Samstag, 4. Oktober, 10 bis 13 Uhr

Wein-Wanderung durch den ersten Weinberg Winterberg mit Verköstigung, Winterberg

Samstag, 4. Oktober, 14 bis 16 Uhr

Natur und Technik - Das Skigebiet im Sommer erkunden, Winterberg

Samstag, 4. Oktober, 14 bis 16:30 Uhr

Bobbahnführung - Führung durch die VELTINS-EisArena, Winterberg

Sonntag, 5. Oktober, 10 bis 12:30 Uhr

Schanzenführung an der St. Georg Sprungschanze, Winterberg

Dienstag, 7. Oktober, 10 bis 14 Uhr

Geführte Halbtageswanderung, Winterberg

Dienstag, 7. Oktober, 10 bis 15 Uhr

Wanderung von Winterberg zur Hängebrücke „Skywalk“ Willingen, Winterberg

Dienstag, 7. Oktober, 14 bis 16:30 Uhr

Bobbahnführung - Führung durch

die VELTINS-EisArena, Winterberg

Mittwoch, 8. Oktober, 14 bis 17:30 Uhr

Panorama-Tour zur und durch die Veltins-EisArena, Winterberg

Donnerstag, 9. Oktober, 10 bis 13:30 Uhr

Geführte Überraschungswanderung, Winterberg

Freitag, 10. Oktober, 13 bis 15 Uhr

Bier-Erlebnis-Wanderung in Hallenberg

Freitag, 10. Oktober, 13 bis 16:30 Uhr

Bier-Erlebnis-Wanderung mit Besichtigung des Hallenberger Brauhofs und Bierprobe, Hallenberg

Freitag, 10. Oktober, 18 bis 21 Uhr

Wanderlust & Genuss - Die Cocktail-Tour, Winterberg

Freitag, 10. Oktober, 20:30 bis

22:30 Uhr

Winterberg im Mittelalter - Nachtwächter-Führung, Winterberg

Infos, Anmeldung und Buchung bei der Tourist Information Winterberg, Tel. 02981 92500, info@winterberg.de oder direkt online buchen <https://www.winterberg.de/aktivitaeten-wohlfuehlen/erlebnis-buchen/#>

Alle Angaben ohne Gewähr.



Indian Summer

NORDHANG Jause

SKI | WÄNDERN | EVENTS

HALLOWEEN-KÜRBISCHSNITZEN

FREITAG 17.10.2025

15:00 – 19:00 Uhr

✓ Schnitzwerkzeug und Schablonen sind vorhanden
✓ Für Kinder, Jugendliche und Junggebliebene
✓ Gruseliger oder alberner Kopf, alles ist möglich!
✓ Speisen und Getränke für Groß und Klein
✓ Unkostenbeitrag je nach Kürbisgröße p.P. 5 - 15,- €
✓ Bitte um telefonische Anmeldung
✓ Stockbrot am Lagerfeuer

HERBSTFETE

Samstag 25.10. | ab 15:00 Uhr

EINTRITT FREI

✓ Mit der Live Band Just7 aus Bödefeld **LIVE**
✓ EINTRITT FREI
✓ Leckere Cocktails
✓ Großes Finale der Sommer/Herbst- Saison am Kahlen Asten
✓ 80er, 90er, Party – und Tanzmusik

Bei allen Events ist unsere Küche sowie die Hütte ganz normal geöffnet! Wir bitten um Reservierung.

Nordhangjause · In der Renau 10 / 11 · 59955 Winterberg
www.nordhangjause.de

JUST7

Eine Marke der Timo Brune Unternehmensgruppe

AUSFLUGSTOUREN RASTEN **WANDERN**

Erntedankfest bei der Clemensberghütte in Winterberg-Hildfeld



Barbara Straeck von der Clemensberghütte

Die Clemensberghütte, ein Treffpunkt für Mountain-Biker, Wanderer und Naturliebhaber, liegt inmitten einer idyllischen Landschaft in der Nähe von Winterberg, im beschaulichen Dorf Hildfeld. Über die Zubringerwege erreicht man unmittelbar den Rothaarsteig,

der über die Hochheide mit dem Clemensberg (838m) hinaufführt, mit toller Aussicht zum Schloßberg, dem Kahlen Asten und den umliegenden Ortschaften Küstelberg, Hildfeld, Grönebach und Winterberg. Oder aber den Wanderrad „Uplandsteig“ in Richtung



Ausgelassene Stimmung in der Clemensberghütte

Willingen.- Hier passiert man bereits die hessische Landesgrenze ins direkt angrenzende Umland. **Am Samstag, den 11. Oktober wird ab 12.30 Uhr das beliebte „Erntedankfest“ an der Clemensberghütte mit vielen leckeren Speisen von der Hüttenwirtin Barbara Straeck und Team gefeiert. Neben einem 50 kg-Schwein am Spieß gibt es bayrische Spezialitäten wie hausgemachtes Sauerkraut, Leberkäs, Brezn und vieles mehr.** In der Clemensberghütte selbst, gilt das Motto: „Als Fremde kommen und als Freunde gehen!“.- Prima geeignet als Wander- oder Biker-Treffpunkt zu einer gemütlichen Rast.

Für kleine Feierlichkeiten nimmt die Hüttenwirtin Barbara Straeck mit Team gerne Bestellungen an und richtet alles her (Dekoration, Getränke, Essen, Kuchen). Bei schönem Wetter bietet sich besonders die in Richtung Süden angelegte Terrasse an, wo man bei Sonnenschein bis in die Abendstunden das Feierabendbier genießen kann. **Alle Gerichte können auch bestellt und abgeholt werden. Bezahlung kann man auch per Karte und mobil über Handy.**

Geöffnet hat die Hütte Donnerstag bis Montag von 12.30 - 20.30 Uhr, Dienstag und Mittwoch ist Ruhetag. Die Küche ist ab 12.30 Uhr durchgängig geöffnet und wie lange, richtet sich nach der jeweiligen Anzahl der Besucher. Nach Absprache auch länger. Die Speisenkarte enthält schmackhafte, selbstgemachte Gerichte, teilweise saisonal variabel. Das Team um Barbara Straeck freut sich auf alle Einkehrer. [BL]



Spanferkelgrillen beim Erntedankfest an der Clemensberghütte

WANDERHÜTTE CLEMENSBERG

Erntedankfest

Samstag, 11. Oktober 2025 – ab 12.30 Uhr

Biele leckere Speisen:

50 kg-Schwein am Spies, Bayrische Schmankerl: hausgemachtes Sauerkraut, Leberkäs', Brezn' und vieles mehr...



Das sollten Sie nicht verpassen!

Hildfelder Straße 70 | 59955 Winterberg-Hildfeld | Tel. 02985/1300
barbara.straeck@gmail.com | www.clemensberghuette.de

AUSFLUGSTOUREN RASTEN **WANDERN**

„Spritz“-Tour über den Rothaarsteig

Auf eine der schönsten Aussichtsterrassen von Winterberg



Leckere Waffeln im Schneewittchen Haus

Seit fast 100 Jahren prägt die St. Georg Sprungschanze die Skyline von Winterberg. Mitten im Skigebiet auf 734 m ü.M. findet ihr eine der schönsten Aussichtsterrassen von Winterberg. Mit unseren Spritz-Varianten aus der Sommerdrink-Karte schweift der Blick vom Kahlen Asten bis weit über Winterberg hinaus.

