

## Sticken - Mach mit



Bericht auf Seite 2



## 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.



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](http://www.pflegedienst-huneck.de)



♦ Weihnachtsbäume (Nordmanntannen)  
Bio-Orangen und Zitronen aus Sizilien

*Frohe Weihnachtsfeiertage und einen  
guten Rutsch ins neue Jahr!*

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 3626

Folge uns auf Facebook und Instagram  



Hof  
Wittmar



## Bericht zur Titelseite



Bärbel Ingeborg Zimber vom „House of Textile Arts“ kam einmal monatlich mit Anleitungen in das in Oberschledorn gelegene „KUMA Kunst-Café“, mit ihrem unglaublichen Wissen und schönem Material. Das vielleicht längste Stickmuster der Welt sollte entstehen.

Die „Textile 2024“ in Schmallenberg wird außergewöhnliches rund um textile Kunst zeigen. Mit dabei das vielleicht längste Stickmuster der Welt. Schon heute sind wir gespannt auf das schönste Stickmuster-Band der Welt aus Medebach!



**Raiffeisen-Markt**

**Ihr Fachmarkt für Haus, Tier und Garten.**

**Wir beraten Sie gern!**

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

**Ihr Raiffeisen-Markt**

**59969 Hallenberg • Aue 1 • Tel: 02984/416 Fax: 02984/407**  
[www.wittgenstein.raiffeisen.de](http://www.wittgenstein.raiffeisen.de) • [hallenberg@wittgenstein.raiffeisen.de](mailto:hallenberg@wittgenstein.raiffeisen.de)

## Ü-Sechziger starten ins neue Jahr

Das Jahr 1994 war für Medebach eine ganz besondere Zeit. Es gab viele Feiern und große Ereignisse, denn die Hansestadt Medebach konnte auf 850 Jahre zurückblicken

Einen Querschnitt der vielen Veranstaltungen dieses Jahres zeigt Gerhard Schnellen beim ersten Ü-Sechziger-Nachmittag am Mittwoch, 10. Januar 2024, um 14.30 Uhr im Kolpinghaus. Zuerst gibt es jedoch wie gewohnt gute Unterhaltung bei Kaffee, Kuchen und Schnittchen. Mit dem gemeinsamen Gesang beliebter Lieder mit musikalischer Begleitung von Gottfried

Schüngel geht dann dieser Nachmittag zu Ende.

Für das Jahr 2024 gibt es wieder ein breitgefächertes Programm der Ü-Sechziger Treffen im Kolpinghaus und für die Fahrten.

Dies liegt nun zur Mitnahme bereit und zwar an den Schriftenständen in der Pfarrkirche, bei den Banken und bei der Tourismus Zentrale in Medebach.

Zum ersten Ü-Sechziger Nachmittag und zu allen weiteren Treffen sind alle Senioren und Seniorinnen ganz herzlich eingeladen.

Richard Canisius - Pressewart der Kolpingsfamilie Medebach

**HELLWIG + Partner**

**Versicherungsmakler**

**Wir beraten Sie**  
**NEUTRAL – UNABHÄNGIG – FAIR**

**Allianz**   
**HDI**   
**Gothaer**   
**R+V**

**AXA**   
**NÜRNBERGER**   
**ARAG**   
**VHV**

**ALTE LEIPZIGER**   
**Die Continentale**

Am Dauren 2 • 59964 Medebach-Oberschledorn  
Fon: 02982/1890 • [www.hellwig-partner.de](http://www.hellwig-partner.de)





## Was tun bei Arthrose?

Nicht selten leiden Arthrose-Betroffene tagein, tagaus und auch nachts unter heftigen Schmerzen. Was tun, wenn die vielen Möglichkeiten der Selbsthilfe zum Schutz der Gelenke nicht durchführbar sind oder ohne Erfolg bleiben? Was tun, wenn äußerliche Anwendungen das Entzündungsgewebe nicht erreichen und Medikamente zu viele Nebenwirkungen haben? Kann dann die sogenannte Radiotherapie zur Linderung der Arthroseschmerzen beitragen? Und bei welchen anderen Weichteil-orthopädischen Erkrankungen kann sie eingesetzt werden? Zu diesen wichtigen Fragen und allen anderen Anliegen bei

Arthrose gibt die Deutsche Arthrose-Hilfe e.V. in ihrem Ratgeber „Arthrose-Info“ wertvolle, praktische Empfehlungen, die jeder kennen sollte. Auch fördert sie die Arthroseforschung bundesweit mit bisher 500 Forschungsprojekten und einer Stiftungsprofessur. Eine Sonderausgabe des „Arthrose-Infos“ kann kostenlos angefordert werden bei: Deutsche Arthrose-Hilfe e.V., Postfach 110551, 60040 Frankfurt (bitte gern eine 0,85-Euro-Briefmarke für Rückporto beifügen) oder per E-Mail an: service@arthrose.de, bitte auch dann gern mit vollständiger Adresse für die Zusendung des Ratgebers.



## Hallenberger Oldtimer-Weihnachtskonvoi

### Ein Erlebnis für die ganze Familie

Zum dritten Mal gibt es am Voraubend vor Heiligabend in Hallenberg weihnachtliche Stimmung in besonderer Weise.

Am 23. Dezember, um 18 Uhr, starten an der Oldtimerhalle wieder die beleuchteten und weihnachtlich geschmückten Oldtimer-Fahrzeuge, zu ihrer besonderen Mission.

Mit dem weihnachtlichen Fahrzeugkonvoi durch Hallenberg wollen die Oldtimerfreunde Hallenberg e.V. wieder Vorfreude in die Straßen und die Gesichter von Groß und Klein bringen.

