

DER POSTILLION

MITTEILUNGSBLATT FÜR DIE
STADT WIEHL



Online lesen:
wiehler-postillion.de/e-paper

49. Jahrgang

SAMSTAG, den 29. April 2023

Nummer 9 / Woche 17

Alle 14 Tage in Ihrem Briefkasten



Aktive Pausen in neuer Spiellandschaft



Foto: Christian Melzer

Über die Aufwertung des Schulhofs der Grundschule Wiehl freuen sich mit den Kindern Schulleiter Kai Stäpeler (M.) Bürgermeister Ulrich Stücker (r.) und Tim Vogel, Fachbereichsleiter Schule.



Wir brauchen Teamverstärkung!

Du bist Dachdecker, Zimmerer, Innenausbauer, Schreiner oder Du verfügst generell über handwerkliches Geschick? Dann melde Dich bei uns!

DIE JOHNS GmbH | Tel. 02265 98998-20 | info@johns-gmbh.de | www.johns-gmbh.de





verbraucherzentrale



Energieberatung

Voller Energie für die Region

Fachvorträge

Gemeinsam mit unseren bergischen Partnerkommunen und der Verbraucherzentrale informiert AggerEnergie als innovativer Fürsorger der Region über aktuelle Energiethemen.

Unsere kostenlosen Online-Vorträge starten um **18 Uhr**:

Montag, 12. Juni 2023:

Steck die Sonne ein – einfach selbst Strom erzeugen

Montag, 11. September 2023:

Photovoltaik und Batteriespeicher

Montag, 09. Oktober 2023:

Modernisieren oder verkaufen? Ein Blick in die Zukunft

Alle wichtigen Infos zu unseren Veranstaltungen finden Sie unter aggerenergie.de/fachvorträge



Per Abstimmung zur neuen Spiellandschaft

Die Kinder der Grundschule in Wiehl haben allen Grund sich zu freuen: Zu ihrem Schulhof gehört seit einigen Wochen eine neue Spiellandschaft. Mitte April wurde das Gerät offiziell übergeben. Darauf lässt sich nicht nur klettern, rutschen und toben, auch Schaukeln gehören zur Ausstattung. Mit seiner Grundfläche von zehn mal 13 Metern bildet das Spielgerät eine deutlich sichtbare Bereicherung für den Schulhof der ersten und zweiten Klassen am Hauptstandort des Grundschulverbunds Wiehl. Zudem ist eine Linde neu gepflanzt worden, die künftig ihren Schatten spendet.

Der Weg zur Realisierung hat einige Zeit in Anspruch genommen. Es ging nicht nur darum, ein Spielgerät zu entwickeln, das besonderes Augenmerk auf die Sicherheit der Kinder legt. Es sollte vor allem ihren Wünschen und Bedürfnissen entsprechen. Um eine hohe Akzeptanz zu erreichen, sind die Schülerinnen und Schüler in den Prozess der Entstehung eingebunden worden. Im Rahmen einer Befragung konnten sie zwischen drei verschiedenen gestalteten Spielgeräten wählen.

Insgesamt wurden also die Meinungen der Kinder gehört und berücksichtigt um sicherzustellen, dass die neue Spiellandschaft auf dem Schulhof einen Platz bildet, wo sie gern spielen und Zeit verbringen. „Wir erziehen gern zur Demokratie und haben die Kinder daher abstimmen lassen“, erläutert Schulleiter Kai Stäpeler. Das praktiziert die Schule häufiger. So

sind in Kürze „Die Physikanten“ aus Witten mit ihrer Wissenschaftsshow zu Gast - die Mehrheit der Kinder hat entschieden, welche von zwei Shows präsentiert wird.

Stadtverwaltung und Schulleitung begrüßen das gelungene Beispiel für partizipative Entscheidungsfindung in der Schule - statt allein der Schulverwaltung die Gestaltung des Schulhofs zu überlassen. Bürgermeister Ulrich Stücker freut sich, dass die Kinder ihre neue Spiellandschaft mit Begeisterung nutzen: „Das liegt nicht nur an der tollen Gestaltung und den vielen Spielmöglichkeiten“, so der Bürgermeister, „es war auch lohnend, sie in den Prozess mit einzubinden.“



Das neue Gerät bietet den Kindern der Grundschule vielfältige Spielmöglichkeiten. Foto: Christian Melzer

Betten HOFFMANN

Schlaf- und Matratzenberatung/verkauf nach Terminabsprache bei Ihnen Zuhause

Pflegebetten, Lattenroste, Kissen, NSK, Bettwaren etc.

02293 - 938681 / 0151 - 25733570

www.bettenhoffmann.de · info@bettenhoffmann.de

Den Schülerinnen und Schülern gibt das neue Spielgerät unterhaltsame Möglichkeiten zur Bewegung, was deren körperliche und motorische Entwicklung fördert. Die Kosten für den neuen Schulhof-Mittelpunkt belaufen sich angesichts erheblich gestiegener Preise auf rund 65.000 Euro. Darin enthalten sind allerdings die Aufwendungen für die Errichtung des Spielgeräts und die deutliche

Vergrößerung und Erneuerung des Fallschutzes darunter.

In Zukunft sollen nach und nach auch die Schulhöfe in Drabenderhöhe, Marienhagen und Bielstein durch neue Spielmöglichkeiten aufgewertet werden. Am Standort der Gemeinschaftsgrundschule Oberwiehl war bereits voriges Jahr in neue Spielgeräte und einen Schulgarten investiert worden.

Reiterhof Fanny Niederheiden, 53804 Much

- Tag der offenen Tür am 14. Mai 12–17 Uhr
- Reiterferien für Mädchen mit Übernachtung
- Reiterferien für Tageskinder
- Reitevents: 13.05./08.06./12.08./09.09./21.10./18.11./09.12.
- Schnupperwochenende vom 09.06.–11.06.2023
- Schnuppertage: 04.07./06.07./18.07./20.07./10.10./12.10.