Für die Kinder gibt's eine eigene Spielwelt mit Kugelbahnen und unserer großen Spiel-Pistenwalze. In der noch jungen Gastronomie im Fuß der Schanze warten frisch gebackener Kuchen, Waffeln mit verschiedenen Toppings sowie eine ansprechende Auswahl an Speisen- auch in fleischlosen Varianten, wobei wir uns vom Streetfood-Style inspirieren lassen. Übrigens hat „Die Schanze“ jetzt auch freitags, samstags und an Feiertagen die Türen bis 21.00 Uhr geöffnet. Da empfiehlt sich dann unbedingt noch ein Sundowner auf Eis- die gibt's natürlich auch in alkoholfreien Varianten.

Von dort aus geht es weiter den Rothaarsteig entlang bis zum Schneewittchen-Haus. Wer mit dem Bike unterwegs ist, kann sich dort im Bikepark auf den verschiedenen Parcours ausprobieren. Ansonsten kann das komplette Equipment auch im Bike-Verleih vor Ort gemietet werden. Für die Kinder warten die Zwerge, Schafe und Kaninchen in unserem Streichelzoo auf Eure Kleinen. Auf unserer Terrasse

kann man aber auch ganz einfach dem Treiben nur zuschauen und an der Ostwand des Kahlen Asten vorbei den Blick in die Ferne schweifen lassen. Ein weiterer Blick in unsere Karte und schon zaubert unser Küchenteam Euch auch noch etwas Leckeres auf den Teller.

Damit Ihr bei größeren Gruppen auch ausreichend Platz habt, empfehlen wir eine rechtzeitige Reservierung.

Euer Kontakt zu uns:

Die Schanze
Herrlohweg 100
59955 Winterberg
Tel.: +49 (0) 2981 425 9019



Gemütliche Terrasse mit Weitsicht am Fuß der St. Georg Sprungschanze

kontak@die-schanze.de

Öffnungszeiten

Täglich 11-18 Uhr Fr., Sa. und an

Feiertagen bis 21 Uhr - Küche

schließt eine Stunde früher.

Mittwoch Ruhetag.



SCHNEEWITTCHEN HAUS

mit Streichelzoo
am Bike- und Kletterpark

KONTAKT@SCHNEEWITTCHENHAUS.DE
02981 425 9020
täglich 11-18:30

wiesenwirt.de



DIE SCHANZE

Beste Aussicht
über Winterberg

KONTAKT@DIE-SCHANZE.DE
02981 425 9019
täglich 11-18:00
Fr-So - 21 Uhr
Mi - Ruhetag

25. Bundesschützenfest des Sauerländer Schützenbundes in Bösperde

Die St. Sebastianus Schützenbruderschaft Medebach e.V. hat am letzten Wochenende mit einer großen Abordnung am 25. Bundesschützenfest in Bösperde teilgenommen. Die Veranstaltung fand erstmalig nur an zwei Tagen ohne großen Festumzug statt. Beim offiziellen Empfang und bei der Kranzniederlegung am Ehrenmal des großen Festes dankte Bundesoberst Stefan Tremmel ausdrücklich der von den Medebacher Schützen gestellten Besetzung der Bundesstandarte, die traditionell bei allen Veranstaltungen des Sauerländer Schützenbundes dabei ist. Niklas Becker war als Jungschützenkönig am Freitagnachmittag beim Schießwettbewerb mit im Rennen um die Königswürde der Jungschützen; es traten über 60



Abordnung der Medebacher Schützen mit der Bundesstandarte.
Foto: eigen

Jungschützen an und geschossen wurde auf einen Vogel. Der Samstag begann ebenfalls mit einem Empfang, anschließend wurde ein ökumenischer Gottesdienst im Festzelt abgehalten. Beim anschließenden Schießwettbewerb der Könige konnte Martin Schreiber im Vorentscheid den linken Flügel abschießen. Leider hat es für den finalen Durchgang knapp

nicht gereicht. Abgeschlossen wurde das Fest mit einem großen Zapfenstreich auf der Vogelwiese. Begleitet wurde unsere Abordnung zudem vom Bundesschießmeister und vom Bundesschatzmeister, die beide im Stadtgebiet Medebach zu Hause sind. 2028 findet das nächste Bundesschützenfest wieder an drei Tagen, diesmal in Lippstadt, statt.

Familien ANZEIGENSHOP

RAUTENBERG
MEDIA

WIR TRAUFEN UNS
am 18.03.2026 in BURG
um 15.00 Uhr
In der Paulus Kirche

NICOLE & RUFUS
Der Polaris
Ind. 102-06
90 x 50 mm
ab 17,23*

HALLO Welt
Wir freuen uns riesig über die
aktuellen zweitlinige
Kinder & Mama

GEBURT 12.1
10.02.2025
43 x 90 mm
ab 52,00*

DANKSAGUNG
Für die wohltuende, Beweise der
Anteilnahme beim Todt meines
geliebten Vaters, unseres guten
Schwiegervaters und Großvaters
Michael Musterfeld

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

WOHNUNG!
Moderne Mehrfamilienwohnung
2.0., 125 qm, 2-Dachterrassen, Fuß-
bodenheizung, großer Kellerraum, Gar-
age, komplett ausgestattet, neu
geschnitten, 300 m vom Parkplatz
Kann über 100 qm groß sein
Für 82.900,- €

K03_15
43 x 30 mm
ab 17,00*

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



Aus der Arbeit der Parteien SPD

Medebacher SPD legt 8,5% zu

Medebach. Äußerst zufrieden zeigt sich die Medebacher SPD mit dem Ausgang der Wahlen zum Stadtrat am 14.09. So freue man sich über einen historischen Stimmenzuwachs von 8,5% und hat mit 18,5% insgesamt das beste Wahlergebnis seit fast 30 Jahren erreicht - das alles gegen einen landesweiten Negativtrend. Wir freuen uns über zwei hinzugewonnene Mandate, so Spitzenkandidat Thomas Just, und werden uns zukünftig mit fünf Ratsmitgliedern im Stadtrat mit neuen Impulsen und Meinungsvielfalt für die Interessen der

Bürgerinnen und Bürger und eine zukunftsorientierte Weiterentwicklung von Medebach und seinen Ortsteilen einsetzen. Wahlkampfleiter Michael Hiemer betont, dass dieser Erfolg im Wesentlichen auf drei Faktoren zurückzuführen sei. Zum einen habe man in Medelon mit Björn Brune, einem sehr geschätzten und starken Kandidaten, erstmals überhaupt den Wahlkreis gewinnen können. Weiter habe man als motiviertes Team einen außergewöhnlich intensiven und bürgernahe Wahlkampf u.a. mit Bürgergesprächen in fast allen Orts-

teilen geführt. Programmatisch habe man sich zu vielen Themen die für die Stadt in den nächsten Jahren wichtig sind klar positioniert und Themen in den Vordergrund gestellt, die für Medebachs Zukunft von Bedeutung sind. Schließlich leistete auch eine intensive Einbindung von Social Media mit Sicherheit einen Beitrag weitere Wählerinnen und Wähler zu erreichen. Rund 50.000 Zugriffe - allein in den acht Wochen vor der Wahl - bestätigen dieses.