Aufstellung der geschmückten Fahrzeuge ist ab 17.45 Uhr an der Oldtimerhalle.

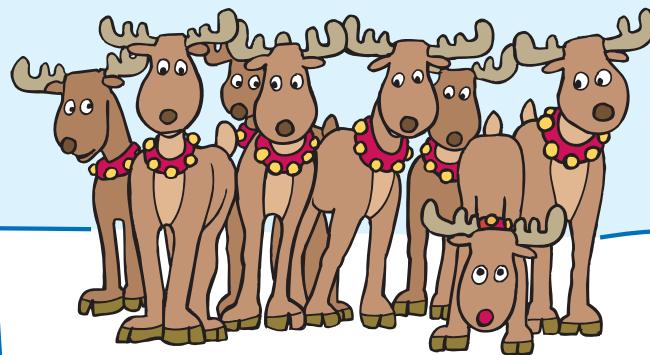
Vor und nach dem Weihnachtskonvoi ist für das leibliche Wohl sowohl der Mitwirkenden, aber auch der Zuschauer an der Oldtimerhalle (Weiferweg 15) in weihnachtlicher Atmosphäre gesorgt. Der Weihnachtsmann wird der Oldtimerhalle nach dem Weihnachtskonvoi einen Besuch abstatten - mit Überraschungen für die kleinen Besucher.

#### Der Routenverlauf

- Weiferweg
- Talweg
- Aue

- Bahnhofstraße
- Nuhnestraße
- Heiligenhaus
- Heideweg
- Wunderhauserstraße
- Merklinghauser Str.
- An der Mauer
- Burgstraße
- Bangenstraße
- Gartenweg
- Antoniusstraße
- Am Kump
- Marktplatz
- Petrusstraße
- Merklinghauser Str.
- Weiferweg
- Damm
- Langeloh
- Bergstraße
- Langeloh
- Damm
- Weiferweg
- Oldtimerhalle

Oldtimerfreunde Hallenberg e.V.



Wir danken herzlich für das entgegengebrachte Vertrauen und wünschen allen Kunden harmonische Weihnachtstage und ein glückliches neues Jahr.

Wir freuen uns auf die weiterhin gute Zusammenarbeit im nächsten Jahr!



## METZGEREI SCHNORBUSCH

59969 Hallenberg · Kirchstraße 6 · Tel. 02984-8330  
[www.metzgerei-schnorbusch.de](http://www.metzgerei-schnorbusch.de)

**DRÖGE**

**Sofort Bargeld Schmuck & Uhren**

**Gold- & Silberankauf zum Tageshöchstpreis**

**Altgold • Münzen • Zahngold**

**Besteck • D-Mark-Tausch 2:1**

Vertrauen Sie nur dem Fachmann vor Ort!

**DRÖGE**

**Hauptstr. 18 • Winterberg**

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

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

## Glückliches neues Jahr!

Happy New Year <> Bonne Anné



Liebe Leserinnen und liebe Leser,  
verehrte Kundinnen und Kunden,  
in diesem Jahr warten nicht nur

365 frische, neue Tage auf uns, sondern es gibt dank Schaltjahr einen weiteren Bonustag, den 29. Februar 2024. Eine Ausnahme, etwas Besonderes, ein Highlight -

vielleicht lassen Sie uns wissen, was Sie sich für diesen besonderen Tag, den es nur alle vier Jahre einmal gibt, vornehmen. Werden Sie den Bonustag einfach „blau machen“, sich etwas Besonderes gönnen, vielleicht sind Sie genau an diesem Tag geboren und freuen sich auf einen „richtigen Geburtstag“? Möglicherweise wird es einfach ein entspannter, glücklicher Donnerstag mit guten Freunden und einem Gläschen Schampus „auf die nächsten vier Jahre“ - schreiben Sie uns gerne auf 29Februar2024@ rautenberg.media \* - wir sind gespannt darauf, was Sie planen und worauf Sie sich heute schon freuen! Wir wünschen Ihnen allen einen wunderschönen, grandiosen Start in das Jahr 2024.

Glück, Freude, Lachen, Erfolg und Erfüllung mögen Sie an jedem neuen Tag begleiten und Ihnen - spätestens am Abend - ein zufriedenes Lächeln auf die Lippen zaubern.

Selbstverständlich wünschen wir Ihnen Gesundheit und bei allem Tun (und Lassen / was manchmal noch schwerer ist) viel (Glücks-)Schwein!

Wir freuen uns darauf, mit Ihnen in dieses neue Jahr zu starten!  
Herzliche Grüße

Ihre  
Siri Rautenberg-Otten  
mit allen Mitwirkenden  
RAUTENBERG MEDIA

\*Wenn Sie mögen, veröffentlichen wir Ihre Beiträge in aller Kürze in unseren Publikationen.

## REGIONALES \*



### Niedersfelder Weihnachtsmarkt

Erfolgsmodell seit 23 Jahren



Gut besucht war der Niedersfelder Weihnachtsmarkt.

Foto: Hittenpost

Der Niedersfelder Weihnachtsmarkt hat die Adventszeit eingeläutet. Zu Hunderten kamen die

Menschen aus Nah und Fern in die Dorfhalle, um sich bei angenehmen Temperaturen in Weih-

nachtsstimmung bringen zu lassen. Und das gelang sehr gut, denn die Schützen hatten ihre Halle einmal mehr in ein Weihnachtswunderland verwandelt. 9.950 Lichter erstrahlen im neuen Beleuchtungskonzept und sie ließen viele Besucher, aber auch die Aussteller, staunen. Es blieben an beiden Markttagen kaum Wünsche offen. Seien es die vielen Möglichkeiten an den rund 50 Verkaufsständen oder aber die kulinarischen Angebote, die von den berühmten Fußballer-Pommes über den Hochheideburger bis zu den Wohltätigkeitswaffeln und natürlich dem Stiftskuchen reichten.

