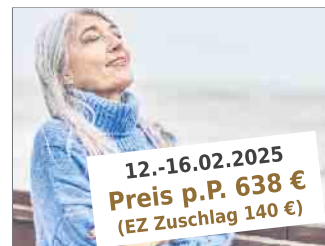


Gelungener Jahresabschluss für die Nighthunters Referinghausen



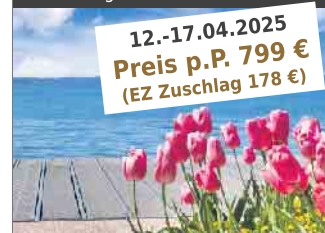
Bericht auf Seite 7



12.-16.02.2025
Preis p.P. 638 €
(EZ Zuschlag 140 €)

5 TAGE Entspannte Winter-Wellness Tage auf Usedom

4 Ü/HP im Dorint Resort Baltiv Hills****S mit SPA Bereich, Ausflüge Inselhighlights Usedom, Usedomer Hinterland (Naturpark) und Wasserschloss Mellentin, Freizeittag



12.-17.04.2025
Preis p.P. 799 €
(EZ Zuschlag 178 €)

6 TAGE Frühlingszauber am Gardasee

5 Ü/HP im Hotel Continental****, Tagesausflüge mit Reiseleitung, Pastaessen, Käserei, Park Sigurte, Lazise, Limone, Malcesine, Riva del Garda, Cascata di Varone u.v.m.

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



Vopeliusstraße 18 · 59964 Medebach · Tel. 02982 3083

Hauptuntersuchung: freitags 14.30 - 17.00 Uhr

*Abnahme erfolgt durch einen amtlich anerkannten Prüfer der GTÜ.



Prüf-
stützpunkt



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



DAT Prüf- und
Schätzungsstelle
Brilon



Hof
Wittmar

HERBST-AKTION

Holzbriketts
10 kg-Pck.
Fichte 4,- €
Buche 4,50 €
PiniKay 4,50 €

Brennholz
in Buche,
Esche und
Fichte.

JETZT SCHON AN DEN WINTER DENKEN!

POWER-PELLETS
15 kg-Sackware
QUALITÄTSPELLETS
AUS DER REGION

15 kg
Sack
nur 4,50 €

Angebotspreis bei Palettenabnahme

Größere Mengen
auf Vorbestellung
unter

0170/9673626

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

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



Förder-Update: Heizungstausch mit moderner Holzenergie



(Quelle: DEPI)

Seit Januar gelten in der Bundesförderung für effiziente Gebäude (BEG) neue Förderbedingungen für Heiztechnik. Nach dem stufenweisen Start durch die Verlagerung zur KfW hat sich mittlerweile eine gewisse Routine bei Antragstellern und Handwerk eingestellt. Dabei hilft, dass immer mehr Detailfragen geklärt sind. Wir geben Ihnen einen kompakten Überblick aus der Praxis. Das Wichtigste vorab: Fast alle Antragstellergruppen können mittlerweile einen Antrag stellen, die ersten Auszahlungen sind erfolgt und der Fördertopf ist sicher, trotz anderslautender Fehlinterpretationen des Haushaltsplans in

manchen Medien.

BEG EM

Anträge für fast alle möglich Seit dem 27. August 2024 können - außer Kommunen - alle Gebäudeeigentümer einen Förderantrag stellen, also auch Unternehmen und andere juristische Personen für alle Arten von Gebäuden (Wohn- und Nichtwohngebäude, KfW-Programme 459 und 522). Auch Förderanträge für Nichtwohngebäude (KfW-Programme 522 und 422), für vermietete Einfamilienhäuser und Maßnahmen am Sondereigentum in WEG (KfW-Programme 458) sind nun möglich. Dies gilt jeweils auch für die Beantragung des Ergänzungskredites (359, 523).

Sonderfall Erbengemeinschaft

Die KfW unterscheidet bei ihren Förderprogrammen drei Antragstellergruppen: Privatpersonen, Unternehmen und Kommunen. Da eine Erbengemeinschaft keine eigenständige juristische Person ist und als solche nicht im Grundbuch eingetragen werden kann, werden die Erben im Antragsverfahren wie mehrere Eigen-

tümer eines Gebäudes behandelt.

Konditionierte Verträge

Konditionierte Verträge sind seit dem 1. September 2024 verpflichtend. In einen Vertrag für den Heizungstausch über die BEG EM kann auch die Bewilligung des KfW-Ergänzungskreditantrags Teil der Konditionierung sein. Der Auftragnehmer kann von einem konditionierten Vertrag zurücktreten, und zwar nur, wenn es einen starken Preisanstieg bei Vorlieferanten gab.

Ratenzahlungen möglich

Bei der Nachweiseinreichung ist neben der Rechnung die Zahlung der ersten Rate nachzuweisen. Fachunternehmen und Antragsteller können demnach eine Ratenzahlung bzw. die vollständige Begleichung vereinbaren, wobei sie bei der Gestaltung frei sind. Dabei kann auch bestimmt werden, dass der geförderte Teil der Kosten als zweite Rate nach Eingang der Förderung zu zahlen ist.

Fachbegriffe bei der Antragstellung

„BzA“ (Bestätigung zum Antrag) und „BnD“ (Bestätigung nach Durchführung) heißen im Rahmen von KfW-

Förderanträgen bei Nichtwohngebäuden „gewerbliche BzA“ (gBzA) und „gewerbliche BnD“ (gBnD). Bei BAFA-Anträgen gibt es keine entsprechende Differenzierung für „TPB“ (Technische Projektbeschreibung) und „TPN“ (Technischer Projektnachweis).

Auslegung Warmwasseranlagen für Klimageschwindigkeits-Bonus

Wer bei der Installation einer Holzheizung einen Klimageschwindigkeits-Bonus erhalten will, muss diese mit einer bestehenden oder neuen Solaranlage (PV zur elektrischen Warmwasserbereitung oder Solarthermieanlage) oder einer Wärmepumpe kombinieren. Diese Warmwasseranlage muss mindestens so viel Wärme liefern können, dass sie den Warmwasserbedarf des Gebäudes bilanziell deckt. Die KfW hat zur Vereinfachung mittlerweile auch eine ertrags- bzw. leistungsbezogene Auslegung von Solaranlagen als Alternative eingeführt (s. Tabelle rechts oben). Bei Wärmepumpen zählt nur die Kompressorleistung, nicht die Leistung des Heizstabs. (Quelle: DEPI)

PELLETKAMINÖFEN

Viele Geräte lagernd oder in Funktion in unserer Ausstellung.

SanTHERM
MODERNE HEIZTECHNIK
und BÄDER



zusätzliche Gebläse



40 kg Pellettank



9 kW Leistung



selbst-reinigend



wasser-führend

Die Top-Produkte von **RIKA** und **PALAZZETTI** in unserer Ausstellung

Wir beraten Sie gerne. Besuchen Sie unsere Ausstellung! ☎ 02981-92520



++ TECHNIK ++ INSTALLATION ++ KUNDENDIENST ++

59955 Winterberg ■ Lamfert 11 ■ Tel 02981-9252-0 Fax -22 ■ www.santherm.com

Erfahrung aus über 1.000 gebauten Heizungsanlagen!



Fabian und Stefanie Dessel offiziell zum neuen Oberschle- dorner Prinzenpaar gewählt

Bei der diesjährigen Generalver-
sammlung des Karnevalsvereins
„Blau-Weiss“ Oberschledorn stan-
den einige Wahlen auf dem Pro-
gramm. So wurden die Beisitzer 1
bis 3, Peer Kamp, Daniel Gerbracht
und Peter Padberg von der Ver-
sammlung für eine weitere Amts-
zeit einstimmig wiedergewählt.
Auch bei der Wahl des 1. Vorsit-
zenden gab es keine Veränderung,
Andre Gerbracht wurde ebenfalls
einstimmig gewählt und leitet den
Verein weitere drei Jahre.