Michael Hiemer



rundblick
HOCHSAUERLAND

SERVICE

ONLINE:

**RUNDBLICK-
HOCHSAUERLAND.DE**

Ende: Aus der Arbeit der Parteien SPD

rundblick
HOCHSAUERLAND

**GEMEINDE-
LEBEN**

ONLINE:

**RUNDBLICK-
HOCHSAUERLAND.DE**

Aqua Mundo

4-Stunden Nachmittags-Ticket

Online Reservierung über unsere Website

Center Parcs Park Hochsauerland - 59964 Medebach



REGIONALES

Monika Salmany an erhält den August-Macke-Förderpreis 2025

Ausstellung in Schmallenberg

Hochsauerlandkreis. Monika Salmany an ist die Preisträgerin des August-Macke-Förderpreises 2025. Damit ist sie die fünfte Preisträgerin. Die Jury musste sich zwischen zehn Bewerberinnen und Bewerbern entscheiden. Insgesamt hatten sich 55 junge Kunstscha fende aus ganz Deutschland beworben. Der Preis wird alle drei Jahren vergeben und ist mit 5.000 Euro und einer Ausstellung dotiert.

Die Jury überzeugten die Arbeiten Monika Salmanyans, weil sie in ihrer Malerei Architekturfragmente, von Schwerkraft befreit und kaum statisch auf der Erde stehend, wie geometrische Muster neu ordnet. Auf diese Weise entstehen Bildräume, in denen Pflanzen, Graffitis, Pianos und andere Dinge mit rätselhaftem Inhalt wie auf einer Theaterbühne wirken - Vergangenheit und Gegenwart finden einer zeitgenössischen



Monika Salmany an ist die Preisträgerin des August-Macke-Förderpreis 2025. Foto: Privat

**SIE HABEN
EINEN PLATZ
FREI?**

UND SUCHEN MITARBEITER:INNEN?

ST01
90 x 100 mm
ab 114,-^{84*}

ST04
90 x 120 mm
ab 137,-^{61*}

WE ARE HIRING...
Mustermann / Musterfrau

WIR HABEN DIE LÖSUNG!

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

**BUCHEN SIE JETZT
ONLINE IHRE
STELLENANZEIGE
UNTER:**

shop.rautenberg.media

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

**RAUTENBERG
MEDIA**

Bildform zusammen und eröffnen dem Dialog zwischen Künstlerin und Betrachter.

Am Sonntag, 21. September, wurde der Preis im Rahmen einer Feierlichkeit im Kunsthause alte Mühle in Schmallenberg vergeben. An die Preisverleihung schließt sich die Ausstellungseröffnung an. Die Ausstellung hat den Titel „Wo ich nicht bin“ und zeigt die Werke der jungen Künstlerin dann bis zum 12. Oktober in den dortigen Ausstellungsräumen.

„Junge Künstler, die diesen Preis erhalten, stehen einerseits am Anfang ihrer Laufbahn. Andererseits treten diese jungen Künstler bereits mit einer hohen Qualität ihres Werkes hervor“, sagt Landrat Dr. Karl Schneider. Kunstliebhaber und Interessierte sollten sich daher die Ausstellung nicht entgehen lassen. „Der August-Macke-Förderpreis, der sozusagen „kleine Bruder“ des August-Macke-Preises, unter-

stützt unserer Region in der kulturellen Wahrnehmung gerade im Bereich der Bildenden Kunst“, betont Schneider die Bedeutung der bereits fünften Verleihung. Monika Salmany an wurde im Jahr 2000 in Armenien geboren und lebt derzeit in Wolfsburg. Seit 2024 studiert sie Freie Kunst an der Hochschule für Bildende Künste Braunschweig.

Finanziert wird der Preis von der Kulturstiftung der Westfälischen Provinzial Versicherung sowie von der Sparkasse Mitten im Sauerland. Zuvor haben Marina Zwetschler, Silke Albrecht, Lioba Schmidt und Isabell Hoffmann den August-Macke-Förderpreis erhalten.

August Macke wurde am 3. Januar 1887 in Meschede/Hochsauerlandkreis geboren. Er gehörte zu den bekanntesten deutschen Malern des Expressionismus und nahm an beiden Ausstellungen des Blauen Reiters 1911 und 1912 teil.



MY HOME ROAST

Höchste Qualität mit 40 Jahren Produkterfahrung, ökologisch und sozial

Egal ob **frisch gerösteter Kaffee, knackige Nüsse oder aromatische Kakaobohnen**- bei MY HOME ROAST funktioniert das alles ganz einfach per Knopfdruck. Es ist nicht mit kompliziertem Handwerk oder Vorwissen verbunden. Einfach einfüllen, starten und den Moment genießen. Mit den Röstvollautomaten wird jeder direkt in den eigenen vier Wänden zum Genussröster.

Der berühmte Naturforscher Alexander von Humboldt sagte einst über den **Kakao** „Kein zweites Mal hat die Natur eine solche Fülle der wertvollen Nährstoffe auf kleinem Raum zusammengedrängt, wie gerade bei der Kakaobohne.“ Auch hier zaubert MY HOME ROAST frische Kakaogetränke aus der ganzen Bohne, Smoothies, Müslis, oder einfach Superfood zum Snacken.

Beim **Kaffee** trifft Leidenschaft und Expertise aufeinander. Dabei ist das Ziel von MY HOME ROAST, erstklassigen Kaffee für alle leistbar anzubieten, gleichzeitig eine Gemeinschaft rund um das Selberrösten zu schaffen sowie ein starkes Zeichen gegen Verpackungsmüll zu setzen.

Aber was macht eigentlich einen perfekten Kaffee aus? Für MY HOME ROAST ist es der Moment, wenn sich das Aroma frisch gerösteter Bohnen in der Küche ausbreitet und man spürt- das wird ein besonderer Genuss, denn industriell gerösteter Kaffee verliert durch die lange Lagerung oft sein volles Aroma. Wer selbst rösten möchte, steht oft vor einer frustrierenden Wahl: Teure, komplexe Maschinen, die viel Fachwissen und präzise Arbeitsschritte erfordern und eine besonders hohe Geruchsbelästigung im Haus darstellen. Oder Experimente mit Haus-



Vollautomatische Röstmaschinen von MY HOME ROAST

haltsgeräten, die oft ungleichmäßige Ergebnisse liefern, manchmal sogar gefährlich sind und viel Geduld erfordern. **Mit den vollautomatischen Röstmaschinen lässt sich aber hochwertiger Kaffee selbst rösten- einfach, nachhaltig und perfekt auf Geschmack abgestimmt. Für echte Frische in der Tasse.** - Kein alter Lagerkaffee, keine Kompromisse, lediglich purer Genuss. Qualität auf höchstem Niveau.

Die **integrierte Präzisionssteuerung** von MY HOME ROAST sorgt für eine gleichmäßige Röstung und ermöglicht es, den Röstgrad individuell einzustellen. Für milde, fruchtige Aromen oder intensive, kräftige Noten.

Diese **modernen Röstmaschinen** arbeiten mit einer schonenden Niedrigtemperatur-Röstung, um das volle Aroma der Bohnen zu erhalten. Durch das kompakte Design findet der Kaffeeröster in jeder Küche Platz und die Reinigung ist mit wenigen Handgriffen erledigt.