Auch die Unterhaltung kam nicht zu kurz. Bei Kaffee, Glühwein oder einem Bier kam man schnell ins Gespräch und ließ das eine oder andere Erlebnis des bald enden-

den Jahres Revue passieren. Am Sonntag sorgte die Blasmusik Niedersfeld mit einem weihnachtlichen Konzert für schöne Klänge. Das große Orchester, in dem diesmal auch wieder neue Musikerinnen und Musiker zum ersten Mal mitspielten, begeisterte die voll besetzte Halle.

Und auch äußerlich konnte es kaum weihnachtlicher sein, denn der viele schöne Schnee bedeckte nicht nur das Dorf, sondern sorgte mit seinen Verzierungen auf den Bäumen für eine wirklich schöne Stimmung.

Ein seit Jahren schon absolutes Highlight ist der große Weihnachtsbaum direkt vor der Dorfhalle. Die Schützen schmücken diesen jedes Jahr und so erstrahlt er in alle Himmelsrichtungen, aus denen er wegen seiner mächtigen Größe gut zu erkennen ist.

## Einladung zum Frauenkarneval in Liesen



## Merry Christmas • fröhliche Weihnachten



und ein glückliches  
Jahr 2024



Liebe Leser und Leserinnen,  
verehrte Kundinnen und Kunden,

voller Dankbarkeit dürfen wir auf ein schnell verflogenes Jahr 2023 zurückblicken.  
Wir als Rautenberg Media konnten in diesem Jahr in Nachhaltigkeitsbestrebungen punkten:  
Photovoltaik-Anlage in Betrieb genommen, Zertifizierungen für Druckpapiere wieder  
erhalten, umweltschonendere Produktion realisiert.  
Gleichzeitig durften wir mit lokalen Online-Zeitungen an den Start gehen und konnten uns  
auch bei Print als zweitgrößter Wochenzeitschriften-Verlag Deutschlands durch neue  
Zeitungstitel in NRW und Brandenburg weiter positionieren.

**Verbunden mit einem sehr großen und herzlichen Dank an Sie ganz persönlich, für  
Ihre Treue und Verbundenheit sowie für die gute und erfolgreiche Zusammenarbeit  
wünschen wir Ihnen beschwingte und fröhliche Weihnachtsfesttage.**

Für das neue Jahr wünschen wir beste Gesundheit, Glück und Erfüllung in allem Tun und in  
allen Lebenslagen Gottes Segen.

Danke, dass Sie da sind - unser Medienhaus mit allen Mitwirkenden und ich freuen uns auf Sie.

Herzliche Grüße und bis ganz bald  
Birgit Lauber

■ ZEITUNG ■ DRUCK ■ WEB ■ FILM

[www.rautenberg.media](http://www.rautenberg.media)

Ihre MEDIENBERATERIN

Birgit Lauber  
**0171 88 59 940**

Rautenberg Media: 02241 260-0



## Griechische Szenen - Malerei von Pitt Moog

Neue Ausstellung im Kump Hallenberg



**„Die Musik von Headphone Candy ist eine Mischung aus Electronic-Jazz, Trip-Hop und Downbeat. Die beiden Musiker Raphael Sprenger (trumpet, programming) und Michael Schäfers (bass, programming) verbinden in ihren Tracks die Leidenschaft für Jazz und elektronische Musik und schaffen so atmosphärische Klangwelten.“**

Die Mauern sind versunken, der Schlachtlärm ist in der Tiefe der Geschichte verhallt. Pitt Moog war 27, hatte intensiv an der Entstehung der documenta I mitgearbeitet und war eben mit

dem Studium bei Arnold Bode und Fritz Winter fertig, als er erstmals in jene Landschaft kam, in den die antiken Mythen noch lebendig waren. Der Maler näherte sich seinem Thema, das

ihn ein Künstlerleben lang beschäftigten sollte.

Die ausgestellten Arbeiten, die bis dato - mit wenigen Ausnahmen - unveröffentlicht blieben, entstanden im zeitlichen Zusammenhang mit mehrmonatigen Reisen durch den ägäischen Kulturräum in den Jahren 1959 bis 1961.

Was aber empfand der Künstler, als er in diese frühen Kulturen eintauchte und wie setzte er diese Eindrücke künstlerisch um? Die Antwort waren Ritzzeichnungen, die Dramen, Tragödien und Mythen zeigen und die versuchen, Ordnung in eine rätselhafte Welt zu bringen. Filigran und ausdruckstark, ja fast märchenhaft führen uns die Werke in eine Vergangenheit, die vergessen zu sein scheint. Nur ein Blick in die Vergangenheit? Nein, gleichzeitig erscheinen seine Werke höchst aktuell und spiegeln das heutige Sein mit all den Sorgen und Ängsten, aber auch der Sehnsucht nach Freude, Liebe und Frieden wieder. Kunsthistoriker und Freunde von Pitt Moog sind sich einig: die Erfahrungen und Eindrücke dieser Reise waren richtungsweisend für das spätere künstlerische Schaffen von Pitt Moog. Ein weiter Bogen sollte sich von den ersten Ritzzeichnungen aus dem Jahre 1959 bis hin zu den späten Ölzeichnungen, die bis zu seinem Tode im Jahre 2017 in Brilon entstanden sind, spannen.