Die letzte Vorstandswahl des
Abends erfolgte auf besonderen
Wunsch des Positionsinhabers und
so stellte Timo Emde die Stelle des
Adjutanten nach 22 Jahre zur Ver-
fügung. Da Timo dies bereits früh-
zeitig mitgeteilt hatte konnte der
Vorstand einen Kandidaten aus
den eigenen Reihen vorschlagen:
André Bergenthal. André wurde
von der Versammlung einstimmig
zum neuen Adjutanten gewählt. Da
nun die Position des 5. Beisitzers
freigeworden war und Timo Emde
ohnehin nur sein Amt und nicht
den Elferrat verlassen wollte, wur-
de er für den Posten vorgeschla-
gen und gewählt.

Es folgte der Höhepunkt des
Abends - die Wahl des neuen Prin-
zenpaares. Die frisch Vermählten
Jecken Fabian und Stefanie Dessel
wurden von der Versammlung zum
neuen Prinzenpaar der Session
2024/2025 gewählt. Prinzessin
Steffi stammt gebürtig aus Mede-
bach, ist mittlerweile schon viele
Jahre in Oberschledorn zuhause
und seitdem auch eine feste Grö-

ße bei den „Spriteuten“. Prinz Fabi
ist ebenfalls bestens bekannt und
von klein auf mit seinem Club „De
Räuber“ im Karneval aktiv.
Die Tagesordnung führte anschlie-
ßend noch den Punkt zur Abstim-
mung über einen neuen Mitglieds-
beitrag, da dieser zuletzt im Jahr
2002 von 10 DM auf 6 Euro geän-
dert worden war. Um die mittel-
fristige Absicherung des Vereins für
die Zukunft sicherzustellen ist die-
ser Schritt längst überfällig. Nach
langer und konstruktiver Diskus-
sion wurde von der Versammlung
ein neuer Mitgliedsbeitrag von 12
Euro vorgeschlagen und, bei zwei
Gegenstimmen, beschlossen.
Der erste Vorsitzende Andre Ger-
bracht gab den Vereinsmitgliedern
zum Schluss einen ausführlichen
Rückblick über die vergangene
Session und berichtete über aktu-
elle Themen des Karnevalsvereins.
Besonders stolz erwähnte er, dass
in der kommenden Session wieder
insgesamt 40 Mädchen bei den
drei Tanzgarden des Vereins ihr
Können unter Beweis stellen.
Der Karnevalsverein „Blau-Weiss“
Oberschledorn freut sich auf eine
stimmungsvolle Session 2024/
2025. Weiter geht's dann im neuen
Jahr mit dem Oberschledorner Kar-
nevalisten-Treff am 31. Januar 2025,
ab 20.01 Uhr und der großen
Prunksitzung mit der offiziellen
Proklamation von Fabian und Ste-
fanie am 8. Februar 2025, ab 18.31
Uhr, in der Schützenhalle.

Weitere Infos auf www.schleider-n-helau.de.



METZGEREI SCHNORBUSCH

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

ANGEBOTE Di., 19.11. - Sa., 23.11.2024

Gehacktes, halb und halb	100 g	0,98 €
Nackengrillsteaks, mariniert	100 g	1,29 €
Cordon beu, vom Schwein	100 g	1,49 €
Frischwurst-Aufschnitt	100 g	1,49 €
Frische Zwiebelmettwurst	100 g	1,39 €
BenjaminGouda, 48%	100 g	1,29 €

ANGEBOTE Di., 26.11. - Sa., 30.11.2024

Gulasch, Rund und Schwein gemischt	100 g	1,39 €
Schnitzel (Oberschale)	100 g	1,19 €
Grillsteaks, mager, mariniert	100 g	1,29 €
Hallenberger Mettwurst, am Stück	100 g	1,98 €
Frische Zwiebelmettwurst	100 g	1,59 €
Holland Gouda, 48 %	100 g	1,29 €

DIENSTAG: FRISCHES METT

100 g 0,89 €

HEIßE THEKE AB 11.00 UHR

- Di. Grillhaxen und Wellfleisch
- Mi. Leberkäse, heiß aus dem Backofen
- Do. Hallenberger Currywurst
- Tägl. Schnitzel, Kotelettes, Frikadellen und Brötchen

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

Wir sind auch sonntags für Sie da!

WINTERZEIT Genießer-Zeit

ORANGENVERKAUF

Alex Reuss

Saftige Orangen, Clementinen und
kaltgepresstes Olivenöl aus Calabrien.

Weitere Infos und Bestellungen
gern am Telefon.

☎ 0176 31136104, 59929 Brilon

SPIES

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

www.landschaftspflege-spies.de

Sofort Bargeld

Schmuck & Uhren

Gold- & Silberankauf zum Tageshöchstpreis

DRÖGE

Hauptstr. 18 • Winterberg

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

Altgold • Münzen • Zahngold
Besteck • D-Mark-Tausch 2:1

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

Vertrauen Sie nur dem Fachmann vor Ort!



Montags: Weißbrot und Astenkruste

Dienstags: Dinkel-Malz und Urliebbling

Mittwochs: Kein Brot

Donnerstags: Weißbrot und Astenkruste

Freitags: Urliebbling und Kartoffel-Dinkel

Samstags: Weißbrot, Astenkruste und Dinkel-Malz

Sonn- und Feiertage: Kein Brot

Fachpersonal im Bäckereihandwerk gesucht!

Café Engemann
Konditorei • Bäckerei • Restaurant

www.cafe-engemann.de
Am Waltenberg 14
59955 Winterberg
T 02981 7374

Unsere neuen Öffnungszeiten:
Mo. - Fr. 9 - 18 Uhr Sa., So. & Feiertage 8 - 18 Uhr

Veränderungen in Café Engemann in Winterberg

Bereits 95 Jahre backt das Café Engemann im Herzen von Winterberg, am unteren Waltenberg nun bereits für alle Winterberger, Bewohner der umliegenden Ortschaften und seine Gäste. In alter Familientradition blicken Marlies und Ulrich Engemann voller Stolz auf ihre Bäckereigeschichte zurück.

Jedoch ist es ihnen bis jetzt trotz intensiver Suche nicht gelungen, einen Bäcker/in zu finden.

Die Zeiten ändern sich und deshalb sieht sich das Familienunternehmen ab dem 1. Dezember gezwungen, neue Wege zu gehen und reduziert des Bäckerei-Angebot. „Wir backen täg-

lich weiter frische Brötchen, jedoch wird ab dem 1. Dezember nicht mehr ausgeliefert-schön wäre es natürlich, wenn wir noch Fachpersonal im Bäckereihandwerk finden können“, so Ulrich Engemann.

Vorbestellungen aller Brot- und Backwaren sind weiterhin möglich. Schweren Herzens wird die Herstellung des im Buchenholzfeuer geflämten, traditionellen Gersterbrotes wegen der derzeitigen Lage auch eingestellt.

Familie Engemann möchte sich bei ihren Kunden auf diesem Wege ganz herzlich für Ihr Verständnis bedanken und hofft weiterhin auf Ihre Treue! [BL]

Habitzki.de

**HEIZÖL
DIESEL
PELLETS**

**WIR LIEFERN ZUVERLÄSSIG!
TEL 02977 96990**



Das Café Engemann am unteren Waltenberg in Winterberg

Salon Kraushaar

Bornhöfchen 7
59969 Hallenberg
Telefon 02984 2904



**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



30 Jahre Blumen Langer in Winterberg-Niedersfeld



Kreative weihnachtliche Dekorationen bei Blumen Langer

Inhaberin Regina Langer kann in diesem Monat stolz auf ihr 30-jähriges Jubiläum des gemütlichen Blumenladens an der Ruhrstraße mitten in Niedersfeld zurückschauen.- Ein Grund zum feiern und ein Anlass, daraus ein besonderes Wochenende zu machen: **Am Samstag, den 23.11.2024, von 9.00 - 17.00 Uhr und Sonntag, den 24.11.2024, von 10.00 - 16.00 Uhr ist es soweit.**

Kreative, weihnachtliche Dekorationen in den Trendfarben salbei, schwarz, moosgrün und beerfarben mit natürlichen Elementen setzen hier trendige Akzente. Für einen gemütlichen Aufenthalt gibt es dazu wärmende Köstlichkeiten aus dem Suppenkessel. Der Erlös dieses Verkaufs wird anschließend an die Tafel in Winterberg gespendet. [BL]

Die Rauh Nächte

Zu diesem Thema hatte der Landfrauenverein OV Medebach in das Pfarrheim eingeladen. Gespannt folgten 36 Frauen dem Vortrag von Susanne Kleinsorge, warum diese Nächte zwischen Heiligabend und Hl. Drei Könige so geheimnisvoll sind. Jede Rauh nacht steht für einen

der zwölf Monate im kommenden Jahr. Es ist die Zeit, sich von vielen Dingen zu befreien, aufzuräumen, zu putzen, Schulden zu begleichen, Geliehenes zurückzugeben, Ballast loszuwerden, und Angelegenheiten zu klären. In dieser Zeit hält man sozusagen das kommende Jahr in den Händen.