Die **Rohkaffeebohnen** werden direkt von ausgewählten Farmen bezogen, die das Unternehmen persönlich kennt. Nur die besten Bohnen landen im Sortiment. So wird sichergestellt, dass der Konsument den perfekten Rohkaffee erhält.

Anstatt auf Plastik und Aluminium setzt man hier auf **Nachhaltigkeit mit Verantwortung** in Form

von umweltfreundlicher Papierverpackungen. Außerdem engagiert sich MY HOME ROAST in

sozialen Projekten wie DAS BAND, Global Family und Youth Save the Nature Ltd. in Uganda. [BL]



Die Zukunft des Kaffees beginnt jetzt- in deiner eigenen Küche. Der erste Kaffee Röstautomat für zu Hause.

- Frisch gerösteter Kaffee ganz einfach für zu Hause
- Kinderleichte Bedienung
- Auch Röstung von Nüssen und Kakaobohnen
- Natürlich, gesund und nachhaltig

MY HOME ROAST

www.myhomeroast.com

U. Hoppe

Zur Postwiese 17 | 59955 Winterberg
Mobil: 0157/54611871 | uwe.hoppe-handselsvertretung@web.de



Wussten Sie schon, wie Gewürze lange halten?

Sie stehen in fast jeder Küche: Getrocknete Gewürze wie Pfeffer, Paprika, Kümmel oder Currysüppen. Damit sie ihr volles Aroma lange behalten, ist die richtige Lagerung entscheidend. „Gewürze mögen es dunkel, trocken und möglichst kühl“, erklärt Brigitte Becker, Leiterin der Beratungsstelle der Verbraucherzentrale NRW in Bergisch Gladbach. „Allerdings gehören sie nicht in den Küchenschrank, denn dort sorgen Feuchtigkeit und Temperaturschwankungen dafür, dass Gewürze schneller verderben.“ Auch Regale über dem Herd sind ungünstig: Aufsteigender Wasserdampf begünstigt Schimmel, und die ätherischen Öle können sich durch zu hohe Temperaturen verflüchtigen. Ideal sind luftdicht verschließbare Behälter aus Metall, Keramik oder dunklem Glas. Sie schützen den Inhalt



vor Licht, Luft und Feuchtigkeit und bewahren so das Aroma. „Ganze Gewürze wie Pfefferkörner oder Zimtstangen bleiben länger frisch als gemahlene Varianten. Zerkleinert man sie erst direkt vor der Verwendung, bleibt ihr Geschmack besonders intensiv“, so Becker. Getrocknete Gewürze halten bei richtiger Aufbewahrung oft mehrere Jahre. Trockene Kräuter sind empfindlicher - sie sollten möglichst innerhalb eines Jahres verbraucht werden.



rundblick HOCHSAUERLAND



**NEWS AUS DEM HOCHSAUERLAND –
JETZT AUCH UNTER:**

rundblick-HOCHSAUERLAND.DE

Hallo liebe HOCHSAUERLÄNDER*innen,

**RUNDBLICK-HOCHSAUERLAND.DE IST ONLINE -
100% HOCHSAUERLAND!**

Alles was in der Region passiert, was für Dich wichtig ist, kriegst Du jetzt auf Handy, Tablet oder PC! Schau direkt rein: www.rundblick-hochsauerland.de. Bist Du in einem Verein / einer Institution, dann registriere Dich jetzt auf redaktion.rautenberg.media und erhalte einen Zugang für unser Redaktionssystem. Deine Nachrichten kommen dann in die gedruckte Ausgabe des Rundblick Medebach und in die online-Ausgabe des Rundblick Hochsauerland.

**RUNDBLICK-HOCHSAUERLAND.DE –
wir freuen uns auf Dich!**

RAUTENBERG
MEDIA

Seelenbeben e. V. lädt zur Mitgliederversammlung ein

**Neue Mitglieder und Unterstützer
willkommen**

Winterberg. Der Winterberger Verein Seelenbeben e. V. - Trauerbegleitung für Kinder und Jugendliche - lädt alle Mitglieder, Interessierte und Unterstützer herzlich zur Mitgliederversammlung ein. Sie findet am Freitag, 10. Oktober, um 19 Uhr, im Familienzentrum Edith-Stein, Auf der Walme 6, in Winterberg statt.

„Wer den Verein als Mitglied unterstützen möchte, hat an diesem Abend die Möglichkeit, einen Mitgliedsantrag zu stellen. Auch hel-

fende Hände, zum Beispiel für die Kassenführung oder bei Gruppenstunden, sind herzlich willkommen.

Eigene Ideen zur Unterstützung des Vereins können gerne eingebracht werden“, so die 1. Vorsitzende des Vereins, Helga Hermann. Darüber hinaus sucht Seelenbeben weiterhin im Stadtgebiet Winterberg einen Raum zur Lagerung von Materialien. Vorschläge und Angebote nimmt der Verein dankbar entgegen.



Von Anfang an durchdacht

Tipps zur Grundrissplanung beim Hausbau

Bad Honnef. Der Grundriss eines Hauses ist die Basis für Wohlbeinden und ein harmonisches Zusammenleben. Eine kluge Planung bestimmt, wie gut das neue Zuhause den Alltag und die Gewohnheiten seiner Bewohner unterstützt.

Dazu zählen Aspekte wie die Anzahl und die Größe der Zimmer, die Lichtverhältnisse, die Bewegungsfreiheit und Zukunftstauglichkeit. Wer vorausschauend plant, schafft ein Eigenheim, das heute und in Zukunft funktioniert. Der moderne Holz-Fertigbau bietet ideale Voraussetzungen und unterstützt Baufamilien mit individueller Planung, professioneller Beratung und flexiblen Lösungen. Größere Räume sind nicht immer bessere Räume. Entscheidend ist, wie gut man die Flächen nutzen kann. „Ein durchdachter Grundriss erleichtert den Alltag - etwa durch kurze Wege, klare Funktionsbereiche und ausreichend Stauraum“, erklärt Fabian Tews, Sprecher des Bundesverbandes Deutscher Fertigbau (BDF). „Im Fertighausbau lassen sich solche Details vorausschauend planen und präzise umsetzen, ohne dass es später auf der Baustelle zu teuren Änderungen kommt.“

Tageslicht schafft Lebensqualität

Natürliches Sonnenlicht ist ein zentraler Wohlfühlfaktor und fördert die Wohngesundheit, wenn es ins Haus gelangt. Großzügige Fensterflächen, die Ausrichtung des Gebäudes sowie offene Grundrisskonzepte sorgen für helle Räume und ein angenehmes Raumklima. Schon in der Planung sollte man auf die Lichtverhältnisse achten und eine gesunde Balance zwischen Tageslicht und einem effektiven Schutz vor Sommerhitze finden. Fensterflächen sind zudem nicht nur Gestaltungselemente, sie beeinflussen auch die Energieeffizienz eines Hauses. Bei vielen Fenstern sollte man ebenso bedenken, dass auch Wandflächen für Schränke und Ähnliches nötig sind. Trotz Transparenz braucht es zudem geschützte Bereiche ohne Einblicke für eine sicheres und angenehmes Wohngefühl.