Mit der Ausstellung „Griechische Szenen“ im Kump und der gleichzeitig laufenden Ausstellung mit Werken des Künstlers im Hallenberger Rathaus ergibt sich ein künstlerisches Gesamtbild von Pitt Moog, das in dieser Art und Komplexität einzigartig ist. Die ausgestellten Werke sind ein Teil der Sammlung, die die Tochter des Künstlers Frau Eva-Maria Moog der Öffentlichkeit zur Verfügung gestellt hat.

Eröffnet wird die Ausstellung am 11.1.2024 um 19.00 Uhr durch den Vorsitzenden des Fördervereins Hallenberg Michael Krongauz und Herrn Sparkassendirektor Jürgen Hillebrand. Musikalisch wird die Eröffnung durch



**Griechische Szenen A / Illustrationen zur „Griechischen Mythologie“**

**1961, ca. 85 x 111 cm, Mischtechnik auf Bütten**

Headphone Candy (Raphael Sprenger, Micha Schäfers) begleitet, die erst kürzlich bei ihrem Auftritt in der Briloner Jazznacht für Furore gesorgt haben. Besonderen Dank gilt den Sponsoren, der Sparkasse Hochsauerland, den Förderverein Hallenberg, der Firma ante-holz und dem Architekturbüro Gerber, ohne deren Unterstützung diese Ausstellung nicht möglich gewesen wäre.

**Eröffnung: Donnerstag, 11.01.2024, Beginn: 19.00 Uhr, freier Eintritt**

**Ausstellungsdauer: 11.01.2024 - 09.02.2024**

**Öffnungszeiten: jeweils zu den Öffnungszeiten des Kump Hallenberg**

**und sonntags von 14.00 Uhr bis 16.00 Uhr.**



**Griechische Szenen C / Pan: Apollon**

**1961, 54 x 71 cm (div. Größen 54 x 72 cm, 54 x 55 cm), Mischtechnik auf Bütten**



**Griechische Szenen D / Die Paare von Epidauros, 1961**

**ca. 28 x 21 cm / 28 x 21 cm, Tusche auf Bütten**

## Bücherei Hallenberg hatte eingeladen

Das Team der Bücherei Hallenberg hat zum diesjährigen Buchsonntag eingeladen und viele große und kleine Besucher sind gekommen. Viele neue Medien wurden ausge-

liehen. Die Kinder hatten Spaß beim Basteln und Spielen. Das Angebot von Getränken und Waffeln wurde gerne angenommen. Schön, dass ihr alle da wart!

Die Bücherei bleibt vom 24. Dezember bis einschließlich 2. Januar 2024 geschlossen. Dann sind wir wieder zu den gewohnten Öffnungszeiten für euch

da: Dienstag: 18 bis 19 Uhr, Sonntag: 11 bis 12 Uhr  
Jeden 1. Mittwoch im Monat von 15 bis 16 Uhr.  
Das Team der Bücherei Hallenberg

## Neujahrs-Kaffeeklatsch und Kirchenmusik

Für den 7. Januar 2024, ab 14 Uhr, lädt die kfd Hallenberg zu Kaffee und Kuchen in den Hallenberger Kump. Jeder ist herzlich willkommen. Selbstver-

ständlich ist auch Außer-Haus-Verkauf möglich. Möchtest du anschließend musikalische Genussmomente erleben? Dann bist du herzlich eingela-

den, ab 17 Uhr festliche Orgelmusik, unter Begleitung von Trompeten und Flöten in der weihnachtlich geschmückten Pfarrkirche zu genießen. Jeder

ist herzlich eingeladen. Der Eintritt ist frei. Um eine Spende wird gebeten, die einem wohltätigen Zweck zugute kommt.

VERLAGSSONDERVERÖFFENTLICHUNG

**WIR WÜNSCHEN**



**SCHÖNE WEIHNACHTEN**

## „Man mische und erhitze es“

Wie ein Raugraf den Glühwein in Sachsen erfand



Europas erstes Erlebnisweingut leuchtet im Winter im Lichterglanz.  
Foto: DJD/Schloss Wackerbarth/Rene Jungnickel

Schlittenfahren, Plätzchenduft und Lichterglanz - all das erheitert uns im Winter. Und wenn es draußen stürmt und schneit, wenn wir über den Weihnachtsmarkt bummeln oder durch die weiße Landschaft wandern, erwärmt ein Getränk Jahr für Jahr die Körper und Herzen: der Glühwein. Ob mit

oder ohne Alkohol, weiß oder rot, vollmundig oder fruchtig, ist er hierzulande in aller Munde. Doch woher kommt er? Eine Spur führt ins Elbtal und fast 190 Jahre zurück.

**Raugraf von Wackerbarth und seine genussvolle Idee**

Im sächsischen Elbtal liegt eine

## Familien ANZEIGENSHOP



**F597**  
90 x 50 mm  
ab 57,42\*

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

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

**K03\_15**  
43 x 30 mm  
ab 17,00\*

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

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

# WIR WÜNSCHEN SCHÖNE WEIHNACHTEN



**„Man mische und erhitze...“: Das älteste bekannte Glühweinrezept Deutschlands stammt aus dem Jahr 1834.**  
**Foto: DJD/Schloss Wackerbarth/So geht sächsisch. - S. Arlt**

der kleinsten und schönsten Weinregionen Deutschlands. Seit mehr als 850 Jahren prägt der Wein hier sowohl die Landschaft als auch das Leben und bringt dabei so manch genussvolle Entdeckung hervor. Auf Schloss Wackerbarth,

im Herzen der Sächsischen Weinstraße gelegen, entstand aus Ideenreichtum und Geschick im Winter 1834 etwas Besonderes: August Raugraf von Wackerbarth suchte im verschneiten Radebeul nach einem wärmenden Getränk.