Info unter: www.Fannyhof.de oder Tel. 02245-26 97



© Anna/stock.adobe.com

Fragen zur Verteilung?

HERR FALK
mail@regio-pressevertrieb.de

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

PRESSE VERTRIEB GmbH
Die Zeitungszustellgesellschaft der RAUTENBERG MEDIA KG

markilux

JETZT
entdecken

markilux Designmarkisen. Made in Germany.
Die Beste unter der Sonne. Für den schönsten Schatten der Welt.

**Metallbau
Altwickler**

Häher Weg 53 · 51580 Reichshof · www.metallbau-altwickler.de

BieNe - Bielsteiner Netzwerk

Aktuelle Termine in der Tagespresse oder im Internet unter: <http://www.wiehl.de/buerger/soziales/oase/bielsteiner-netzwerk/>

Soweit nicht anders angegeben, finden alle Veranstaltungen im „HausNr7“, Bechstr. 7, Bielstein, statt.

Angebote und Gruppen im Mai 2023

- **Monatstreffen:** Die Vertreter aller Netzwerkgruppen treffen sich einmal im Monat zum „BieNe-Arbeitstreffen“. Interessierte sind erwünscht!
Termin: 08. Mai 23, 10 Uhr

- Unterstützung bei **Behörden-gängen** und Anträgen für Alt und Jung
Helga Neubeck
Terminvereinbarung erforderlich unter 02262-2834.
- **Singkreis** - Zwanglose Treffen zum gemeinsamen Singen (Volkslieder, Schlager u.a.). Musikalische Begleitung: Kurt Mauter mit seinem Akkordeon
Termin: 08.05.23, 15 Uhr
- **„Initiative 55 plus“** - aktive Freizeit:
Einmal monatlich im Waldhohel Tropfsteinhöhle.

Interessierte, die zum ersten Mal teilnehmen möchten, werden gebeten, sich anzumelden: 02262-2834

- **Musik und Kunst**
Termin: 10.05.23, 15 Uhr
Offenes Treffen für jeden, der sich für Musik, Ausstellungen, Theater, Oper u.a. interessiert. Gemeinsam besuchen wir Kulturveranstaltungen und bereiten uns darauf vor. Wer an den Exkursionen teilnehmen möchte, wird gebeten, zu den monatlichen Treffen zu kommen

- Informationen zu **Rechtsfragen** (keine Schuldnerberatung!),
Jürgen Schneider, Rechtspfleger a.D., Terminabsprache unter 02262-3548.
Termine: 11.05. und 25.05.23, 9-11 Uhr
- **Sonntagstreff mit Gundel Ring**
07.05.23, 14 Uhr
- gemütliches **Wandern** mit anschließender Einkehr:
Termin: 05.05.23, 15 Uhr
Zum Erfragen der Strecke und des Treffpunktes bitte anrufen: 02262 - 97936

Kreisweite Mobilitätsumfrage gestartet

Der Oberbergische Kreis hat mit seiner Umfrage zum Mobilitätsverhalten begonnen. Auch Wiehler Haushalte werden zum Mitmachen aufgerufen - die Fragen reichen über die eigene Umfrage der Stadt von 2022 hinaus.

Bis zum 14. Januar des Vorjahrs konnten sich Wiehlerinnen und Wiehler an der städtischen Mobilitätsumfrage beteiligen und Ideen, Wünsche sowie Kritik in eine interaktive Karte eintragen. Hintergrund des Beteiligungsangebots war das Vorha-

ben der Stadt Wiehl, ein Mobilitätskonzept für das gesamte Stadtgebiet zu erstellen. Die Haushaltsbefragung des Oberbergischen Kreises geht nun einen Schritt weiter: nämlich über die Gemeindegrenzen hinaus.

Der Kreis möchte herausfinden, welche Entwicklungen für die Zukunft im Bereich Mobilität wichtig sind. Daher haben jetzt rund 16.500 zufällig ausgewählte Haushalte im gesamten Kreisgebiet die Befragungsunterlagen per Posteinwurf erhalten.

Das Ausfüllen der Fragebögen und damit die Teilnahme an der Befragung sind freiwillig und anonym. Wahlweise kann an der Befragung schriftlich-postalisch, online oder telefonisch teilgenommen werden. Dabei zählt jede einzelne Teilnahme, schreibt der Kreis. Je mehr Bürgerinnen und Bürger teilnehmen, desto aussagekräftiger werden die Ergebnisse.

Möglicherweise erhalten auch Wiehlerinnen und Wiehler die Unterlagen, die sich bereits an

der städtischen Umfrage 2021/22 beteiligt hatten. Auch sie sind herzlich zur Teilnahme eingeladen - es handelt sich um keine doppelte Abfrage.

Einerseits werden die Angaben der Haushalte für den kreisweiten Vergleich des Mobilitätsverhaltens benötigt.

Andererseits finden sich auf dem Fragebogen auch solche Fragen, die über die Wiehler Erhebung hinausreichen.

Detaillierte Auskunft zur Mobilitätsumfrage gibt es im Internet unter obk.de/mobikon.

OASe-Veranstaltungen

Anmeldungen und weitere Informationen bei der OASe der Stadt Wiehl, Homburger Str. 7, 51674 Wiehl.