Den Alltag mitdenken: Ein Grundriss, der zum Leben passt

Ein gut geplanter Grundriss orientiert sich nicht nur am Platzbedarf, sondern auch an den täglichen Abläufen der Bewohner. Die Wege zwischen Küche, Essbereich und Vorratsraum sollten kurz sein, Spielbereiche bei Kleinkin-

dern in Sichtweite liegen und Rückzugsräume ausreichend entfernt von Gemeinschaftsräumen. Im Eingangsbereich braucht es Stauraum für Schuhe und Jacken sowie genügend Platz, damit Bewohner und Gäste angenehm ankommen können. „Der Grundriss ist das unsichtbare Rückgrat, das den Tagesablauf unterstützt und erleichtert“, so Tews.

Heute für morgen mitdenken

Wer ans Älterwerden in den eigenen vier Wänden denkt, setzt auf barrierefreie Übergänge, breite Flure sowie vielseitig nutzbare Räume. Auch eine Umstrukturierung des Familien-Grundrisses, wenn die Kinder aus dem Haus sind, sollte bedacht werden. „Bei einem Fertighaus können viele Lebensphasen - vom Alltag mit kleinen Kindern über das Arbeiten im Homeoffice bis hin zu fortgeschrittenem Alter - schon heute einfach und zielführend in die Grundrissplanung einfließen“, erklärt der BDF-Sprecher.

Die Grundrissplanung sei entscheidend für eine langes und komfortables Leben im eigenen Haus. Der Fertighausbau unterstützt Bauherren mit persönlicher Beratung und großer gestalterischer Freiheit auf dem Weg

zum maßgeschneiderten Traumhaus. Bundesverband Deutscher Fertigbau e.V.

Kosten sparen mit **MIETGERÄTEN**

JETZT AUCH IN HALLENBERG!

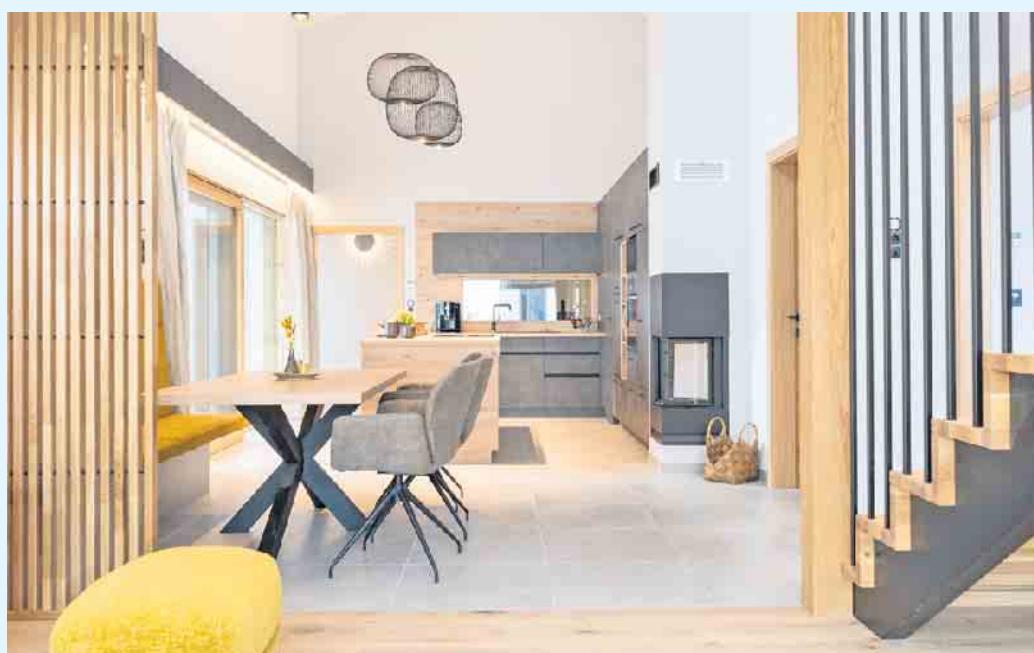
Reservieren über den QR-Code
oder unsere Website!



[www.cfmoescheid.com/
service/mietgeräte](http://www.cfmoescheid.com/service/mietgeräte)

C.F. MÖSCHED

Alles zum Bauen und Renovieren



Unterschiedlich zonierte Bereiche und kurze Wege zwischen Küche, Essen und Wohnen unterstützen einen reibungslosen Familienalltag. Foto: BDF/HARTLHAUS

**Maler
LEBER**

Malerwerkstätten
Christopher Seston GmbH

- Raum- und Fassadengestaltung
- Kreativtechniken
- Wärmedämmung
- Bodenbeläge
- Parkett



Eichendorffsiedlung 12
59955 Winterberg-Silbach
www.malerleber.de
info@malerleber.de

RUND UM MEIN ZUHAUSE

Tischlerei Holztec aus Medebach-Küstelberg



Fassadengestaltung von Tischlerei Holztec



Neue Fenster von der Tischlerei Holztec

Tischlerei Holztec aus Medebach-Küstelberg bietet alles von der Planung und Anfertigung individueller Haustüren über die Fertigung von Einbaumöbeln nach Maß, den Einbau von Fenstern in allen Rahmenmaterialien, edle Fenster aus Holz, über Holz-Aluminium oder die preis-

wertere Variante in Kunststoff. Der Schwerpunkt liegt aber auf der Haustürenfertigung, die ganz individuell nach eigenen Vorstellungen hergestellt werden können. Als Spezialist für die Neuanfertigungen sowie den detailgetreuen Nachbau alter **historischer Haustüren**

entwirft der Inhaber Andreas Koch sichere und **individuelle Holzhaustüren** mit Stil-Elementen nach Wahl. Die Türen können rustikal oder modern gefertigt werden. Auch Fenster, individuelle Möbel, Treppen, Küchen- und Badmöbel oder Wintergärten plant

und baut Andreas Koch gerne nach eigener Vorstellung. Des weiteren bietet Holztec neben dem Einbau von Türen wie Zimmertüren sicherer Wohnungstüren sowie Trennwänden und Trennwandsystemen mit Gleittüren, auch die Nachrüstung von Fenstern und Türen mit Sicherheitssystemen und Beschlägen, den Einbau hochwertiger Isoliergläser, Reparaturarbeiten an Fenstern, Rollläden, Möbeln und die Planung und Montage von Sonnenschutz, Insektenutzung und Markisen. Auch das Verlegen von Fertigparkett, Laminat, Korkboden oder Vertäfelungen gehört neben Beratung in Sachen Innenausbau und Treppenrenovierung zum Aufgabengebiet der Tischlerei Holztec dazu. [BL]



Moderne Treppe von Holztec

TISCHLEREI *Andreas Koch*
HOLZTEC
 Inh. Andreas Koch

tischlerei 

**KREATIVITÄT UND QUALITÄT
AUS EINER HAND!**

59964 Medebach-Küstelberg
 Tel. 02981/90 88 35 • Mobil: 0175 599 40 40
 info@tischlerei-holztec • www.tischlerei-holztec.de

FRANK BEULEN
Heizöl · Diesel · Pellets

MEDEBACH
 Tel. 02982-41254

HALLENBERG
 Tel. 02984-610





FRANK BEULEN
 HEIZÖL · DIESEL · KÜHLMEDIEN

Komplettlösung in Sachen Energiegewinnung vom Meisterbetrieb Menke aus Winterberg-Siedlinghausen

Die Sonne versorgt uns Menschen als sauberste Energiequelle, die zur Verfügung steht. Über eine Solaranlage kann sie prima als Wärmequelle zum Heizen genutzt werden. Mit einer Installation einer Solarthermieanlage vom Meisterbetrieb Menke aus Siedlinghausen wird es also möglich, die Energie der Sonne in Wärme umzuwandeln.