Er nahm weißen sächsischen Wein und fügte Safran, Anis, Granatapfel und weitere exotische Gewürze hinzu. Dann erhitzte er die Flüssigkeit. Ein Geistesblitz, der uns heute noch beglückt. Denn vor etwa zehn Jahren entdeckte man das lange verschollene historische Rezept des Raugrafen im Sächsischen Staatsarchiv in Dresden. Nach eingehender Prüfung durch Historiker war klar, dass es sich dabei um das älteste bekannte Glühweinrezept Deutschlands handelt.

## Mit neuem Leben erfüllt

Die Winzer von Schloss Wackerbarth begannen sofort, diese vergessene Tradition wieder aufzuleben zu lassen. Behutsam passten sie die alte Rezeptur an den heutigen Geschmack an. Aus ausgewähltem sächsischen Weißwein, Traubensaft und fein würzenden Zutaten schufen sie ein feinfruchtiges Wintergetränk mit erlesinem Geschmack. Das Ergebnis ist heute unter dem Namen „Wackerbarths Weiß & Heiß“ bekannt und weit über die Grenzen des Elbtals hinaus bei Weinfreunden und Genießern gefragt. Aber auch vor Ort in aller Munde: Ob bei „Wein & Licht“ oder dem „Manufakturzauber“-Weihnachtsmarkt, die Kombination aus traditionsreichen Wintergetränken und Europas erstem Erlebnisweingut verspricht wahrlich einen Genuss für alle Sinne. So verwandeln die Radebeuler Winzer unter anderem von November bis Februar ihr Weingut und die angrenzenden Weinberge abends in eine strahlende Welt aus Licht, Musik und Genuss. Groß und Klein können dann das romantische Ensemble und ein buntes Kulturprogramm erleben. Kleiner Tipp: Als Weihnachtsgeschenk oder für das eigene Festessen sind die edlen Weine, Sekt-Spezialitäten und wärmenden Gaumenfreuden aus dem Hause Wackerbarth unter [shop.schloss-wackerbarth.de](http://shop.schloss-wackerbarth.de) erhältlich. (DJD)

## Lecker, vielseitig und gesund

### Weihnachten mit Süßkartoffeln

Die besinnliche Zeit des Jahres steht vor der Tür und eines der wichtigsten Themen ist natürlich das perfekte Festtagessen. Dabei gilt es ein Menü zu erstellen, welches allen Erwartungen entspricht und den verschiedenen Bedürfnissen gerecht wird. Während sich mancher Gast vielleicht überwiegend vegan ernährt, ist ein anderer ein absoluter Fleischfan und ein Dritter mag es eher traditionell.

#### Echtes Allround-Talent

Egal ob als Zutat für die Vorspeise, für das Hauptgericht, im Dessert oder einen ausgefallenen Aperitif - Süßkartoffeln ([www.sweetpotatoes.eu](http://www.sweetpotatoes.eu)) aus den USA verleihen jedem Gericht das gewisse Etwas. Sie lassen sich hervorragend kochen, backen, grillen oder frittieren und können deshalb vielseitig eingesetzt werden. Auch in der vegetarischen oder veganen Küche wird die orangefarbene Knolle aus den USA gerne verwendet und dient als idealer Fleischersatz. Mit ihrer einzigartig cremigen Textur, dem fein-süßlichen

Aroma sowie ihrer auffälligen orangefarbenen Farbe bereichert das amerikanische Gemüse jedes Weihnachtsmenü!

#### Rezept Süßkartoffel-Schoko-Mousse

##### Zutaten:

- 1 mittelgroße Amerikanische Süßkartoffel (300 g)
- 100 g Zartbitterschokolade
- 1 Becher Schlagsahne (200 g)
- 5 EL kanadischer Ahornsirup
- 60 g kalifornische Walnusskerne
- 250 g frische Beeren (z.B. Himbeeren, Heidelbeeren, Erdbeeren)
- einige Minzblättchen zum Garnieren

##### Zubereitung

1. Süßkartoffel schälen, ca. 200 g in Stücke schneiden, in kochendem Wasser 10-15 Minuten garen, abgießen, gut trocken tupfen, pürieren und etwas abkühlen lassen.
2. Schokolade grob hacken. Sahne erhitzen, die Schokolade und 3 Esslöffel Ahornsirup dazugeben und schmelzen



#### Süßkartoffel-Schoko-Mousse als leckeren Nachtisch.

Foto: American Sweet Potatoes/akz-o

- lassen. Gegarte Süßkartoffeln zufügen, nochmals pürieren und über Nacht kaltstellen.
3. Übrige Süßkartoffeln in kleine Würfel schneiden. Walnüsse fein hacken und mit den Süßkartoffelwürfeln in einer kleinen beschichteten Pfanne anrösten. Restlichen Ahornsirup dazugeben und solange köcheln lassen, bis der Sirup verkocht ist; dabei regelmäßig umrühren. Die Mischung auf Backpapier verteilen und abkühlen lassen.
4. Beeren verlesen und evtl. waschen. Minzblättchen waschen und trocken tupfen. Die Süßkartoffel-Schokomischung mit den Schneebesen des Handrührgerätes luftig aufschlagen.
5. Die Süßkartoffel-Schoko-Mousse entweder in Nocken mit Beeren und Süßkartoffel-Walnussmischung auf Tellern anrichten, oder schichtweise in Gläser füllen, mit der Minze garnieren und servieren. (akz-o)



## Fitnessfans wollen gut betreut sein

Studium/Ausbildung: Gute Perspektiven in der Fitness- und Gesundheitsbranche



Wer trainiert, möchte dabei gut betreut sein: Fachkräfte bieten sich in der Fitness- und Gesundheitsbranche sehr gute berufliche Perspektiven.