Tel.: 02262 6928876 und 6928507, Fax: 02262 6918918
Internet: www.wiehl.de, E-Mail: oase@wiehl.de

Essen - 12 Uhr mittags in Wiehl - Gefördert durch die Wiehler Sozialstiftung, Kosten: 8,- € (inkl. Getränke), Anmeldung erforderlich
Jeden Dienstag im Clubraum der Johanniter (Kostenloser Fahrdienst, Anmeldung erforderlich):
02.05.23: - Hähnchenbrust Tomate-Mozzarella in Tomatensoße, Kroketten

- Obstsalat mit Erdbeeren
09.05.23: - Frikadellen mit Kartoffeln und Gemüse
- Quarkspeise mit gerösteten Mandeln

Jeden Mittwoch im OASe-Treff

Wiehl:

03.05.23.: - Sauerkraut-Gulaschtopf mit Kartoffelpüree
- Dessert

10.05.23: - Pizzasuppe
- Erdbeer-Cheesecake

03.05.23, 14:30 Uhr, OASe-Treff Wiehl:

Doppelkopf

03.05.23, 15 bis 17.30 Uhr, ev. Gemeindehaus, Drabenderhöhe: Gesellschaftsspiele für Jung und Alt (Mensch ärgere dich nicht, Skat, Dame usw.)

Anmeldung erwünscht: Jürgen Brandsch-Böhm 02262/7271977 oder brandsch-boehm@gmx.de
04.05.23., 10 Uhr, „HausNr.7“, Bechstr. 7, Wiehl-Bielstein:

Alles rund um den Computer - Hilfe zur Selbsthilfe

Offene Fragestunde mit Dagmar Frensch. 6 PC's sind vorhanden, es dürfen aber auch eigene Tab-

lets mitgebracht werden (kein Apple), **Anmeldung erforderlich**

04.05.23, 15 Uhr, OASe-Treff Wiehl:

Kreativ-Treff mit Ellen Keller: Oster- und Frühlingsdeko - Ideen und Wünsche werden gerne berücksichtigt.

Gerne dürfen Sie Ihr Material mitbringen und damit arbeiten!

08.05.23, 10 Uhr, „HausNr.7, Bechstr. 7, Bielstein

Handy-Sprechstunde

Bitte Bedienungsanleitung mitbringen!

Referent: Jan-Niklas Andres, Kosten: 10,- €

Anmeldung erforderlich

„Café Else“ in Oberwiehl mit Kaffee und Kuchen

08.05.23, 14:30 Uhr, Kegelbahn, Im Kamp 16:

Bingo

Seniorentreff Marienhagen mit

Kaffee und Kuchen

08.05.23, 15 Uhr, evangelisches Gemeindehaus:

Bingo

08.05.23, 15 Uhr, OASe-Treff Wiehl:

„Schlaganfallhilfe - Selbsthilfe für Betroffene und Angehörige“, Kontakt: Karl-Heinz Görnitz 0162 7643566

10.05.23, 15 Uhr, OASe-Treff Wiehl:

Gesellschaftsspiele (Mensch ärgere dich nicht, Halma, Dame usw.)

11.05.23, 9:45 ab Johanniter-Haus-Wiehl:

Brot backen im Backes (HBW Oberbantenberg)

Im Anschluss gibt es einen zünftigen Mittagsimbiss und für jeden ein frisches Brot.

Um eine Spende wird gebeten. (Anmeldung erforderlich)

Taschengeldbörse Wiehl - Gemeinsam mehr erreichen

Die TaschengeldBÖRSE Wiehl richtet sich an Jugendliche zwischen 14 und 20 Jahren, sowie an Privatpersonen mit Unterstützungsbedarf, insbesondere an ältere und/oder mobilitätseingeschränkte Menschen. Vergeben werden können einfache, ungefährliche und unregelmäßige Arbeiten. Die tägliche Arbeitszeit soll zwei Stunden, die wöchentliche 10 Stunden nicht

überschreiten. Die Arbeiten dürfen nicht während des Schulunterrichts ausgeführt werden.
Für Jobanbieter: Die TaschengeldBÖRSE unterstützt ältere und/oder Menschen mit Behinderung bei vielen leichten Aufgaben im Alltag. Das können z.B. leichte handwerkliche Tätigkeiten, Aufräumarbeiten, Hilfe im Garten, Begleitung zum Arzt

oder Hundespaziergänge sein. Eine reguläre Haushaltshilfe umfasst das Angebot nicht!
Für Jobsuchende: Die Taschengeldbörse Wiehl vermittelt Schülerinnen und Schülern aus Wiehl kleinere Tätigkeiten in Haushalt und Garten. So kann der junge Mensch z.B. Rasen mähen, einkaufen gehen, Schnee schippen, den Hund ausführen, Laub fegen oder den PC oder das Han-

dy einrichten und erklären. Damit kann das Taschengeld aufgebessert werden.
Kontakt
Für Schülerinnen und Schüler: Jugendheim Drabenderhöhe, Holger Erhard, 02262 717807
Für Jobanbieter: OASe Wiehl, Elke Bergmann, 02262 6928876
Weitere Informationen und Online-Anmeldung: www.taschengeldboerse-wiehl.de

Ende: Informationen aus der Stadt Wiehl

Anzeige

Mittelaltersmarkt zu Schloß Homburg (51588 Nümbrecht)

„Seyed begrüßt Ihr edlen Maiden und tapferen Recken, eyled herbei, fressed und saufed und werft Eure Taler den Händlern in den Rachen....“
Vom 29.05. bis 01.05 ANNO 2023 schallt wieder der Ruf des Marktvogtes über das Gelände von Schloss Homburg

Lasst uns in Zeiten der Pest, ein Licht der Hoffnung setzen.
Etwa 40 Stände, darunter Gewandschneider, Geschmeidehändler, Rüstschmieden für Groß

und Klein, mittelalterliches Handwerk wie zum Beispiel Lederer, Trommelbauer aber auch diverse Mundschenken, und Tavernen werden dort zu finden sein.
Außerdem bauen Lagergruppen ihre Zelte auf den Wiesen am Schloss auf und gewähren den Besuchern Einblicke in das mittelalterliche Leben.
Damit Auge und Ohren auch auf ihre Kosten kommen, gibt es ein buntes Programm.
Für Musik und Unterhaltung sorgen wilde Musiker, Barden, ver-

wegene Gaukler und allerley Kinderbespassung wird es auch zu sehen geben.
Für allerley Kurzweyl sorgt unter anderem der Gaukler mit derben Späßen und unglaublichen Kunststücken. Die Kleinen können den Geschichten von Drachen, tapferen Rittern und schönen Königstöchtern lauschen, während die Hexe zeternd über das Marktgelände zieht.
Aber wir wollen nicht zu viel verraten, kommt vorbei und seht selbst.