Mit einer solchen Solarthermieanlage kann die kostenfreie Energie aus der Sonneneinstrahlung in Wärme umgewandelt und in einem sogenannten Pufferspeicher, bzw. Warmwasserspeicher zur Trink- und Brauchwasseraufbereitung genutzt werden. - Super kombinierbar auch mit einer Wärmepumpe und einer Wallbox zum Laden des Elektroautos. Meistens wird eine solche Anlage mit einem anderen Heizsystem kombiniert, weil die Effizienz der Solarthermieanlage aufgrund des wechselnden Wetters natürlich schwanken kann. Durch so eine Kombination wird das Haus auch mit Wärme versorgt, wenn die Solarthermieanlage den

aktuellen Bedarf nicht vollständig abdecken kann. Der erzeugte Strom lässt sich auch in das öffentliche Stromnetz einspeisen. Moderne Anlagen sind aber meistens mit einem Speicher ausgestattet, sodass der erzeugte Strom gespeichert und abgegeben wird, bis er im Haus gerade gebraucht wird. Dächer, die von der Dachfläche her nach Süden oder Südosten ausgerichtet sind, eignen sich am besten für Solaranlagen. Allerdings passt eine Ausrichtung auf Ost- oder Westdächern am besten zum typischen Verbrauchsverhalten einer Privathaushalte, da die Module in den Morgen- und Abendstunden den Strom produzieren. Mit einer Solaranlage werden ausschließlich erneuerbare Energien genutzt, außer in Kombination mit einem anderen Heizsystem. Ein klarer Vorteil bei einer Anschaffung einer Solaranlage sind die hohen, staatlichen Förderungen der „BAFA“ oder der „KfW-Bank“. Der Meisterbetrieb Menke berät Sie gerne rund um das Thema Solar. [BL]



Beratungsgespräch zu PV-Anlage, Wärmepumpe und Wallbox



Unmögliches möglich machen

VIESSMANN
For our climate

Die neue Generation der Wärmepumpen: **VITOCAL 250-A**

Neu: 2,1 – 8 kW / 5,3 – 18,5 kW
für Neubau / Modernisierung

- + Mit bis zu 70 °C Vorlaufttemperatur bestens für die Modernisierung geeignet
 - + Schont die Umwelt und das Klima durch Verwendung des natürlichen Kältemittels R290 (Propan)
- viessmann.de/vitocal

Jetzt Beratungstermin vereinbaren:

MENKE
Der Meisterbetrieb
Ihre erste Adresse.

Am Iberg 2 • 59955 Winterberg • Tel. (0 2983) 1404

www.meisterbetrieb-menke.de • info@meisterbetrieb-menke.de



Der Meisterbetrieb Menke in Winterberg-Siedlinghausen

**Die nächste Ausgabe erscheint am:
Freitag, 17. Oktober 2025
Annahmeschluss ist am:
09.10.2025 um 10 Uhr**

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

IMPRESSUM

RUNDBLICK MEDEBACH

HERAUSGEBER, DRUCK UND VERLAG

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

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

ERSCHEINUNG 14-täglich

RUBRIKWEISE

INHALTLCHE VERANTWORTUNG

Politik (Mitteilungen der Parteien):
SPD Michael Hiemer
FDP Michael Papenheim

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

Verteilung & rechtliche Hinweise

Kostenlose Haushaltsverteilung in Medebach. Keine Zustellgarantie. Einzelheit: 5,00 € zzgl. Porto (Bestellung über die Herausgeberin). Geschützte Warenzeichen sind meist nicht gesondert gekennzeichnet; fehlende Hinweise begründen kein Nutzungsrecht. Namenslich gekennzeichnete Beiträge geben nicht zwingend die Meinung der Redaktion wieder.

Pressematerial & eingesandte Inhalte

Eingesandtes Material wird nicht zurückgesandt. Ein Anspruch auf Veröffentlichung besteht nicht. Die Einreichenden haften für Inhalte, Rechteklärung und vollständige Quellenangaben. Mit der Einreichung wird Rautenberg Media ein einfaches Nutzungsrecht zur Veröffentlichung in Print- und Onlinemedien eingeräumt – auch für Bildmaterial. Die Einreichenden garantieren die Rechteinhaberschaft und stellen Rautenberg Media von Ansprüchen Dritter frei. Bei verselbstständigtem Weglassen von Namens- oder Quellenangaben verzichten sie auf daraus entstehende Ansprüche. Fremdbeiträge erscheinen auf Verantwortung der jeweiligen Einreichenden. Die Redaktion wählt aus und bearbeitet, übernimmt aber keine Haftung für Inhalte.

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

VERKAUF Fon 02241 260-112
verkauf@rautenberg.media

REDAKTION Fon 02241 260-250 /-212
redaktion@rautenberg.media

INFORMATION
info@rautenberg.media

RAUTENBERG MEDIA ONLINE

rautenberg.media
facebook.de/rautenbergmedia
instagram.de/rautenberg_media



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

SHOP
rautenberg.media/anzeigen

LOKALER GEHT'S NICHT

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

Wir freuen uns auf Sie: rautenberg.media



PRIVATE & GESCHÄFTLICHE KLEINANZEIGEN **ONLINE BESTELLEN**

www.rautenberg.media/kleinanzeigen

Gesuche

Kaufgesuch

Kaufe Klaviere, Weine & Cognac

Achtung sofort Bargeld für Näh-/Schreibmasch., Bücher, Tischwäsche, Rollatoren, Zinn, Tafelsilber, Münzen, Modeschmuck, Pelze, Armband-/Taschenuhren, Bekleidung D/H! Kaufe alles aus Wohnungsauflösung. Gerne machen wir Ihnen ein seriöses Angebot Tel.: 0171-3991619 Hr. Braun

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



Rund ums Haus

Sonstiges

Renovierarbeiten rund ums Haus

wie z.B. Fliesen legen, Malerarbeiten, Tapeten, Badezimmer erneuern, Zäune legen, Pflaster erneuern und Gartenarbeit.
Tel.: 01578 71 517 34



AUTO & ZWEIRAD

Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen

Tel.: 03944-36160 www.wm-aw.de
"Wohnmobilcenter Am Wasserturm"

Familien

ANZEIGENSHOP

RAUTENBERG
MEDIA

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



Für alles was wirklich zählt!
shop.rautenberg.media



rundblick
HOCHSAUERLAND

TERMINE

ONLINE:

RUNDBLICK-
HOCHSAUERLAND.DE



PRODUKTFOTOGRAFIE

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

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



WEITERE INFOS UNTER:

www.rautenberg.media/film/produktfotos

RAUTENBERG
MEDIA

KLEINANZEIGEN
PRIVAT & GESCHÄFTLICH
ONLINE **BESTELLEN**

rautenberg.media/kleinanzeigen

Ihre private*
KLEINANZEIGE
bis 100 Zeichen
in dieser Zeitung

*gewerbliche Kleinanzeige ab 13,99 €

ab 6,99 €

RAUTENBERG MEDIA



Gewitter in NRW

Das rät der ADAC Autofahrern, Campern und Radfahrern

Wenn der Deutsche Wetterdienst (DWD) starke Gewitter mit teils heftigen Regenfällen und Sturmböen in Nordrhein-Westfalen ankündigt, rät der ADAC in NRW Autofahrern zu besonderer Vorsicht und warnt vor schlechter Sicht und Aquaplaning. „Wer mit dem Auto unterwegs sein muss, sollte defensiv fahren, die Geschwindigkeit reduzieren, mehr Sicherheitsabstand halten und sich voll auf die Straße konzentrieren“, sagt ADAC Verkehrsexperte Prof. Dr. Roman Suthold.