Foto: DJD/DHfPG/BSA

Gesundheit ist ein zentraler Wert in der Gesellschaft; während der Pandemie hat sich der hohe Stellenwert von Fitness- und Gesundheitstraining deutlich gezeigt. Nach den Beschränkungen der vergangenen Jahre kommen immer mehr bestehende und neue Mitglieder in die Anlagen, um von den positiven Effekten eines Trainings langfristig zu profitieren. Das illustrieren die kürzlich erhobenen „Eckdaten der deutschen Fitnesswirtschaft 2023“. Darüber hinaus haben Fachkräfte in der Zukunftsbranche attraktive berufliche Möglichkeiten.

### Verschiedene Optionen von Studium und Weiterbildung

Wegen der großen Nachfrage nach Fitness- und Gesundheitstraining muss eine bedarfsgerechte und fundierte Betreuung aller Mitglieder, die in Fitness- und Gesundheitsanlagen trainieren, sichergestellt sein. Entsprechend groß ist das Potenzial für gut ausgebildete Fachkräfte. Qualifizieren können sich künftige Fitness- und Gesundheitsexperten beispielsweise an der staatlich anerkannten Deutschen Hochschule für

Prävention und Gesundheitsmanagement (DHfPG). Diese bietet sieben duale Bachelor-Studiengänge, vier Master-Studiengänge, ein Graduiertenprogramm sowie über 100 Hochschulweiterbildungen in den Bereichen Prävention, Gesundheit, Ernährung, Fitness, Sport und Informatik an. Zudem können sich Interessierte in Lehrängen der BSA-Akademie nebenberuflich im Zukunftsmarkt Prävention, Fitness und Gesundheit qualifizieren und weiterbilden. Mehr Infos zu beiden Qualifizierungsmöglichkeiten gibt es unter [www.dhfp-bsa.de](http://www.dhfp-bsa.de).

### Nachholbedarf in Fitness- und Gesundheitsbranche: Fachkräfte sind gefragt

„Der Nachholbedarf an Fitness- und Gesundheitsdienstleistungen ist enorm und die positiven Effekte zeichnen sich bereits im Markt ab. Entsprechend ist die Branche mehr denn je gefordert, diesen Bedarf zu decken“, betont beispielsweise auch Ralf Capelan, Vorstandsmitglied und Schatzmeister des Arbeitgeberverbandes deutscher Fitness- und Gesundheits-Anlagen (DSSV). Analog dazu

schlägt sich diese Entwicklung auch in den Mitgliederzahlen deutscher Anlagen nieder: Ende 2022

konnten die Fitness- und Gesundheitsanlagen 10,3 Millionen Mitglieder verzeichnen. Dieser Wert entspricht einem Zuwachs von einer Million Mitgliedern im Vergleich zum Vorjahr und erreicht mit dieser Marke gleichzeitig erstmals das Vorkrisenniveau. Das zeigen die „Eckdaten der deutschen Fitnesswirtschaft 2023“, eine Datenerhebung des DSSV, der Prüfungs- und Beratungsgesellschaft Deloitte sowie der Deutschen Hochschule für Prävention und Gesundheitsmanagement (DHfPG). (DJD)



Fitness- und Gesundheitsanlagen etablieren sich zunehmend als elementare Bestandteile der Gesundheitsversorgung.

Foto: DJD/DHfPG/BSA



FREUNDLICH | SICHER | ZUVERLÄSSIG | ... SEIT 1955

Zur Unterstützung unserer Teams in Medebach und Hallenberg suchen wir für beide Standorte:

### Mitarbeiter im Fahrdienst m/w/d

in Festanstellung, Teilzeit oder als Minijob

Gerne auch Rentner, Studenten oder Quereinsteiger, die Spaß am Autofahren und an der Arbeit mit Menschen haben.

#### Ihre Aufgaben und Verantwortungsbereiche:

- sicherer und pünktlicher Transport von Schülern und Patienten (Krankenfahrten)

#### Ihr Profil:

- Sie sind in Besitz der Führerscheinklasse B (gerne auch D1 oder D)
- Sie verfügen über einen gültigen Personenbeförderungsschein

**Wenn nicht, unterstützen wir Sie gern bei der Beschaffung.**

Unser dynamisches, freundliches und kollegiales Team wartet auf Sie.

**Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung**

Hengsbecke 28 · 59964 Medebach · Fon 02982 8888 · Fax 1312  
[info@taxi-medebach.de](mailto:info@taxi-medebach.de) · [www.taxi-medebach.de](http://www.taxi-medebach.de)

Die nächste Ausgabe erscheint am:  
**Freitag, 12. Januar 2024**  
Annahmeschluss ist am:  
**04.01.2024 um 10 Uhr**

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

## IMPRESSUM

RUNDBLICK MEDEBACH

## HERAUSGEBER, DRUCK UND VERLAG

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

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

## ERSCHEINUNG

vierzehntäglich

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

## Handhabung für unverlangt hereingegebene Pressematerialien

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

## KONTAKT

### MEDIENBERATERIN

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

### REPORTERIN

Antje Humberg  
a.humberg@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  
vimeo.com/rautenbergmedia

### ZEITUNG

rundblick-medebach.de/e-paper

### SHOP

rautenberg.media/anzeigen

### LOKALER GEHT'S NICHT

Für Nordrhein-Westfalen publiziert Rautenberg Media über 80 Städte- und Gemeindezeitungen.