Bis dahin wünschen wir Euch alles Gute und bleibt Gesund!

Markt Öffnungszeiten
Samstag: 11,00 bis 20.00 Uhr
Sonntag: 11.00 bis 22.00 Uhr
Montag: 11.00 bis 19.00 Uhr

Freies Geleit wird für einen Wegzoll von 9,-€ gewährt.
Gewandete und Inhaber eines Schwerbehindertenausweises mit mindestens 60% GdB zahlen 7,00 €. Kinder unter Schwertmaß haben freies Geleit



Mittelalterlicher Markt Schloß Homburg Nümbrecht

29.04. - 01.05.

Sa: 11-20 Uhr
So: 11-22 Uhr
Mo: 11-19 Uhr

Weitere Infos unter:
www.kramerey.info



Trainerausflug in die Trampolinhalle

Die Trainer und Helfer der DLRG Ortsgruppe Wiehl haben einen gemeinsamen Tagesausflug in eine Trampolinhalle unternommen. Ziel des Ausflugs war es, den Zusammenhalt zu stärken und einen spaßigen Tag außerhalb des Schwimmbads zu verbringen. Die Trainer und Helfer trafen sich am Samstag, 15. April, in der Trampolinarena in Siegen und verbrachten dort den Tag mit Springen, Saltos und akrobatischen Tricks. Beim Hindernisparcours konnten



sie sich gegenseitig messen und ihr Fitness-Level auf die Probe stellen. Zusätzlich konnten sie Slam Dunk Basketball spielen und sich auf dem Gladiatorkarren duellieren, um ihre Sprung- und Koordinationsfähigkeiten zu erhöhen. Dabei war es ihnen wichtig, nicht nur Spaß zu haben, sondern auch voneinander zu lernen und sich gegenseitig zu verbessern. „Es war ein toller Tag, an dem wir als Team noch enger zusammengewachsen sind“, sagte Niclas Ginczek, Leiter Ausbildung der Ortsgruppe. „Der heutige Tag voller Spaß und Herausforderungen war perfekt dafür geeignet, um unseren Teamgeist zu stärken.“ Am Ende des Tages trafen sich die Trainer und Helfer zum gemeinsamen Essen und schauten sich dann noch einen Film im Vereinsheim an. Dabei hatten sie Zeit, sich über den Tag auszutauschen und über ihre Erfahrungen und Eindrücke zu sprechen. Nach Corona wird es nun endlich wieder häufiger gemeinsame Aktivitäten der Ortsgruppe geben, um den Zusammenhalt und die Motivation zu stärken.



Fotos: DLRG Wiehl e.V.



Wünsche zum MUTTERTAG

Mit Ihren Glückwünschen und Grüßen in Form einer Familienanzeige in Ihrer Stadt- oder Gemeindezeitung zaubern Sie Ihrer Mutter ein Lächeln ins Gesicht!

Liebe Mama,
du bist die Beste und hast mich
das BESTE was es gibt
du bist die Beste und hast mich
das BESTE was es gibt
du bist die Beste und hast mich
das BESTE was es gibt
deine Kinder
Michael

MA-01-22
43 x 45 mm
ab 27,72*

Liebe Mama,
alles liebe zum Muttertag
Wünschen dir die
Susanne, Felix

MA-05-22
90 x 50 mm
ab 63,36*

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

RAUTENBERG MEDIA

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

Besichtigung des Feuerwehr-Gerätehauses

Feuerwehr Oberwiehl

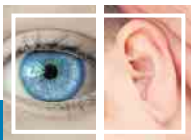
Donnerstag, 11. Mai - 15 Uhr - Brandfall? Sicherheitstipps für
Einladung der Gruppe 60+ zum zuhause“. Anschließend gibt es
Thema: „Wie schütze ich mich im Kaffee und Kuchen.

Bender & Bender Immobilien Gruppe

Haben Sie eine Immobilie für unsere Käufer?

Reichshof oder Waldbröl Für einen vorgemerkten Kunden suchen wir ein EFH mit gr. Grdst. (ab 1000 m²), 4 Zi. u. einer Wfl. ab ca. 120 m², auch mit Renovierungsbedarf. Preis: offen	Wir suchen Sie! Für unsere Filiale in Hennef Uckerath sind wir aktuell auf der Suche nach einem Immobilienmakler (m/w/d) Die Vertriebsregion für diese Stelle ist der Rhein-Sieg Kreis. Noch Fragen? Dann rufen Sie an unter 0 26 81 / 78 99 70 Bewerben Sie sich jetzt unter www.bender-immobilien.de
Wert-Analyse Auf unserer Homepage können Sie kostenlos und unverbindlich eine Wert-Analyse Ihrer Immobilie anfordern. Geben Sie einfach die Daten Ihrer Immobilie ein!	

www.bender-immobilien.de 0 22 91 / 9 17 49 00



Das ABC der Gleitsichtbrille

Alles Wichtige über den Allrounder unter den Brillen

Ab einem gewissen Alter bekommen viele Brillenträger von ihrem Optiker eine Gleitsichtbrille empfohlen. Sie soll das Auge in allen Situationen unterstützen. Doch was genau ist eine Gleitsichtbrille? Und wie hilft sie den Augen? Christine Lorenz, Optikerin und Expertin für biometrisches Sehen bei Rodenstock, beantwortet die wichtigsten Fragen.