Einzigartig im Hochsauerland!

Ihr findet uns auch auf:  



Südtiroler Backhaus
BROTZEITSTUBE • ALM CAFE

Mo./Mi.-Sa. 7.00 bis 21.00 Uhr • So. 7.30 bis 21.00 Uhr
Zur Halsmecke 3 • 59939 Olsberg-Elpe • 02983-8453
www.suedtiroler-backhaus.de

30 Jahre
Blumen Langer

Wir zeigen Euch Weihnachten 2024

Samstag 23.11.
von 9:00 - 17:00 Uhr

Köstlichkeiten aus dem Suppenkessel
(Erlös geht an die Tafel Winterberg)

Sonntag 24.11.
von 10:00 - 16:00 Uhr

Ruhrstraße 38, 59955 Niedersfeld, Tel.: 029 85 - 90 89 205

HO HO HO

früher Dich am Dein Stammkunden präsent



Deutsche Versicherungsfinanz GmbH
Eine gute Versicherung ist Gold wert...

Günstig versichert?

Nuhnetalstr. 52, 59955 Winterberg-Züschchen
Tel.: 0 29 81- 78 75
info@versicherungsfinanz.de



HELLWIG + Partner
Versicherungsmakler

Wir beraten Sie
NEUTRAL - UNABHÄNGIG - FAIR

Allianz 

AXA 

ALTE LEIPZIGER 

HDI 

NÜRNBERGER 
VERSICHERUNGSGRUPPE

Gothaer 

ARAG 

Die Continentale 

R+V 

VHV 
VERSICHERUNGEN

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

BESTATTUNGEN

WIR HELFEN IHNEN ABSCHIED ZU NEHMEN!



TRAUER

DIE LETZE RUHE FINDEN

IM SCHOSSE DER
NATUR ...

Baumbestattung –
ein ganz besonderer
Ort für die letzte Ruhe.

BESTATTUNGEN
Tschierschky

Frankenberg
Tel. 06451/71 62 58
Hallenberg
Tel. 02984/14 00

www.bestattungen-tschierschky.de



BESTATTUNGEN
Bernd Braun

Fachgeprüftes und zertifiziertes Unternehmen

Hellenstraße 16 59955 Winterberg

☎ 0 29 81 - 454
01 71 - 503 77 65
info@bestattung-braun.de www.bestattung-braun.de

BESTATTER
vom Handwerk geprüft

Bestattung Kappen

Erd-, Feuer- und Ruhewaldbestattungen
Bestattungsvorsorge

**Trauerdruck und
Traueranzeigen**

Andre Kappen | 59964 Medebach
Tel.: 02982 - 738 | Mobil: 0160-8250869
www.bestattungen-kappen.de

... dem Leben einen würdevollen Abschied geben!

**Bestatter
Deutschland**

Bestattungsinstitut
Falkenstein

Inhaber Bernd Braun
Medebach

Fachgeprüftes und zertifiziertes Unternehmen

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

www.bestattung-falkenstein.de

☎ 0 29 81 - 454

BESTATTER
vom Handwerk geprüft

Was zu tun ist, wenn ein Familienmitglied stirbt

Bei einem Todesfall gibt es Hilfe und Unterstützung

Wenn ein Familienmitglied stirbt, müssen die Angehörigen bereits in der akuten ersten Trauerzeit viele Dinge für die Beerdigung organisieren. Es gibt allerdings Hilfen, die es erleichtern, mit der Ausnahmesituation umzugehen und die Beisetzung im Sinne der oder des Verstorbenen schön zu gestalten. Auch für finanzielle Fragen findet man Anlaufstellen.

Was muss zuerst getan werden?

Ist ein Mensch verstorben, stellt eine Ärztin oder ein Arzt den Totenschein aus. Mit diesem Dokument wird der Todesfall beim Standesamt gemeldet und die Sterbeurkunde beantragt. Das muss am ersten Werktag nach dem Tod erfolgen. Ist der Angehörige in einer Pflegeeinrichtung oder einem Krankenhaus verstorben, ist die Trägerschaft für diese Formalitäten verantwortlich. Ist der Tod zu Hause eingetreten, übernimmt nach dem ärztlichen Besuch ein Bestattungshaus oft diese Aufgabe. Bestatter holen auch den Leichnam ab und bereiten ihn für die Beerdigung vor. In einem Erstgespräch kann die Familie schnell klären, welche Aufgaben den Fachleuten darüber hinaus zusätzlich übertragen werden können oder sollen und welche sie selbst übernehmen möchte. So beraten Bestatter ebenfalls zur Auswahl der Urne oder des Sarges, zu Waldbeisetzungen und vielen anderen Fragen.

Informationen im Internet

Hat die verstorbene Person zu Leb-

zeiten vorsorglich bereits Entscheidungen für den Todesfall getroffen, so sollten diese unbedingt berücksichtigt werden. Gibt es Vorsorgeverträge oder Willenserklärungen zum Beisetzungsort oder dem Ablauf der Trauerfeier? Hat der Verstorbene sich beispielsweise gewünscht, ein Baumgrab in einem Friedwald zu bekommen, so sollte nun der entsprechende Kundenservice kontaktiert werden. Unter www.friedwald.de/ratgeber finden Angehörige eine ausführliche Informationsseite, die unter anderem zu den Kosten und dem Ablauf einer Beisetzung im Bestattungswald informiert und eine Übersicht bietet, was im Trauerfall genau zu tun ist. Auch die Suche nach einem Bestattungshaus in der Nähe, das Waldbeisetzungen anbietet, ist dort möglich.

Vorsorge betreiben

Für die meisten Familienangehörigen ist es eine große Belastung, direkt nach dem Tod des geliebten Menschen Entscheidungen treffen zu müssen. Daher sollten zum Beispiel Senioren schon zu Lebzeiten Vorsorge betreiben und damit ihre Nachkommen entlasten. Beim Bestattungshaus ihres Vertrauens können sie sich jederzeit auch zu naturnahen Beisetzungen im Wald beraten lassen, ein Komplettangebot einholen und ihre Wünsche festhalten. Das macht es später für Kinder und Enkel einfacher. (DJD)



Die Försterin hilft bei dem Ausfüllen eines Grabvertrages, wenn die Beisetzung eines geliebten Menschen in einem Friedhofswald erfolgen soll. Foto: DJD/Friedwald

Bericht zur Titelseite

Gelungener Jahresabschluss für die Nighthunters Referinghausen

Elf Bogenschützen der Nighthunters Referinghausen nahmen zum Saisonabschluss am 19. Oktober an der Dachs Jagd in Breidenbach (Hessen) teil. Bei herbstlichem Wetter ging es nach einem guten Frühstück einen Parcours von ca. 4 Kilometer Länge. In teilweise steilem und unwegsamem Gelände warteten an 30 Stationen verschiedene 3D-Ziele in unbekannter Entfernung. Erfolgreichster Schütze des Turniers war Jugendweltmeister Robin Hogrebe, der sich nun in der Herrenliga beweisen muss. Und wie gut er das kann, bewies er mit der höchsten Punktzahl des Tages. Ebenfalls in

der Klasse Herren Compound Visier starteten Ronni Haub (4. Platz), Peter Hogrebe (7.), Marco Agotz (10.), Florian Henneke (12.), Maximilian Pape (14.) und Leon Dölle (15.). Sascha Agotz belegte mit seinem Jagdbogen Rang 19. Erfolgreich war auch der Nachwuchs: Lara Dölle vertrat die Bogensportlerinnen hervorragend und stand in der Klasse Recurvebogen-Schüler, weiblich, ganz oben auf dem Siebertreppchen. Linus Hogrebe holte sich den ersten Platz in der Klasse Compound Visier - Jugend, männlich, gefolgt von Marko Kurtzius auf Rang Zwei. pap

André Rieus
Weihnachtskonzert
Gold & Silver
Am So., 08.12.2024
um 16.00 Uhr

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



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

Schulte & Cramer
E. Gnacke
Die Profis, wenn's um Wärme geht...