### WEITERE ZEITUNGEN VON UNS

Rund 50 Städte- und Gemeindezeitungen des Schwesterverlages **HBV** im Hauptstadtbüro in Berlin stehen ebenfalls mit dem Slogan „Lokaler geht's nicht!“ für Informationen der Bürgerschaft, für örtliche Werbetreibende und interessierte Leser in Brandenburg und Berlin. heimatblatt.de

Darüber hinaus gibt es noch eine Vielzahl von **Sonderpublikationen**, die meist im Bogen- druck/Bilderdruktpapier hergestellt werden



- ZEITUNG
- DRUCK
- WEB
- FILM

PRIVATE & GESCHÄFTLICHE KLEINANZEIGEN

ONLINE BESTELLEN

**www.rautenberg.media/kleinanzeigen**

## Gesuche

### Kaufgesuch

#### Kaue Klaviere, Weine & Cognac

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



**Rosenduft**  
kann beim  
Lernen  
helfen.



### AUTO & ZWEIRAD

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



### Fragen zur Verteilung?

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

**www.regio-pressevertrieb.de** **REGIO** / pünktlich • zielgerichtet • lokal  
Die Zeitungszustellgesellschaft der RAUTENBERG MEDIA KG



**rautenberg.media/kleinanzeigen**

Ihre private\*  
KLEINANZEIGE  
bis 100 Zeichen  
in dieser Zeitung

**ab 6,99€**

\*gewerbliche Kleinanzeige ab 13,99 €

**02241 260-400** Telefonische Beratung

**RAUTENBERG MEDIA**

**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 CMS-System von Rautenberg Media,  
um für diese Zeitung Artikel einzustellen:

**https://redaktion.rautenberg.media**



**Wir freuen uns auf Sie!**

- ZEITUNG
- DRUCK
- WEB
- FILM



# **A**POTHEKEN-NOTDIENST

Apotheken-Notruf 0800 00 22833

**Freitag, 22. Dezember****Eder Apotheke**

Bahnhofstr. 26, 35066 Frankenberg (Eder) (Frankenberg)

**Samstag, 23. Dezember****Franziskus-Apotheke**

Poststr. 6, 59955 Winterberg, 02981/2521

**Sonntag, 24. Dezember****Priv. Marien-Apotheke**

Oberstr. 10, 59964 Medebach, 02982/8559

**Montag, 25. Dezember****Cosmas-Apotheke**

Hinterstr. 11, 59964 Medebach, 02982/297

**Dienstag, 26. Dezember****Kur-Apotheke**

Poststr. 1, 59955 Winterberg, 02981/929500

**Mittwoch, 27. Dezember****Markt-Apotheke**

Marktstr. 11, 59955 Winterberg, 02981/92130

**Donnerstag, 28. Dezember****Upland Apotheke**

Neuer Weg 7, 34508 Willingen, 05632/69344

**Freitag, 29. Dezember****Brunnen-Apotheke**

Merklinghauser Str. 10, 59969 Hallenberg, 02984/2636

**Samstag, 30. Dezember****Priv. Marien-Apotheke**

Oberstr. 10, 59964 Medebach, 02982/8559

**Sonntag, 31. Dezember****Stadt-Apotheke**

Nuhnestr. 3, 59969 Hallenberg, 02984/8397

**Montag, 1. Januar****Franziskus-Apotheke**

Poststr. 6, 59955 Winterberg, 02981/2521

**Dienstag, 2. Januar****Kur-Apotheke**

Poststr. 1, 59955 Winterberg, 02981/929500

**Mittwoch, 3. Januar****Markt-Apotheke**

Marktstr. 11, 59955 Winterberg, 02981/92130

**Donnerstag, 4. Januar****Hanse-Apotheke**

Niederstr. 2, 59964 Medebach, 02982/1877

**Freitag, 5. Januar****Cosmas-Apotheke**

Hinterstr. 11, 59964 Medebach, 02982/297

**Samstag, 6. Januar****Priv. Marien-Apotheke**

Oberstr. 10, 59964 Medebach, 02982/8559

**Sonntag, 7. Januar****Brunnen-Apotheke**

Merklinghauser Str. 10, 59969 Hallenberg,

02984/2636

**Montag, 8. Januar****Franziskus-Apotheke**

Poststr. 6, 59955 Winterberg, 02981/2521

**Dienstag, 9. Januar****Stadt-Apotheke**

Nuhnestr. 3, 59969 Hallenberg, 02984/8397

**Mittwoch, 10. Januar****Kur-Apotheke**

Poststr. 1, 59955 Winterberg, 02981/929500

**Donnerstag, 11. Januar****Markt-Apotheke**

Marktstr. 11, 59955 Winterberg, 02981/92130

**Freitag, 12. Januar****Priv. Marien-Apotheke**

Oberstr. 10, 59964 Medebach, 02982/8559

**Samstag, 13. Januar****Brunnen-Apotheke**Merklinghauser Str. 10, 59969 Hallenberg,  
02984/2636**Sonntag, 14. Januar****Cosmas-Apotheke**Hinterstr. 11, 59964 Medebach,  
02982/297Notdienste jeweils von 9 bis 9 Uhr am Folgetag  
Angaben ohne Gewähr

## ÖRTLICHE NOTDIENSTE

**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

## Rohrreinigung Rademacher

**Rohrreinigung**  
(WC - Küche - Keller - Bad)**Kanal TV - Untersuchung****Kanal-Sanierung**  
(Ohne Aufzugraben)**Rückstausicherung**Ihr Ansprechpartner Für  
Ihre Region**Herr Schreiber**  
**0151 70 89 47 50** 