Was ist ein Gleitsichtglas?

Ein Gleitsichtglas unterstützt das Auge bei der Nah- und Fernsicht und ermöglicht so stufenloses Sehen. Der untere Bereich des Glases ist für die Nahsicht angelegt, der obere Bereich für die Fernsicht. Der Abschnitt dazwischen ist der Übergangsbereich für Zwischenentfernungen. Die einzelnen Seh-

bereiche gehen fließend ineinander über, sind also gleitend, weshalb man von einem Gleitsichtglas spricht. Zudem sind die einzelnen Bereiche nicht sichtbar, sodass sich das Glas optisch nicht von einem Einstärkenglas unterscheidet.

Für wen ist eine Gleitsichtbrille geeignet?

Ab einem Alter von etwa 45 Jahren verliert die Augenlinse nach und nach an Elastizität, weshalb sie nicht mehr so schnell zwischen den unterschiedlichen Sehdistanzen wechseln kann. Für diese Alterssichtigkeit benötigt das Auge dann eine zusätzliche, individuelle und auf die Bedürfnisse des eigenen Auges angepasste Unterstützung in Form einer Gleitsichtbrille.

Viele fürchten eine lange Eingewöhnung, wenn sie sich zum ersten Mal für eine Gleitsichtbrille entscheiden. Ist diese Sorge berechtigt?

Bei jeder neuen Brille braucht der Brillenträger ein wenig Zeit, um sich daran zu gewöhnen. Hinzu kommt, dass gerade bei der ersten Gleitsichtbrille der Träger verstehen muss, wie er die unterschiedlichen Sehbereiche durch seine Kopfbewegung optimal nutzen kann. Biometrische Gleitsichtgläser bieten deutlich größere Sehbereiche als herkömmliche Gleitsichtgläser, wodurch eine Eingewöhnung meist schnell und einfach ist.

Was sind denn biometrische Gleitsichtgläser?

Biometrische Gleitsichtgläser

sind optimal an das individuelle Auge angepasst und bieten daher einen besseren Sehkomfort als herkömmliche Gleitsichtgläser. Grund hierfür ist die feine Messtechnik. Denn je präziser das Brillenglas zum Auge des jeweiligen Brillenträgers passt, desto besser kann es Schwächen ausgleichen. Rodenstock nutzt zum Beispiel den DNEye-Scanner, der mehrere tausend Messpunkte des Auges ermittelt und daraus ein individuelles biometrisches Augenprofil erstellt, das direkt in die Fertigung des Glases einfließt. Herkömmliche Gleitsichtgläser werden hingegen häufig nur auf Messung mit einer Messbrille und den daraus resultierenden, vier standardisierten Refraktionswerten hergestellt. (djd)

STARKE OPTIK

für nur

399 €

1+1

Gleitsichtbrille & Sonnenbrille

Gleitsicht-Komplettbrillen**

Ausgewählte Brillenmodelle zum Komplettpreis

- Gleitsichtgläser**
- Index 1,5
- hartbeschichtet (robuster)
- superentspiegelt (weniger Reflexe)
- Sonnenbrille wahlweise in den Farben Braun, Grau, Grün 75% oder 85% inkl. UV-Schutz

** Lieferbereich bis sph. +/- 6,00 cyl 4,00 dpt Add. 3,00
Korrekturen und Sonnenbrille müssen in der selben Glasstärke sein.

Weitere Informationen finden Sie unter www.starke-optik.de

Für Fragen oder zur Terminvereinbarung erreichen Sie uns unter Tel. 02262-9999919

Aus der Arbeit der Parteien Bündnis90 / Die Grünen

Plausch am Gartenzaun

Energetische Wende gehört in Bürgerhand

Bei einem Gespräch am Gartenzaun wechselte mein Nachbar sehr schnell vom Austausch über Rasenschnitt und Schneckenplage zu den Sorgen, die viele derzeit drücken. Sind Gebäudedichtung und Heizungserneuerung wirklich nötig? Geht es hier vielleicht gar nicht um notwendige Maßnahmen, sondern eher darum, einer bestimmten Ideologie zu gehorchen? Soll - mal wieder - den Bürgern ohne Not das Geld aus der Tasche gezogen werden? Und warum werden die geforderten Wärmepumpen nicht mit Atomstrom versorgt? Die stoßen kein CO₂ aus und sind viel effektiver als Windräder.

Leider sind alle diese Maßnahmen notwendig, wenn wir nicht durch die Klimaerwärmung in noch größere Nöte geraten wollen. Und leider stimmt auch die Aussage

zum Atomstrom nicht. Auch der Betrieb von Atomkraftwerken verursacht Emissionen von Treibhausgasen: Beim Bau vor allem durch die großen Mengen an Beton, beim Abbau, Transport und der Aufbereitung von Uran (das zu einem erheblichen Teil aus Russland und Kasachstan kommt). Durch den immensen Kühlwasserbedarf von Atommeilern sind sie auch keine verlässliche Energiequelle. Wie anfällig Atomkraftwerke für anhaltende Hitzeperioden sind, hat der vergangene Sommer gezeigt. Ganz zu schweigen von der ungelösten Frage der Endlagerung und den damit verbundenen Gefahren.

Es ist nach wie vor derzeit sinnvoller und hinsichtlich der Stromerzeugung inzwischen deutlich kostengünstiger, auf erneuerbare Energie zu setzen.

Erfreulicherweise sind viele Menschen dieser Ansicht, auch hier bei uns in Wiehl.