ARAL
Tel. 02972 7828
Schmallenberg · schulte.gnacke@gmail.com

Virtueller Wunschbaum als Gemeinschaftsprojekt

Wir sind Medebach e.V. und Bürgerhilfe Medebach e.V. - Gemeinsam Freude schenken

Die Bürgerhilfe Medebach, ein gemeinnütziger Verein, der sich seit Jahren für soziale Projekte in der Kernstadt engagiert, startet in diesem Jahr gemeinsam mit dem Verein Wir sind Medebach eine besondere Aktion, um hilfsbedürftigen Menschen und Senioren in der Vorweihnachtszeit eine Freude zu bereiten. Mit dem zugleich analogen und virtuellen Wunschbaum möchten die Vereine gemeinsam mit der Organisatorin Christina Vesper die Möglichkeit schaffen, dass Herzenswünsche von Menschen, die auf Unterstützung angewiesen sind, erfüllt werden - ganz einfach und digital. Ab dem 1. November können interessierte Bürgerinnen und Bürger auf der Website www.wir-sind-medebach.de den virtuellen Wunschbaum besuchen. Dort werden die eingehenden Wünsche von Senioren und hilfsbedürftigen Menschen in Form einer Wunschliste aufgeführt. Die Wünsche können von Alltagsgegenständen über kleine Aufmerksamkeiten und einfach nur Zeitwünschen für eine Begleitung in Alltagssituationen bis hin zu speziellen Geschenken reichen, die sich die Menschen aus finanziellen oder gesundheitlichen Gründen nicht selbst leisten können. Der „Wunschwert“ sollte

als Anhaltspunkt bei materiellen Wünschen nicht 50 Euro übersteigen. „Besonders in der Weihnachtszeit ist es uns wichtig, dass niemand vergessen wird. Viele Senioren und hilfsbedürftige Menschen leben isoliert oder in schwierigen Verhältnissen. Durch den virtuellen Wunschbaum geben wir der Gemeinschaft die Chance, ihnen ein wenig Freude zu schenken“, erklärt die Initiatorin Christina Vesper. „Das analoge und digitale Format ermöglicht es zudem, dass jeder - unabhängig vom Aufenthaltsort - teilnehmen und helfen kann.“

So funktioniert der virtuelle Wunschbaum:

1. Der Wunsch der hilfsbedürftigen Person bzw. der Seniorin und des Seniors wird per E-Mail an kontakt@medehilfe.info an die Vereine gerichtet. Alternativ besteht die Möglichkeit einen Wunschzettel analog auszufüllen und in der Tourist Info auf dem Marktplatz, im Rathaus oder bei der LVM Agentur Kirtz abzugeben bzw. in die Wunschbox in den vorgenannten Räumlichkeiten einzuwerfen.
2. Interessierte Spender besuchen die Website www.wir-sind-medebach.de und wählen einen Wunsch aus.

3. Sie bestätigen die übernommene Wunscherfüllung per E-Mail an kontakt@medehilfe.info und können dann entweder den Wunsch direkt erfüllen oder den benötigten Betrag auf das Konto des Vereins Wir sind Medebach e.V., IBAN: DE58 4165 1770 0000 0351 21 spenden, damit die Vereine den Wunsch besorgen und an den Empfänger übergibt.

Allgemeine Spenden für die Aktion können ebenfalls mit dem Verwendungszweck „Wunschbaum“ auf das Konto erfolgen.

4. Die Übergabe der Geschenke erfolgt ab dem 10. Dezember und somit rechtzeitig vor Weihnachten durch den Spender direkt oder durch die Organisatoren, die die Wünsche liebevoll verpacken, sofern noch nicht geschehen und den Beschenkten überreicht.

Der Bürgerhilfeverein und Verein Wir sind Medebach hoffen auf eine rege Beteiligung der Bevölkerung, um möglichst viele Wünsche zu erfüllen und den Menschen eine festliche Freude zu bereiten. „Jeder Beitrag zählt. Mit kleinen Gesten können wir Großes bewirken und das Leben derjenigen erhellen, die es gerade besonders schwer haben“, betonen die Vereinsvorsitzenden.

Zusätzlich zur digitalen Aktion wird

der Verein die Wünsche und ihre Erfüllung über die sozialen Medien teilen, um die Gemeinschaft am Erfolg der Aktion teilhaben zu lassen. Die Aktion läuft bis zum 15. Dezember, sodass genug Zeit bleibt, um alle Wünsche zu realisieren.

Wer helfen möchte, kann sich ab sofort auf der Website www.wir-sind-medebach.de informieren und mitmachen. Gemeinsam können wir dafür sorgen, dass Weihnachten auch für die hilfsbedürftigen Menschen und Senioren in unserer Stadt zu einer Zeit der Freude und des Lichts wird.

Kontakt:

Christina Vesper
Beethovenstraße 24
Telefon 0151 28747706 oder im LVM-Büro unter 02982 8691 (während der Öffnungszeiten)





Im Rösterei-Verkauf der Kaffeerösterei Langen Kaffee in Medebach finden Genießer und Kaffeeinteressierte eine besondere Auswahl an frisch gerösteten Kaffeesorten

Seit 1959 steht die Langen Kaffeerösterei für beste handwerkliche Röstkunst und direkten Kon-

takt zu den Produzenten. Wir schätzen die harte Arbeit in den Kaffeeanbaugebieten, kennen die

Menschen und die Geschichten hinter (fast) jeder Bohne. Unsere Kaffees stammen aus direktem, fairem Handel und größtenteils aus biologischem Anbau - weil wir glauben, dass ehrliche Partnerschaften den Unterschied machen. In unserem Rösterei-Verkauf in Medebach, **Industriestraße 8**, erwartet Sie eine große Auswahl an aromatischen Kaffees, hochwertigen Kaffeemaschinen, regionalen Geschenkideen und Zubehör für den perfekten Kaffeegenuss. Unsere Kaffees werden mit viel Liebe und Geduld handwerklich geröstet, damit jede Bohne ihr volles Aroma entfalten kann. Der Röstprozess ist ein entscheidender Moment, bei dem wir unsere Erfahrung und Können einsetzen, um die feinen Nuancen jeder Bohne hervorzuheben.

Gern laden wir Sie ganz unverbindlich auf eine Tasse Kaffee oder Cappuccino mit frischer Milch von Schreibers Hof direkt aus der Nachbarschaft ein.

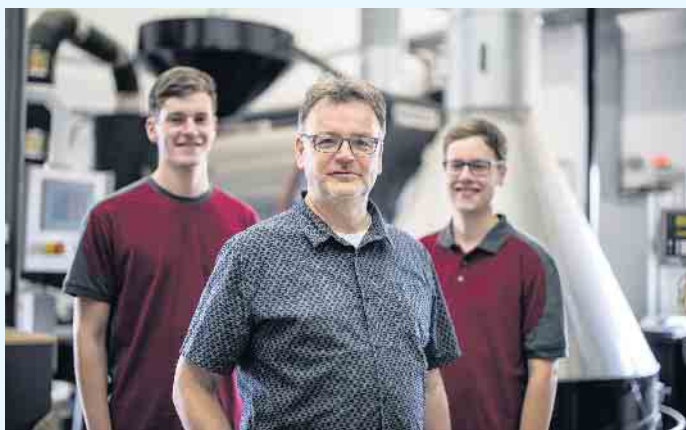
Vor Ort beraten wir Sie persönlich und beantworten alle Fragen rund um unsere Kaffeesorten, Zubereitung und Maschinen, darunter unsere Favoriten von **Nivona**, **Severin** und **ECM**. Auch für besondere Anlässe finden Sie bestimmt etwas bei uns. Wer sich zu Weihnachten einen neuen Vollautomaten gön-

nen möchte, ist herzlich eingeladen, bei uns vorbeizuschauen - wir beraten Sie gerne zu den besten Modellen von denen wir als Röster überzeugt sind.