Regen

Sobald der Scheibenwischer auf die höchste Stufe gestellt werden muss, empfiehlt der ADAC, nur noch maximal 80 km/h zu fahren. Bei Sichtweiten von unter 50 Metern müssen Autofahrer auch bei Starkregen die Nebelschlussleuchte einschalten. Die maximale Höchstgeschwindigkeit beträgt auch auf Autobahnen dann nur noch 50 km/h. „Wir raten dazu, bei solch extremen Verhältnissen nicht mehr den halben Tacho als Anhaltspunkt für den Abstand zu wählen. Geschwindigkeit gleich Abstand, das ist wesentlich sicherer“, erklärt Suthold.

Bei heftigen Regenfällen steigt besonders auf Strecken mit viel Schwerlastverkehr die Gefahr für Aquaplaning. Wasser sammelt sich in Spurriilen und läuft nicht mehr schnell genug ab. Die Reifen können das Regenwasser bei hohen Geschwindigkeiten dann nicht mehr verdrängen, das Auto verliert den Kontakt zur Straße und beginnt zu schwimmen. Der ADAC in NRW empfiehlt, in so einer Situation den Fuß vom Gas zu nehmen und keine abrupten Brems- oder Lenkmanöver zu machen. Drogendes Aquaplaning erkennen Autofahrer an Wassergeräuschen, Veränderungen der Motordrehzahl oder einer leichtgängigen Lenkung.

Sturm böen

Wird das Fahrzeug von einer Sturm böe erfasst, sollten Autofahrer laut ADAC kontrolliert gegenlenken. Das fällt bei niedrigen Geschwindigkeiten erheblich leichter. Außerdem wichtig: Baumreiche Strecken meiden und auf Brü-

cken und in Waldschneisen die Hinweisschilder beachten. Hier ist die Gefahr groß, von heftigen Böen erfasst zu werden. Besondere Vorsicht gilt auch beim Überholen von Lastwagen und Bussen. „Schon beim Eintauchen in den Windschatten des überholten Fahrzeugs verändert das Auto seine Richtung. Nach dem Überholvorgang wird es dann wieder voll vom Seitenwind erfasst“, warnt Suthold. Besonders anfällig für Seitenwind sind Wohnmobile und Wohnwagen-Gespanne sowie Busse und Lkw. Diese Fahrzeuge können im schlimmsten Fall sogar umkippen.

Der ADAC in NRW rät, bei Gewitter mögliche Ablenkungsquellen wie laute Musik auszuschalten und auch auf das Telefonieren mit der Freisprecheinrichtung zu verzichten. Jederzeit müsse mit umgestürzten Bäumen oder herabfallenden Ästen gerechnet werden. Zudem könnten andere Verkehrsteilnehmer bei Starkregen oder Sturm böen plötzlich anders reagieren als erwartet.

Blitzeinschlag

Sollte der Blitz ins Auto einschlagen, was äußerst selten kommt, wirkt die Karosserie als sogenannter Faradayscher Käfig. Dieser leitet die elektrische Entladung um die Insassen herum. Im Innenraum sollte man nach dem Blitzeinschlag keine Metallteile berühren, die mit der Karosserie in Verbindung stehen. Bei der heute üblichen Kunststoffauskleidung ist das aber kein großes Problem. Als Parkplatz sollte man sich während eines Gewitters keine erhöhten Punkte aussuchen. Fenster sowie Schiebedach schließen und alle Antennen (soweit möglich) einziehen.

Im Cabrio

Cabrio-Fahrer sollten bei Gewitter das Verdeck vollständig schließen. Dann funktioniert auch hier das Prinzip des Faradayschen Käfigs. In nahezu jeder Verdeck-Konstruktion gibt es sogenannte Stangen aus Metall, die einen Einschlag zum Boden ableiten. Auch Windschutzscheibenrahmen, Überrollbügel und Verdeck-Mechanik wirken mit.

Camper

Campen rät der ADAC in NRW, offene Fenster, Türen und Klappdächer zu schließen, auf Geschirrspülen oder Duschen zu verzichten und das 230-Volt-Kabel außen am Wagen abzuziehen (Gefahr der Überspannung). Außerdem sollte man keine metallischen Teile der Einrichtung anfassen und den Kopf aus dem Dachbereich raushalten. Einen sicheren Aufenthalt bietet in jedem Fall die Fahrerkabine. Ein Fahrzeug mit Kunststoffaufbau ohne Metallgerippe oder Metallgeflecht in den Außenwänden bildet hingegen keinen Faradayschen Käfig und daher auch keinen Schutz gegen Blitzschlag.

Radfahrer und Fußgänger

Fahrradfahrer haben keinen schützenden Käfig um sich. Im Fall eines Gewitters mit Blitz und Donner sollten Radfahrer wie auch Fußgänger im Freien generell hohe Standorte wie Berge und Hügel, aber auch Bäume, Masten sowie Metallkonstruktionen wie Zäune oder Gitter meiden. Der ADAC in NRW rät: Keinesfalls den höchsten Punkt im Gelände bilden, absteigen und ausreichend Abstand vom Fahrrad halten. Wenn möglich sollte man sich unter einer Brücke oder einem Vordach unterstellen. Für Radfahrer sind allerdings grundsätzlich eher Gegenstände auf der Straße, Hagel oder schlechte Sicht gefährlicher als der Blitz selbst. ADAC Nordrhein e.V.



ad AUTO DIENST

**DIE MARKEN-
WERKSTATT**

Seit über 25 Jahre für Sie vor Ort!



Fair, kompetent, zuverlässig und nah.

Wir halten Sie mobil!

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

DIE WERKSTATT KENNER
Empfehlungen vertrauen



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

NOTDIENSTE

WIR SIND RUND UM DIE UHR FÜR SIE DA!