Der neue Verein „Bürgerenergie Wiehl e.V.“ (BüWi e.V.) ist inzwischen gegründet. Er will Menschen unterstützen, die gemeinsame Projekte zur Energieproduktion in Wiehl planen möchten. Im Mittelpunkt stehen zunächst Solarprojekte, Windenergie, gegebenenfalls auch in Kooperation mit Nachbargemeinden.

Wichtig ist dem Verein, dass die Energie zukünftig vor Ort erzeugt wird, konzernunabhängig, kostengünstig und natürlich ökologisch. Neben Stefan Rossner (CDU) als Vorsitzenden des neuen Vereins gehören zu den Gründungsmitgliedern Personen aus den Reihen der SPD, der FDP, der Grünen und parteipolitisch neutrale Men-



Atomkraft? Keine Option für BüWi e.V.

schen. Alle eint die Idee, Wiehl nachhaltig energetisch zu modernisieren und dazu möglichst viele Wiehlerinnen und Wiehler als Mitstreiter zu gewinnen. In Kürze wird der Verein in die Öffentlichkeit treten.

Barbara Degener

Ende: Aus der Arbeit der Parteien Bündnis90 / Die Grünen

KIRCHE

Kath. Pfarrgemeinden Wiehl und Bielstein

Kirchliche Mitteilungen vom 29. April bis 13. Mai

Samstag, 29. April

15 Uhr - St. Mariä Himmelfahrt, Wiehl Taufe von Fiete Becker-Blonigen und Aleo Wedjakow

18 Uhr - St. Bonifatius, Bielstein Sonntagvorabendmesse anssl. Beichtgelegenheit

Sonntag, 30. April

10.15 Uhr - St. Mariä Himmelfahrt, Wiehl Rosenkranz

11 Uhr - St. Mariä Himmelfahrt, Wiehl Hl. Messe für Groß und Klein

12.30 Uhr - St. Bonifatius, Bielstein Hl. Messe der kroatischen Gemeinde

Mittwoch, 3. Mai

8.30 Uhr - St. Bonifatius, Bielstein Rosenkranz

9 Uhr - St. Bonifatius, Bielstein Hl. Messe

Donnerstag, 4. Mai

10 Uhr - St. Mariä Himmelfahrt, Wiehl Andacht - Mütter beten für ihre Kinder

Freitag, 5. Mai

9.15 Uhr - Kita St. Franziskus Kita-Gottesdienst

17.15 Uhr - St. Mariä Himmelfahrt, Wiehl Anbetung

18 Uhr - St. Mariä Himmelfahrt, Wiehl Hl. Messe

Samstag, 6. Mai

18 Uhr - St. Bonifatius, Bielstein Dankmesse der Erstkommunionkinder mit Begrüßung von Frau Mari-ka Borschbach (Küsterin)

Sonntag, 7. Mai

10.15 Uhr - St. Mariä Himmelfahrt, Wiehl Rosenkranz

11 Uhr - St. Mariä Himmelfahrt, Wiehl Dankmesse der Erstkommunionkinder

12.30 Uhr - St. Bonifatius, Bielstein Hl. Messe der kroatischen Gemeinde

Mittwoch, 10. Mai

8.30 Uhr - St. Bonifatius, Bielstein Rosenkranz

9 Uhr - St. Bonifatius, Bielstein Hl. Messe

Donnerstag, 11. Mai

10 Uhr - St. Mariä Himmelfahrt, Wiehl Andacht - Mütter beten für ihre Kinder

20 Uhr - St. Mariä Himmelfahrt,

Wiehl Abendandacht

Freitag, 12. Mai

9.30 Uhr - St. Mariä Himmelfahrt, Wiehl Mariengottesdienst der KITA Wiehl

17.15 Uhr - St. Mariä Himmelfahrt, Wiehl Rosenkranz

18 Uhr - St. Mariä Himmelfahrt, Wiehl Hl. Messe

Samstag, 13. Mai

18 Uhr - St. Bonifatius, Bielstein Sonntagvorabendmesse anssl. Beichtgelegenheit

In wichtigen seelsorgerlichen An-gelegenheiten

Pastoralbüro Waldbröl; Tel.-Nr.: 02291/92250, E-Mail: pastoralbuero@kkgw.de

Jehovas Zeugen laden zu biblischen Vorträgen ein

Kölner Str. 312, Bergneustadt - jeweils 16.30 Uhr

Sie sind herzlich eingeladen:

7. Mai

Thema: „Was die nahe Zukunft bringt“. Anschließendes Bibelstudium mit dem Thema: „Warum sollte ich mich taufen lassen?“

14. Mai

Thema: „Ist für Babylon die Stun-

de der Urteilsvollstreckung gekommen?“. Anschließendes Bibelstudium mit dem Thema: „Wie du dich auf die Taufe vorbereiten kannst“.

Freier Eintritt. Dauer: 2 Stunden. Keine Geldsammlungen. Mehr Infos auf www.jw.org

RUND UM MEIN ZUHAUSE

PLANEN | BAUEN | RENOVIEREN | DEKORIEREN

WOHNTRÄUME LEBEN



Jörg Seinsche
Forstbetrieb

Seit über 25 Jahren Fachfirma für:

- Gefährdung • Seilklettertechnik
- Kronen- und Heckenschnitt
- Rücke- und Häckselarbeiten
- jegliche Gartenpflegearbeiten
- **JETZT NEU:** Sägewerk

Tel. 02293/90 83 36 – Mobil 0171/7220837

info@forstbetrieb-seinsche.de – www.forstbetrieb-seinsche.de



Ihr Vorteil:
Fachleute leisten mehr!

INGO WEBER
Techn. Fachgroßhandel

- Werkzeuge von A-Z • Kugellager
- Antriebstechnik • Feuerwehrbedarf
- und vieles mehr...