Für alle die noch auf der Suche nach ihrem Lieblingskaffee sind bieten wir Ihnen unsere Probierpakete an. Ob kräftig, mild oder exotisch, für Espresso, Vollautomat und Filterkaffee - hier entdecken Sie eine spannende Auswahl, die garantiert Ihren Geschmack trifft. Und für eine persönliche Geschenkidee finden Sie bei uns hübsch gestaltete Geschenkkartons im KaffeeLiebhaber-Design - perfekt für die Feiertage!

Weiteren Langen-Kaffeeanschub gibt es in Medebach auch im **Rewe Markt Heiderich**, bei **Edeka Mitsch** und am **Biohof Lämmerberg**. Außerdem steht Ihnen unser Kaffee rund um die Uhr in den Automaten von **Schreibers Hof** zur Verfügung - ideal für jede Tages- und Nachtzeit! Diese befinden sich in Medebach am Rewe Markt oder direkt am Hofladen in der Hasenkammer sowie in Winterberg bei Edeka Löffler.

Mehr Informationen zu uns finden Sie auf www.langen-kaffee.de. Besuchen Sie uns und erleben Sie die Leidenschaft und Qualität, die wir seit drei Generationen in jede Tasse Langen Kaffee stecken!



Klaus Langen und seine Söhne Julius (links) und Leonard (rechts), die zweite und dritte Generation in der Rösterei Langen Kaffee.



Langen Kaffee Rösterei-Verkauf

Röstfrisch in Medebach



**Wir freuen uns auf
eine gemeinsame
Tasse Kaffee bei uns!**



Langen Kaffeerösterei

Industriestraße 8
59964 Medebach

Öffnungszeiten

Montag - Freitag: 08:00 - 17:00 Uhr
Samstag & Sonntag: geschlossen

www.langen-kaffee.de



Persönliche Beratung in unserem Ladenlokal

Welche Milchalternative ist die beste für meinen Kaffee?



Sojadrinks haben nussige Aromen und einen ähnlich hohen Eiweißgehalt wie Kuhmilch. Foto: Nespresso/akz-o

Der Verbrauch an Kuhmilch in Deutschland erreichte 2022 ein neues Rekordtief, während der Markt für pflanzliche Milchalternativen stetig wächst. Laut der jüngsten Versorgungsbilanz für das Jahr 2022, veröffentlicht vom Bundesinformationszentrum Landwirtschaft (BZL), beträgt der Pro-Kopf-Verbrauch nur noch 46,1 Kilogramm pro Jahr - ein Rückgang von 900 Gramm im Vergleich zum Vorjahr. Immer mehr Deutsche entscheiden sich für pflanzlichen Milchschaum in ihrem Kaffee. Zu den bereits etablierten Sorten wie Mandel-, Soja-, Reis-, Kokos- und Haferdrinks gesellte sich zuletzt auch der Kartoffeldrink. Doch wie schmecken diese Milchalternativen im Kaffee?

Milchimitate im Kaffee: Kann das wirklich schmecken?

Kaffeeexperte Dimitros Sarakinis von Nespresso erklärt: „Aus meiner Erfahrung lautet eine Grundregel: Kaffees mit hohem Säuregehalt harmonisieren weniger gut mit Pflanzendrinks. Dunkler Espresso ist beispielsweise weniger säurehaltig als helle bis mittelstark geröstete Kaffees. Haferdrinks kommen geschmacklich der Kuhmilch sehr nahe und sind mein persönlicher Favorit. Auch die nussigen Aromen von Sojadrinks lassen sich gut mit verschiedenen Kaffees kombinieren.“

Welche Faktoren sorgen für guten Milchschaum?

Wenn es darum geht, guten Milchschaum zu erzeugen, empfiehlt der Experte von Nespresso, auf Milchalternativen zu achten, die sich gut aufschäumen lassen. Das sind zum Beispiel extra Barista-Sorten mit höherem Proteingehalt, etwa Mandel- oder Sojavarianten. Sojadrinks haben zudem einen ähnlich hohen Eiweißgehalt wie Kuhmilch, was für ernährungsbewusste Menschen interessant sein kann.

Wie ist es um die Umweltfreundlichkeit bestellt?

Neben dem Geschmack spielt auch die Nachhaltigkeit eine Rolle bei der Wahl von Milchalternativen. Kuhmilch verursacht mit 2,2 kg CO₂-Äquivalenten pro Liter die höchsten Treibhausgasemissionen, zudem liegt der Wasserverbrauch mit 248 Litern pro Liter Milch im Mittelfeld. Umweltfreundlichere Optionen sind beispielsweise Hafer- und Sojadrink. Oft stammt der Hafer aus Europa, mit einem CO₂-Fußabdruck von 0,6 kg. Der Wasserverbrauch liegt bei nur 3,4 Litern pro Liter. Auch der Sojadrink hat einen geringen CO₂-Fußabdruck (0,9 kg) und verbraucht 1,2 Liter Wasser pro Liter. Mandeldrink und Reisdink sind ressourcenintensiver. Ein Mandeldrink erfordert 371 Liter Wasser pro Liter und ist

für Emissionen von 0,7 kg CO₂-Äquivalenten je Liter verantwortlich. Der Reisdink liegt

hier noch mal höher mit 0,9 kg CO₂-Äquivalenten und 586 Litern Wasser pro Liter. (akz-o)

BIO-Rindfleisch

direkt vom Hof aus eigener Aufzucht

**Verkauf am 13.12.2024 von 14.00-18.00 Uhr
und am 14.12.2024 von 10.00-14.00 Uhr.**



Unser Angebot
im Paket:
18€
je kg

**Fleischpaket - beim Kauf
von Gulasch, Rouladen, Braten,
Rinderhack, Bratwurst, Steak,
Knochen und Suppenfleisch**

oder einzelne Edelstücke auf Anfrage verfügbar

**Alles unter 0174/1522197 nur auf
Vorbestellung bis zum 29.11.2024 zwecks Planung!**



Kontrollierter Biobetrieb nach DE-ÖKO-006

Kühlschrankverkauf ab Hof zur Selbstbedienung

**Familie Althaus • Nägelsbach 2
59969 Hallenberg • Mobil 0172 564 31 86**

24/7

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

**Unser Regionalmarkt findet
dienstags und samstags
von 14 bis 17 Uhr
im Innenhof unseres Hotels statt.**



**Wir wünschen viel Spaß
beim Stöbern und Genießen.**

Center Parcs Park Hochsauerland 59964 Medebach ☎ +49 2982 9500





Wussten Sie eigentlich schon etwas über...

Tipps bei beginnender Demenz?

Ich schreibe in der männlichen Form!

Teil 2 - Beispiel und Tipps

Wie in meinem letzten Artikel versprochen, starte ich jetzt mit einem Paradebeispiel im Umgang mit Demenz.