110 POLIZEI
112 FEUERWEHR



APOTHEKEN-NOTDIENST

Apotheken-Notruf 0800 00 22833

Freitag, 3. Oktober**Hirsch-Apotheke**

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

Samstag, 4. Oktober**Kur-Apotheke**

Poststraße 1, 59955 Winterberg, 02981/929500

Sonntag, 5. Oktober**Kur-Apotheke**

Poststraße 15, 57319 Bad Berleburg, 02751/92640

Montag, 6. Oktober**Markt-Apotheke Olsberg**

Markt 1, 59939 Olsberg, 02962/97060

Dienstag, 7. Oktober**Stadt-Apotheke**

Merklinghauser Straße 10, 59969 Hallenberg, 02984/8397

Mittwoch, 8. Oktober**Eder Apotheke**

Bahnhofstraße 26, 35066 Frankenberg (Eder)

Donnerstag, 9. Oktober**Kur-Apotheke**

Poststraße 1, 59955 Winterberg, 02981/929500

Freitag, 10. Oktober**Ahorn-Apotheke**

Bahnhofstr. 7, 34497 Korbach

Samstag, 11. Oktober**Franziskus-Apotheke**

Poststraße 6, 59955 Winterberg, 02981/2521

Sonntag, 12. Oktober**Marien-Apotheke**

Oberstraße 10, 59964 Medebach, 02982/8559

Montag, 13. Oktober**Bären-Apotheke**

Solinger Straße 28, 34497 Korbach, 05631/7370

Dienstag, 14. Oktober**Apotheke am Obermarkt**

Obermarkt 22, 35066 Frankenberg (Eder), 06451/72370

**Mittwoch, 15. Oktober****Rathaus-Apotheke**

Stapenhorststraße 12, 35066 Frankenberg (Eder), 06451/72370

Donnerstag, 16. Oktober**Apotheke am Berndorfer Tor**

Berndorfer Tor 5, 34497 Korbach

Freitag, 17. Oktober**Upland Apotheke in Usseln**

Korbacher Straße 3, 34508 Willingen, 05632/94930

Samstag, 18. Oktober**Hirsch-Apotheke**

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

Sonntag, 19. Oktober**Bären-Apotheke**

Solinger Straße 28, 34497 Korbach, 05631/7370

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

GEGEN GEWALT

Menschen, die Gewalt erleben oder erlebt haben.

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

**Zuverlässig seit 1955**

Kranken-, Dialyse-, Strahlen-, Chemo- und Rollstuhlfahrten. Vertragspartner aller Krankenkassen.

Standort Medebach

Tel. 02982-88 88

Standort Hallenberg

Tel. 02984-82 23

SÄLZER

TAXI

info@taxi-medebach.de
www.taxi-medebach.de

info@taxi-hallenberge.de
www.taxi-hallenberge.de



Die Kraft des Atems entdecken

Ihr Weg zu mehr Widerstandsfähigkeit bei Hypnose + Beratung Knipschild



Burkhard Knipschild

Um innere Ruhe zu finden, ist es notwendig, neue Wege zu gehen. Zwei wertvolle Werkzeuge stehen uns dabei jederzeit zur Verfügung- unser Atem und unser Körper.

Sie sind unsere stärksten Verbündeten, um mit Stress, herausfordernden Situationen und überwältigenden Gefühlen besser umzugehen.

Es ist eine Tatsache, dass Stress, anspruchsvolle Situationen und intensive Emotionen ein Teil unseres Lebens sind. Doch wir können lernen, uns aus dem Alarmmodus zu lösen, unseren „Entspannungsmuskel“ zu aktivieren und durch gezielte Atem- und Körperübungen unsere innere Klarheit sowie unsere Verbundenheit zu stärken.

Das Atem- und Resilienztraining von Burkhard Knipschild zeigt auch ohne Hypnose, wie man die Atmung gezielt einsetzen kann, damit Körper und Seele wieder ins Gleichgewicht gelangen: Um Stress zu reduzieren sowie Entspannung und innere Balance, auch in schwierigen Situationen wiederzufinden.

Oder die körpereigene Widerstandsfähigkeit für Körper, Geist und Seele zu stärken, um

mehr Lebensfreude und Energie zu erlangen.

Burkhard Knipschild freut sich, zukünftig ein ganzheitliches Konzept anzubieten, dass Atemtechniken, Körperarbeit, Reflexion der persönlichen Denk- und Verhaltensmuster sowie die Entwicklung eines individuellen Trainingsplanes in Form von Sitzungen und Workshops aus Lebenssituationen heraus, vereint.

Manchmal wird es Zeit, den ersten Schritt zu mehr Wohlbe- finden für die Harmonie von Körper, Geist und Seele zu machen: Atmen Sie durch, finden Sie Ihre Balance und lassen Sie zu, gemeinsam mit Burkhard Knipschild daran zu arbeiten und wie Sie von seinem Training profitieren können. [BL]



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 | |



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 **Notfallschublade** in Ihrer Wohnung/Ihrem Haus:

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





Mit dem LBS-Viererpack ins eigene Zuhause

Tarife der LBS NordWest: 10 % Bonus für alle unter 25-Jährigen

Für alle, die ins eigene Zuhause wollen, bietet die LBS mit ihren WohnTraum-Tarifen zu jeder Zeit die passenden Bauspar- und Finanzierungslösungen: „Es gibt Tarife mit nur 1 % Abschlussgebühr, alle Kredite sind ohne weitere Aufpreise, wir haben einen Tarif mit einer festen Anspargung von nur 30 %, einen Bonus für unter 25-Jährige von 10 % und natürlich weiterhin absolut günstige Darlehenszinsen ab 0,95 % nominal“, beschreibt LBS-Bezirksleiter Klaus Henke nur einiger der Vorteile.

Der LBS-Viererpack gilt nicht nur für Neukunden, auch bereits LBS-Bausparende können bei einem Tarifwechsel von allen Annehmlichkeiten profitieren. „Egal, ob das Traumhaus schon gefunden wurde, Bau oder Kauf erst später anstehen oder eine Modernisie-


LBS

Ihre Immobilien- und Finanzierungsprofis.

In Winterberg, Medebach und Hallenberg.

Immobilienberater Loris Dymek
Bezirksleiter Klaus Henke

LBS-Beratungscenter
 Zeughausstr. 18 · 59872 Meschede
 Telefon 0291 99860 · meschede@info.lbs-nw.de

Wir geben Ihrer Zukunft ein Zuhause.

 Finanzgruppe

rung nötig wird - die neuen Tarife bieten alle Möglichkeiten“, weiß Henke.

Neben dem „WohnTraum Plus“ für alle, die sich in der Immobilienfrage auf alle Eventualitäten vorbereiten wollen, sticht insbesondere der „WohnTraum Finanzierer“ als der Tarif mit flexiblen und individuellen Finanzierungslösungen für den Weg ins Wohneigentum hervor. Exakt abgestimmt auf die bevorzugten Kreditlaufzeiten von 10 oder 15 Jahren kann er als Zinsabsicherung ideal in jede Immobilienfinanzierung eingebaut werden.

Für die rund 7,6 Mio. Menschen unter 25 Jahren in Nordrhein-Westfalen, Bremen, Niedersachsen und Berlin bietet der „TraumStart Young“ mit einer Abschlussgebühr von 1 % und einem 10%igen Bonus auf die Regelsparrate einen verlässlichen Einstieg in die Realisierung der eigenen

vier Wände. „Zumal die Bausparenden die eigentlich fällige Abschlussgebühr für die maximal im TraumStart Young abzuschließende Bausparsumme in Höhe von 20.000 Euro später bei einem neuen Anschlussvertrag auch noch von der LBS geschenkt bekommen“, verdeutlicht Klaus Henke. Der „WohnTraum Modernisierer“ berücksichtigt mit einem Zinsabschlag für grüne Modernisierungen den Wunsch vieler Menschen nach mehr Nachhaltigkeit.

Mit den Bauspartarifen lassen sich zukünftige Zinssprünge absichern und alle Wünsche rund um die Immobilie flexibel und sicher verwirklichen, so LBS-Immobilien-spezialist Loris Dymek: „Unsere Tarife gibt es grundsätzlich auch mit der staatlichen Förderung: Wohn-Riester, Wohnungsbauprämie, Arbeitnehmersparzulage - so sichern sich clevere Häuslebauer viele weitere Spar- und Finanzierungsvorteile.“