Morsbacher Straße 7
51580 Reichshof-Denklingen
Telefon: 02296/90 04 22 • Telefax: 02296/90 04 23
info@ingoweber-iw.de • www.ingoweber-iw.de



Seit über 30 Jahren

Krieger

Landschaftsbau

Moderne Gartengestaltung



- Ausschachtungsarbeiten aller Art
- Pflastern von Verbund- und Natursteinpflastern
- Plattenlegen • Kanalanschlüsse
- Kellerwände trockenlegen
- Bau geeigneter Drainage
- Baumfällungen aller Art • Grabpflege

Im Laiengärtchen 2
51674 Wiehl-Weiershagen

Tel.: 02262/70 11 86

Fax: 02262/70 11 87



MEISTERBETRIEB

HOLLÄNDER

ROHR-KANAL-ABFLUSS-LEITUNG

Beraten – Planen – Ausführen

Rohrreinigung / Kanal-TV / Dichtheitsprüfungen / GaLa-Bau / Tiefbau

Notdienst

Telefon (0 22 93) 26 17

Inhaber: Michael Holländer / Scheffenkamp 19 / 51588 Nümbrecht
Mobil 0160-7 25 29 92 / info@hollaender-rohrreinigung.de / www.hollaender-rohrreinigung.de



Wohnen



Küche

Planen

Marken **MÖBEL**
Design **KÜCHEN**
seit über **90 JAHREN**

Jetzt **kostenlosen**
Termin vereinbaren!

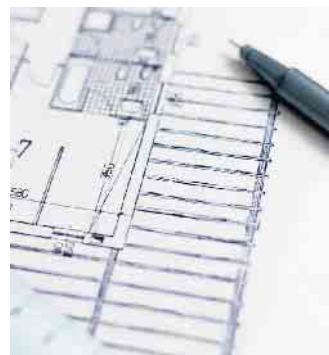
werkshagen

Wohnen | Küche | Planen

Shop

Werkshagen GmbH
Einrichtungshaus
Olper Straße 39
51702 Bergneustadt-Wiedenest

Tel. / WhatsApp 02261 40064
info@werkshagen.de
www.werkshagen.de
www.shop.werkshagen.de



Fliesen, Naturstein und Bäder auf 1.000 qm Ausstellungsfläche!



♦ Ihr Fachbetrieb mit
eigener Natursteinwerkstatt

PLATTEN KÖNIG

Fliesen- und Natursteinhandel GmbH

Unterkaltenbach 14
51766 Engelskirchen-Hardt

Tel. (0 22 63) 92 10 20
Fax (0 22 63) 92 10 61

www.plattenkoenig-engelskirchen.de

Jeden
Sonntag von
14:00 - 17:00 Uhr
geöffnet!*

*Außer an Feiertagen, sonntags keine Beratung, kein Verkauf.



Nie wieder Bad Hair Days

Experten zu Haarpflege und Styling

Ein Bad Hair Day ist wie ein Schnupfen: unangenehm, aber harmlos. Wie die rote Nase, so erscheint auch das unbezwingbare Haar oft zu den unpassendsten Gelegenheiten: Im Vorstellungsgespräch, beim Date oder vor der großen Geburtstagsparty. Doch „gut fallendes Haar ist mindestens genauso wichtig für das Wohlbefinden wie ein perfektes Outfit“, weiß auch Hairstylist Jörg Oppermann. Wie man mit Pflege und Styling Bad Hair Days verhindern kann, verraten unsere Experten. Wir erklären, welche fünf überraschende Gründe hinter einem Bad Hair Day stecken können.

Horror für die Haare

Jeder von uns hat schon mal einen Bad Hair Day erlebt. Doch woher der Ausbruch stammt, wissen die wenigsten. Zwar ist sein Ursprung unbekannt - film-reif wurde der Spruch aber schon zu Beginn der 1990er Jahre: Den ersten öffentlichen Auftritt hatte die Phrase nämlich in der US-amerikanischen Horror-Komödie „Buffy - der Vampir-Killer“, als die Hauptdarstellerin Kristy Swanson beim Anblick des einarmigen Vampirs Amilyn feststellte: „Mir geht es gut, aber du hast offensichtlich einen Bad Hair Day.“

1. Wet wet wet!

Da im nassen Zustand die Hornschuppen der Haaroberfläche geöffnet sind, ist das Haar direkt nach der Haarwäsche sehr emp-



findlich. Durch unachtsames Kämmen oder Bürsten kann es leichter brechen und auf Dauer kriselig werden. So sind Bad Hair Days vorprogrammiert. Experten empfehlen daher, das Haar bereits vor der Wäsche vorsichtig, aber gründlich auszubürsten und auf diese Weise von Schmutz, Styling-Rückständen und Knoten zu befreien. Direkt nach der Haarwäsche kann es mit einem grobzinkigen Kamm sanft entwirrt werden, um es anschließend im trockenen Zustand wie gewohnt durchzukämmen.

2. Film ab?

Bei normalem Haar ist es völlig ausreichend, es zwei- bis drei Mal

pro Woche zu waschen. Durch die natürliche Talgproduktion bildet sich auf der Kopfhaut Sebum, das die Hautoberfläche und die Oberfläche der Haarschäfte mit einem wasserabweisenden Schutzfilm überzieht. Dieser verleiht dem Haar Glanz und Geschmeidigkeit und verhindert, dass es austrocknet. Gleichzeitig schützt er die Kopfhaut. Zu häufiges Haarewaschen kann seine Schutzfunktion jedoch herabsetzen. Die Folge: Das Haar trocknet aus, es wirkt strohig und glanzlos. Durch zu häufiges Haarewaschen kann ein Bad Hair Day schnell zum Dauerzustand werden.