## Wussten Sie eigentlich schon etwas über...

### Gedanken zum Jahresabschluss?

Einige Gedanken zum Jahresende: Es gibt nicht nur schwere Belastungen, dramatische Personalengpässe und schwer erträgliche Arbeitssituationen im Bereich der Pflege. Nein, es gibt auch viele schöne Momente. Darüber möchte ich heute einmal berichten. Ich muss ehrlich sagen, dass die meisten unserer Patienten und deren Angehörige die Arbeit unserer Mitarbeiter sehr wohl zu schätzen wissen. Wie ich hier im Büro des Pflegedienstes oft höre, werden sie für ihre körperliche und seelische, oft belastende Arbeit und ihr tägliches Engagement, sehr wohl von ihren Patienten gewürdigt. Manchmal in direkter, verbaler Form, manchmal in Form von kleinen Aufmerksamkeiten. Glauben Sie mir, solche Momente versüßen nicht nur den Arbeitsalltag im Pflegebereich, sie verleihen der täglichen Arbeit auch den erforderlichen Sinn. Nebenbei geben sie den Mitarbeitern das Gefühl, das Richtige für den jeweiligen Menschen zu tun. Für mein Dafürhalten zieht doch jeder Mensch seine Kraft aus positiver Resonanz von seinem Gegenüber. Natürlich weiß ich, von was ich rede. Jahrzehntelang war

ich als Krankenschwester in der Pflege tätig. Der Bereich, in dem ich tätig war, war alles andere als tiefenentspannt und unproblematisch, es handelte sich um die Notfallmedizin. Daher ist mir aus eigener Erfahrung durchaus bewusst, was es für Pflegende bedeutet, sich bei der täglichen Arbeit wie „ein Hamster in einem Hamsterrad“ zu fühlen. Allein das Gefühl zu haben, ständig hinter der Zeit herzulaufen und es keinem Menschen recht machen zu können, ist alles andere als beglückend. Trotzdem haben die vielen netten Patienten, auf die ich in der Regel im Rahmen meiner Tätigkeit traf, es verstanden, mir den Berufsalltag ein ums andere Mal zu versüßen. Mit eben so manchem netten Wort und kleinen, zugewandten Gesten. Allein die Worte „Bitte“ und „Danke“, haben im Bereich des Arbeitslebens schon erheblichen Wert! Leider gibt es immer wieder vereinzelt Menschen, der diese Worte nicht in seinem Vokabular haben. Ausnahmen bestätigen halt die Regel. Während meiner Tätigkeit in der Notfallambulanz kam es leider oft zu sehr, sehr langen Wartezeiten. Dabei habe ich

allerdings die Erfahrung gemacht, wenn ich freundlich auf die Menschen zuging und versuchte die Gründe des Wartens genau erklärte, stieß ich selten auf unfreundliche, verständnislose Zeitgenossen. Mich freut gerade in der heutigen Zeit sehr, wenn unsere Mitarbeiter von unseren Patienten und deren Angehörigen spür- oder hörbar wertgeschätzt werden. Sie haben es wirklich verdient! Nette Worte und Gesten ändern zwar nichts an der weiterhin sehr angespannten Situation innerhalb des Pflegebereiches, allerdings machen sie das Arbeitsleben doch etwas erträglicher. In dem Moment, in sich Pflegemitarbeiter bewusst machen können, dass es sich lohnt, den ethischen Anspruch in der Arbeit zu verfolgen und leben zu können, wandelt sich der krankmachende Stress (Distress) gerne einmal in positiven Stress (Eustress). Letzterer fordert sie zwar auch, ist aber der Gesunderhaltung zuträglicher. Wenn in den oft belastenden Situationen das Gegenüber dann auch noch nicht nur nimmt, sondern auch etwas zurückgibt, sind doch belastende Situationen weitaus erträglicher und leichter zu kompensieren.



Das gilt natürlich nicht nur in eine Richtung. Wir erwarten selbstverständlich auch von den Mitarbeitern in der Pflege Wertschätzung, Empathie und der Situation entsprechend, fachlich adäquaten Handeln in Bezug auf anvertraute Patienten und deren Angehörige. Oft bewahrheitet sich das Sprichwort: „Wie ich in den Wald hineinrufe, so kommt es zurück.“ Freundlichkeit hat noch niemandem geschadet, ganz im Gegenteil, es erleichtert das zwischenmenschliche Miteinander ungemein.

Wie sagte schon Johann Wolfgang von Goethe treffend:

**„Es muss von Herzen kommen, was auf Herzen wirken soll.“**

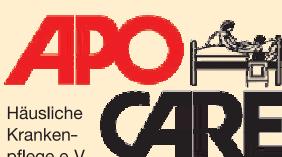
In diesem Sinne wünsche ich Ihnen von Herzen ein gesegnetes Weihnachtsfest und nur das Beste für 2024, herzlichst

Petra Meyer



**Besuchen Sie uns auf unserer Homepage [www.apocare.info](http://www.apocare.info)**

Mobile Pflege und Hilfe zuhause



*„Liebvolle Zuwendung hat mehr Macht über die Krankheit als jede Medizin!“*

Nuhnetalstraße 96  
59955 Winterberg  
Telefon 02981 - 1440  
E-Mail [apocare@t-online.de](mailto:apocare@t-online.de)



Ihr qualifiziertes Pflegeteam für  
 • Winterberg  
 • Medebach  
 • Hallenberg

*„Mit Spaß am Leben teilnehmen!“*



*„Tagsüber bestens versorgt... und abends zurückkehren in das eigene Zuhause.“*  
Das bedeutet Tagespflege!

Hardtstraße 8  
59955 Winterberg  
Telefon 02981 - 8207145  
E-Mail [apocare@t-online.de](mailto:apocare@t-online.de)



**Zusatzangebot  
Ihrer  
Pflegekasse!**