Vor Jahren habe ich eine demenziell erkrankte Frau in die Pflege aufgenommen. Der Ehemann kam zum Aufnahmegespräch und ich dachte erst, ich müsste ihn jetzt über das Krankheitsbild Demenz und Verhaltensweisen mit seiner demenziell erkrankten Frau aufklären. Zu meinem großen Erstaunen hatte sich dieser Mann im Vorfeld umfangreich informiert, inklusive Aufsuchen einer Selbsthilfe-

gruppe. So etwas hatte ich in diesem Umfang vorher noch nicht erlebt. Dieser Herr wusste mehr über Demenz als ich. WOW! Was wir dann bei der Versorgung der Patientin miterleben durften, ließ uns jedes Mal das „Herz aufgehen“ (mir inklusive). Wir erlebten einen zugewanderten, emphatischen, über alle Maßen liebevollen Ehemann, der alles für seine Frau tat. Wer schon einmal einen demenziell Erkrankten begleitet hat, weiß, was für eine „Schwerstarbeit“ diese Betreuung und Begleitung mit sich bringt. Bis zum Tod dieser Frau verschlechterte sich ihr Zustand und an den Ehemann wurden stets neue Herausforderungen gestellt,

die er mit Bravour in seiner liebevollen Art bewältigte. Warum hat alles in diesem Haushalt so gut geklappt? Weil der pflegende Angehörige umfänglich informiert war, weil er Hilfsangebote angenommen hat, weil er entspannt war und die Nerven behalten hat. Letztendlich aufgrund seiner Herzenswärme seiner Frau gegenüber. Hätte ich einen Hut auf dem Kopf, so würde ich ihn ihm gegenüber heute noch ganz tief ziehen. Er hat mich (uns alle) schwer beeindruckt! Was kann man nun machen um bei beginnender Demenz seinen Angehörigen zu unterstützen? Hier nur einige Beispiele: **1.** Gedächtnisstützen: Termine und andere wichtige Daten könnten gut sichtbar auf einem Kalender notiert sein. Auch Notizzettel erleichtern das erinnern. Persönliche Erinnerungen sind immer ratsam. **2.** Der Tages- und Wochenablauf könnte verschriftlicht an einem gut sichtbaren Ort der Wohnung aufgehängt werden (ähnlich wie ein Stundenplan). Dieser Plan sollte fest und immer wiederkehrend sein. Kurzes Beispiel: Dienstagnachmittag, Einkauf bei...? Was ist dafür mitzunehmen? **3.** Feste Ablageorte für Geldbörse und Schlüssel (da sollte ich mir jetzt vielleicht ein Beispiel nehmen, ich bin ständig auf der Suche nach solchen Dingen) **4.** der Alltag sollte gemeinsam gestaltet



werden, beispielsweise das Vorbereiten der Mahlzeiten (vertraute Routine) oder Kleidungsstücke im Schrank auf Lieblingsstücke minimieren. **5.** Sichere Umgebung: Stolperfallen beseitigen, fester Bodenbelag, gute Beleuchtung innerhalb der Wohnung **6.** Solange es geht, sollten die Hobbys weiter gepflegt werden und der Betroffene sollte so aktiv wie möglich bleiben. **7.** Information des Umfeldes: beispielsweise Supermarkt oder Geldinstitut.

Was ich neben allen Tipps den pflegenden Angehörigen noch sagen möchte, weil es mir am Herzen liegt: Informieren Sie sich umfänglich über das Thema Demenz, treten sie, wenn möglich, einer Selbsthilfegruppe bei. Nutzen Sie Hilfs- und Unterstützungsangebote. Sprechen Sie öffentlich über das Sie betreffende Thema Demenz.

helfen • pflegen
wohnen • leben

caritas
BRILON

Sozialstationen
Medebach
☎ 02982 900000
Winterberg & Hallenberg
☎ 02981 6345

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



Besuchen Sie uns auf unserer Homepage www.apocare.info

Mobile Pflege und Hilfe zuhause



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

Nuhnetalstraße 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 - 8207 145
E-Mail apocare@t-online.de

**Zusatzangebot
Ihrer
Pflegekasse!**



ST. FRANZISKUS-HOSPITAL
WINTERBERG



Abendvorträge
zu den Herzwochen 2024
der Deutsche Herzstiftung e.V.

Stärke Dein Herz!
Herzschwäche erkennen und behandeln



Dienstag, 19.11.2024
18:00 Uhr bis 19:30 Uhr
im Oversum-Panoramaraum
Am Kurpark 4
59955 Winterberg

Referenten

Dr. med. Marco Timmermann
Facharzt für Kardiologie
Praxis "Kardiologie Winterberg"
Dr. med. Daniel Gießmann
Chefarzt Innere Medizin
St. Walburga-Krankenhaus, Meschede

Bedenken Sie bitte immer daran, Demenz ist kein Makel, sondern eine Erkrankung, die sich niemand aussucht und die jeden treffen kann. Führen Sie keine Gegenreden, sieht der demenziell Erkrankte den Himmel gelb, so ist er eben gelb. Behalten Sie stets die Nerven, auch wenn sie mit ständigen Wiederholungen oder Aggressionen konfrontiert werden. Sprechen Sie bei Aggressionen und Ängsten des Betroffenen bitte mit Ihrem Arzt.

Und vor allem, spenden Sie liebevolle Zuwendung. Seien Sie für Ihren Erkrankten der „Fels in der Brandung“. Wenn beispielsweise ihr Lebenspartner an Demenz erkrankt, denken Sie einmal an ihre Hochzeit zurück, was haben sie sich gegenseitig versprochen? **In guten und in schlechten Zeiten!**

In diesem Sinne,
herzlichst
Petra Meyer



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

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

- Vollstationäre Pflege • Kurzzeitpflege
- Verhinderungspflege • Service Wohnen



St. Mauritius

Wohn- und Pflegezentrum

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

www.mauritus-medebach.de

**Tagespflege
noch
Plätze frei!**



Pflege und
Betreuung mit
Herzlichkeit und
Kompetenz

Plätze im Bundesfreiwilligendienst frei.

Wir suchen DICH!

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

Wir bieten Dir:

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

**BEWIRB
DICH
JETZT!**

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



NOTDIENSTE

WIR SIND RUND UM DIE UHR FÜR SIE DA!



110 POLIZEI

112 FEUERWEHR



A_{POTHEKEN-NOTDIENST}

Apotheken-Notruf 0800 00 22833

Freitag, 15. November

Berg Apotheke

Bergstraße 1, 34508 Willingen, 05632/6699

Samstag, 16. November

Upland Apotheke

Neuer Weg 7, 34508 Willingen, 05632/69344

Sonntag, 17. November

Apotheke am Obermarkt

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

Montag, 18. November

Franziskus-Apotheke

Poststraße 6, 59955 Winterberg, 02981/2521

Dienstag, 19. November

Cosmas-Apotheke

Hinterstraße 11, 59964 Medebach, 02982/297

Mittwoch, 20. November

Rathaus-Apotheke

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

Donnerstag, 21. November

Ahorn-Apotheke

Bahnhofstraße 7, 34497 Korbach (Korbach)

Freitag, 22. November

Kur-Apotheke

Poststraße 1, 59955 Winterberg, 02981/929500

Samstag, 23. November

Stadt-Apotheke

Merklinghauser Straße 10, 59969 Hallenberg, 02984/8397

Sonntag, 24. November

Eisenberg-Apotheke

Flechtdorfer Straße 3a, 34497 Korbach, 05631/4021

Montag, 25. November

Cosmas-Apotheke

Hinterstraße 11, 59964 Medebach, 02982/297

Dienstag, 26. November

Marien-Apotheke

Oberstraße 10, 59964 Medebach, 02982/8559

Mittwoch, 27. November

Kur-Apotheke

Poststraße 1, 59955 Winterberg, 02981/929500

Donnerstag, 28. November

Stadt-Apotheke

Merklinghauser Straße 10, 59969 Hallenberg, 02984/8397

Freitag, 29. November

Upland Apotheke in Usseln

Korbacher Straße 3, 34508 Willingen, 05632/94930

Samstag, 30. November

Bären-Apotheke

Solinger Straße 28, 34497 Korbach, 05631/7370

Sonntag, 1. Dezember

Cosmas-Apotheke

Hinterstraße 11, 59964 Medebach, 02982/297

Notdienste jeweils von 9 bis 9 Uhr am Folgetag

Angaben ohne Gewähr

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

Entdecke Dich selbst

Was ist Dein Ziel und Sinn im Leben?

Bleiben Sie immer wieder in den gleichen Situationen stecken? Sehnen Sie sich nach einer wesentlichen Veränderung in Ihrem Leben? Haben Sie das Gefühl, dass Sie mehr aus Ihrem Leben machen können? Wünschen Sie sich mehr Einsicht darüber, wer Sie sind, was Sie „bewegt“ und woher Ihre Entwicklung kommt? Das Leben ist nicht einfach und wir Menschen sind komplex. Es ist darum sehr gesund und bereichernd, wenn jemand ab und zu aus seinem Blickwinkel die Sicht für Ihre Dinge in Ihrem Leben ganz ehrlich aus- oder anspricht. Um mehr Einsicht in sich selbst zu gewinnen, sich wieder inspiriert fühlen und neue Möglichkeiten sehen.

„In meinen Sitzungen vermittele ich Wissen darüber, wie es um uns Menschen im allgemeinen aussieht, aber auch, wie Sie sich als individuelle Person zusammensetzen“, so Jann van der Wal. Wo liegen Ihre Talente und welche Herausforderungen bringen sie

mit sich? Was ist Ihr Ziel in diesem Leben? Wichtige Fragen, den Sinn des Lebens zu ergründen, etwas zu verändern und glücklicher zu werden.

Oft haben gewisse Verhaltensmuster ihren Ursprung in unserer frühen Kindheit. Situationen, die uns verletzt haben und in denen wir stecken geblieben sind, z.B. familiäre Gewohnheiten und Strukturen, die gegen unsere eigenen Gefühle gehen.

Wir sagen vielleicht Ja, obwohl wir eigentlich Nein sagen wollen. Oder wir fügen zu allem etwas hinzu, weil es sonst nicht genug ist. Tief im Inneren denken wir vielleicht, dass wir nicht in Ordnung sind und versuchen, das irgendwie zu kompensieren. Wir sind zu dominant oder zu zurückhaltend.

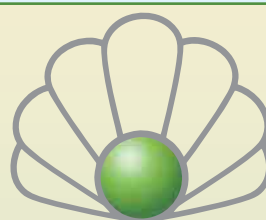
Wenn unser Verhalten nicht mit unserem inneren Selbst übereinstimmt, wirkt sich das psychisch und physisch aus. Es macht uns Stress, wir fühlen uns nicht wohl in unserer Haut und es fehlt uns

an Lebensfreude.

Dabei können ein paar Sitzungen so viel Klarheit schaffen und Spannungen abbauen.

Sie haben nichts zu verlieren, sondern können nur dabei gewinnen. Egal wie- es ist eine Bereicherung, auch wenn Sie nur neugierig auf ein Kennenlerngespräch sind. [BL]

Jann van der Wal von THE GREEN PEARL



THE GREEN PEARL

Jann van der Wal

Am Kahlen Pön 14 • 59964 Medebach-Titmaringhausen

Mobil: 0160-1840716 • info@thegreenpearl.nl

- **Beratung**
- **Charakterfindung**
- **Energetische Behandlungen**

Wir nähten Filztaschen

Wenn im Herbst die Tage kürzer werden, beginnt für viele wieder die kreative Zeit. Im neuen Programmheft der Landfrauen des OV Medebach wurde ein Nähkurs angeboten, in dem Filztaschen hergestellt werden konnten. Eifrig werkelten im KiGa Maris Stel-

la die Teilnehmerinnen, wobei Filz und Futterstoff geschnitten, gesteckt und genäht wurde. Somit entstanden wunderschöne Taschen in den Farben blau, grau und bordeaux, die bei den nächsten Einkäufen sicherlich bewundert werden.



Nuhnetalstraße 54
59955 Winterberg

Sauerland Promotion

02981 - 8161066
Info@sauerland-promotion.de
sauerland-promotion.de

Partyplanung
Kostum-Promotion
Paketshop
Promotion (Planung und Durchführung)
Treppenhaus- und Apartment-Reinigung
Ferienhaus-Service (Reinigung, Check in und Check out)

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

Unsere Adventsausstellung ist für Sie geöffnet.

Raiffeisen-Markt

Wir leben Nähe!

Hallenberger Adventszauber

20 %
Rabatt auf aktuelle Freizeitbekleidung und Schuhe

Wir laden Sie herzlich ein zur Einstimmung in die Adventszeit!
Do. 28.11. von 16-20 Uhr
erleben Sie mit uns gemeinsam einen schönen Abend bei Glühwein und kleinen Leckereien.

Gültig vom 28.11.2024* Abgabe nur in haushaltsüblichen Mengen und nur solange der Vorrat reicht. • Irrtümer vorbehalten. ✕ = Niedrigster Gesamtpreis innerhalb der letzten 30 Tage vor Anwendung der Preisermäßigung

Ihr ✕ Raiffeisen-Markt
59969 Hallenberg • Aue 1 • Tel: 02984 / 416
Öffnungszeiten: Mo-Fr 9.00-18.00, Sa 9.00-13.00 Uhr

Raiffeisen Wittgenstein-Hallenberg eG
Firmensitz: Industriestraße 2, 57319 Bad Berleburg / Raumland

Die nächste Ausgabe erscheint am:
Freitag, 29. November 2024
Annahmeschluss ist am:
21.11.2024 um 10 Uhr

Rautenberg Media Zeitungspapier –
nachhaltig & zertifiziert:
Made of paper awarded the EU Ecolabel
reg. no. FI/1/001, 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@rautenbergberg.media

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

ERSCHEINUNG vierzehntäglich

V.i.S.d.P. FÜR DIE RUBRIK

· Politik
SPD Michael Hiemer

Kostenlose Haushaltsverteilung in Medebach. Zustellung
ohne Rechtsanspruch. Einzelbezug über Rautenberg Me-
dia 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 hereingekommene Pressematerialien

Rautenberg Media übernimmt keine Haftung für die Rich-
tigkeit (inhaltlich u. orthographisch) und Vollständigkeit.
Per Post erhaltenes Pressematerial wird nicht zurückge-
sandt. Keine garantierte Veröffentlichung. Entstehen For-
derungen Dritter aus Verletzungen des Urheber-, Presse-
oder Nutzungsrechts durch das Pressematerial, fordert
Rautenberg Media Schadenersatz beim Einreicher. Bei ir-
rümlich fehlender Namensnennung am Werk (z.B. Bild-
nachweis) verzichtet der Einreicher auf jegliche Forderung
an Rautenberg Media. Durch den Einreicher des Pressema-
terials wird Rautenberg Media befugt, dieses sowohl für ih-
re Print-Ausgaben, als auch für die durch sie betriebenen
elektronischen Medien zu verwenden.

KONTAKT

MEDIENBERATERIN

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

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

VERKAUF Fon 02241 260-112
verkauf@rautenbergberg.media

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

INFORMATION

info@rautenbergberg.media

RAUTENBERG MEDIA ONLINE

rautenbergberg.media
facebook.de/rautenbergmedia
instagram.de/rautenberg_media
vimeo.com/rautenbergmedia

ZEITUNG

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

SHOP

rautenbergberg.media/anzeigen

LOKALER GEHT'S NICHT

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

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 Bür-
gerschaft, für örtliche Werbetreibende und in-
teressierte Leser in Brandenburg und Berlin.
heimatblatt.de



- ZEITUNG
- DRUCK
- WEB
- FILM

LOKALES

Pfr. Uwe Steinmann und Bürgermeister Thomas Grosche wurden verabschiedet

Am 30. Oktober verabschiedeten sich Pfr. Uwe Steinmann und Bürgermeister Thomas Grosche von den Frauen der Ev. Frauenhilfe in Medebach.

Das Leitungsteam der Frauenhilfe bedankte sich im Namen aller Mitglieder für die segensreichen Jahre, die Pfr. Uwe Steinmann die monatlichen Frauenhilfenachmitta-

ge mit einer Andacht begleitete. Er wird zukünftig in einer evangelischen Gemeinde in Lünen Brambauer eine z.Zt. nicht besetzte Pfarrstelle übernehmen.

Bürgermeister Thomas Grosche war für viele Jahre, jeweils im Oktober, zu Gast bei der Frauenhilfe in Medebach.

Seine Berichte aus vielen Ge-

bieten der kommunalen Verwaltung lockten eine äußerst interessierte Zuhörerschaft.

Ein herzlicher Dank der Medebacher Frauenhilfe, verbunden mit guten Wünschen, wurde ihm durch Rosemarie Feldeverth überreicht.

Andrea Schüngel begleitete diesen Abschied musikalisch am Klavier.

Selber machen statt kaufen

Die LandFrauen OV Medebach laden am 21. November, um 19 Uhr, zu einem Workshop ein, um gesündere Alternativen zu Fertigprodukten vorzustellen und was dabei gut für die Umwelt ist.

Die Veranstaltung leiten Ulla Padberg und Monika Schmiedeler. Ort: Katholisches Pfarrheim Medebach

Teilnehmergebühr: 5 Euro für Mitglieder, sonst 10 Euro, jeweils zzgl. Umlage für Material.

Anmeldung bis 16. November bei Monika Schmiedeler 02982 1739. Auch Nichtmitglieder sind herzlich willkommen.

Aufruf zum Tag des Ehrenamtes

Liebe Leser*innen,

wir suchen wieder Ihre Geschichten zum Thema Ehrenamt. Sie engagieren sich ehrenamtlich oder kennen jemanden, ohne den Ihr Verein nicht das wäre, was ihn ausmacht?

Dann schicken Sie uns gerne Ihre Beiträge mit dem Betreff „Ehrenamt/Ort“ per Mail an redaktion@rautenbergberg.media. Einsendeschluss ist der 17. November 2024.

Die Beiträge sollten bitte nicht länger als 3.000 Zeichen (inklusive Leerzeichen) sein. Gerne können Sie uns auch ein bis zwei Fotos (keine Logos) mitschicken. Bitte beachten Sie, dass die Fotos frei von Bildrechten und die abgebildeten Personen mit einer Veröffentlichung einverstanden sein müssen. Wir freuen uns auf Ihre Beiträge Ihre Redaktion

PRIVATE & GESCHÄFTLICHE KLEINANZEIGEN

ONLINE BESTELLEN

www.rautenbergberg.media/kleinanzeigen

 **AUTO & ZWEIRAD**

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

Familien

ANZEIGENSHOP

FGB 20-13
43 x 90 mm
ab **52,00**

Für alles was wirklich zählt!

shop.rautenbergberg.media

KLEINANZEIGEN
PRIVAT & GESCHÄFTLICH

ONLINE BESTELLEN

rautenbergberg.media/kleinanzeigen

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

*gewerbliche Kleinanzeige ab 13,99 €

 **RAUTENBERG MEDIA**



Tipps zur Pflege der Autotürdichtungen im Winter von Kfz-Meisterbetrieb Schäfer



Ihr Auto in besten Händen beim Kfz-Meisterbetrieb Schäfer in Küstelberg

Solide Grundlagen und erfahrene Partner benötigt man zur Umsetzung neuer Ideen. Die Kfz-Meisterwerkstatt Schäfer bietet seit über 50 Jahren Unfallreparaturen mit eigenen Rahmenrichtsystemen an, womit ursprünglich alles begann. Zum Service zählen Reparaturen aller Art, der Reifendienst für PKW und Kleintransporter, Fahrzeugdiagnosen und das Abschleppen und Bergen mit 24-Stunden-Service Pannenhilfe rund um die Uhr. **Im Winter nicht zu vernachlässigen ist die Pflege sämtlicher Autotürdichtungen, rät Kfz-Meister Herbert Schäfer.** Ansonsten können die Dichtun-

gen abreißen, sollten sie an der Tür festfrieren und diese gewaltsam geöffnet werden. Die Autotürdichtungen sind ein essentieller Bestandteil der Auto-Innenpflege und sollten vor allem zum Winterbeginn mit einer speziellen Gummipflege versehen werden, damit diese nicht porös werden. Geeignet für die Türgummipflege sind zum Beispiel spezielle Türdichtungsmittel, Hirschtalg, Glycerin, Silikon oder Vaseline. Sobald alle Gummidichtungen gesäubert wurden, kann das Gummipflegemittel in Form eines Schwämmchens, Stiftes oder Sprays aufgetragen werden.

In Sachen Unfall- und Pannenhilfe, gerade jetzt in der Winterzeit setzt Herbert Schäfer auf schnelle und effektive Hilfe. Das engmaschige Netz ausgewählter Partnerunternehmen ist hierbei die

Basis für schnellen und verlässlichen Service. Jeden Mittwoch und Freitag ist eine Hauptuntersuchung (HU) und eine Abgasuntersuchung (AU) durch den DEKRA im Hause möglich. [BL]

SCHÄFER Kfz-Meisterbetrieb



- 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.

ALOIS CAPPEL Kfz.-Meisterwerkstatt

- Reparaturen aller Fabrikate
- Unfall-Instandsetzung
- Autovermietung



Nuhnstraße 19 · 59969 Hallenberg
Telefon 02984 / 8200



5 Jahre AUTODIENST KRONAUGE in Hallenberg



Die neuen SB-Waschboxen mit farbigem Powerschaum

Der KFZ-Betrieb AUTODIENST KRONAUGE aus Hallenberg kann inzwischen auf mehr als 25 Jahre Kfz-Werkstatt unter dem Konzept „ad-AUTODIENST“ zurückblicken. Seit 1998 betreut das Team um Stefan Kronauge als freie Mehr-Marken-Werkstatt Fahrzeuge aller Hersteller. Um diesem Anspruch gerecht zu werden, ist der Betrieb fachlich und technisch immer auf dem neuesten Stand, sowohl im Bereich der Werkstattausrüstung als auch bei der technischen Schulung der Mitarbeiter. Dafür steht auch das Siegel „geprüfte Qualitätswerkstatt“. Wartungs- und Reparaturarbeiten werden unter Verwendung von Original-Ersatzteilen nach den Vorgaben der Fahrzeughersteller durchgeführt. Dadurch bleibt Ihr gesetzlich festgeschriebener Gewährleistungsanspruch gegenüber dem Hersteller erhalten (lt. GVO 421/2010). Permanente Weiterbildung und Weiterentwicklung wird seit jeher großgeschrieben. Vordere Plätze bei deutschlandweiten

Vergleichswettbewerben der KFZ-Branche belegen das. So auch in diesem Jahr zum wiederholten Mal die Auszeichnung „Werkstatt des Vertrauens“. Die Hallenberger Werkstatt ist kompetenter Ansprechpartner für alle Fahrzeugmarken, sowie aller Klassen, auch in Sachen E-Mobilität. Neu seit diesem Jahr kamen die Kamera- und Radartechnik zur Einstellung der Fahrassistenzsysteme (ADAS) hinzu. Seit diesem Sommer ist AUTODIENST KRONAUGE auch „firstglass“ Autoglas-Partner, zertifiziert durch den TÜV Süd. Reparaturen von Glasschäden aller Art sind nun mit unkomplizierter, direkter Abwicklung über die Kfz-Versicherung möglich. Vor einem Jahr wurden auch die neuen SB-Waschboxen den Kunden zur Verfügung gestellt. Mit farbigem Powerschaum macht das Autowaschen, wahlweise über Münzeinwurf oder EC-Kartenzahlung, jetzt noch mehr Spaß! Das Team von AUTODIENST KRONAUGE freut sich auf Ihren Besuch! [BL]



AUTO DIENST

25 Jahre für Sie vor Ort!

DIE MARKEN-WERKSTATT



Fair, kompetent, zuverlässig und nah.

Wir halten Sie mobil!

WERKSTATT DES VERTRAUENS 2024
Werkstatt des Vertrauens 2024

GEPRÜFTE QUALITÄT-WERKSTATT
Geprüfte Qualitäts-Werkstatt

DIE WERKSTATT KENNER
Empfehlungen vertrauen

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

* durch externen Dienstleister

Stefan KRONAUGE Industriestr. 2, 59969 Hallenberg, Tel. 02984 / 908310, www.kronauge.de