3. Ganz schön heiß

Gerade in den kalten Wintermonaten ist eine heiße Dusche der perfekte Start in den Tag. Doch nicht für Haut und Haar: Zu heißes Wasser trocknet auf Dauer nicht nur die Haut aus, sondern greift auch die äußere Schuppenschicht der Haare an und lässt sie stumpf und spröde aussehen. Am besten eignet sich lauwarmes Wasser für die Haarwäsche.

4. Die Rechnung ohne Petrus gemacht

Das Haar ist besonders anfällig für Wetterveränderungen jeglicher Art. Auch hier spielt Feuchtigkeit eine besondere Rolle. Je höher die Luftfeuchtigkeit, desto mehr kräuselt sich das Haar, denn zu viele Wassermoleküle tragen zur unkontrollierbaren Quellung des Haares bei. Abhilfe schaffen Produkte, die vor dem gefürchteten Frizz schützen.

5. Du kämmst, was du isst

„Wahre Schönheit kommt von innen“: Vitamine und Mineralstoffe lassen nicht nur die Haut strahlen, sondern sorgen auch für gesundes Haarwachstum. Vitamin A beispielsweise macht den Haarschaft schön geschmeidig und steckt in Paprika oder Aprikosen. B-Vitamine, die in Fleisch und Eiern enthalten sind, steuern wichtige Stoffwechselvorgänge in der Haarwurzel, während Zink und Biotin das Haarwachstum fördern und die Keratin-Produktion steigern. (Text: beautypress.de)

OH, wie klein kann gutes Hören sein!

... Hörgeräte sind klobig?

... Hörgeräte fallen sofort auf?

... Hörgeräte stören beim Tragen?

... Hörgeräte sind altmodisch?

Wir beraten Sie zu den Mini-Hörgeräten, die extrem klein, präzise und unauffällig sind!

... NEIN!



Hörgeräteakustik
Marcus Brungs
Meisterbetrieb für moderne Hörgeräteversorgung

Hörgeräteakustik Marcus Brungs
Inh. Marcus Brungs | Hauptstraße 19
51766 Engelskirchen-Ründeroth
Telefon 02263 9697133

Wir wurden ausgezeichnet als:



Die nächste Ausgabe erscheint am:
Samstag, 13. Mai 2023
Annahmeschluss ist am:
05.05.2023 um 10 Uhr

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

IMPRESSUM DER POSTILLION

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

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

ERSCHEINUNG vierzehntäglich

V.i.S.d.P. FÜR DIE RUBRIK
· Informationen aus der Stadt Wiehl
Stadtverwaltung Wiehl
Bürgermeister Ulrich Stücker
Bahnhofstraße 1 · 51674 Wiehl

· Politik
SPD Alfred Kraft
FDP Dr. Erwin Kampf
Bündnis 90 / Die Grünen
Marc Zimmermann
CDU Larissa Gebser

Kostenlose Haushaltsverteilung in Wiehl, Zustellung ohne
Rechtsanspruch, Einzelbezug über Rautenberg Media
5,00 Euro/Stück + Porto. Sind gesetzlich geschützte Wa-
renzeichen nicht gekennzeichnet, erlauben fehlende Hin-
weise keine freie Nutzung. Namentlich gekennzeichnete
Artikel spiegeln nicht immer die Meinung der Redaktion wi-
der.

**Handhabung für unverlangt hereingegebene
Pressematerialien**

Rautenberg Media übernimmt keine Haftung für die Rich-
tigkeit (inhaltlich u. orthographisch) und Vollständigkeit.
Per Post erhaltenes Pressematerial wird nicht zurückge-
sendet. 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

MEDIENBERATER
Dietmar Kuchheuser
Mobil 0178 3351047
d.kuchheuser@rautenberg.media

VERTEILUNG

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

SERVICE Fon 02241 260-112
service@rautenberg.media

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

RAUTENBERG MEDIA ONLINE

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

ZEITUNG

wiehler-postillion.de/e-paper


SHOP

rautenberg.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.

Wir freuen uns auf Sie: rautenberg.media



- ZEITUNG
- DRUCK
- WEB
- FILM

REGIONALES

„Schöne Müllerin“

Konzerte in Oberberg

Bereits im März 2020 geplant, wegen Corona aber abgesagt, sollen jetzt die Konzerte mit dem berühmten Liederzyklus „Die schöne Müllerin“ von Franz Schubert endlich nachgeholt werden. Der Bariton Arndt Schumacher wird begleitet von dem Pianisten Christoph Stöber. Die wunderschö-

nen Lieder von Schubert beschreiben in dem Zyklus die tragische Liebesgeschichte des Müllergesellen, der sich in die Tochter des Meisters verliebt, aber von dem feschen Jäger ausgestochen wird und daraufhin beschliesst, seinem Leben ein Ende zu setzen. Die Konzerte finden statt am

Sonntag, 14. Mai, um 19 Uhr im Gemeindehaus der ev. Kirche Bergneustadt, am Samstag, 17. Juni, um 19 Uhr in der ev. Kirche Wiehl und am Sonntag, 18. Juni, um 18 Uhr, im Foyer des Rathauses Waldbröl. Der Eintritt beträgt jeweils 12 Euro / ermäßigt 8 Euro.

AGewiS informiert über alternativen Wohnformen

Oberbergischer Kreis. Das „Netzwerk Wohnen Bergisches Land“ startet. Alle Bürgerinnen und Bürger sowie Fachleute sind angesprochen, sich bei diesem Netzwerk treffen einzubringen. Es geht darum Ideen zu sammeln, Bedarfe zu ermitteln und ein interprofessionelles Netzwerk zu bilden. Angesprochen sind Menschen auf

der Suche nach alternativen Wohnformen, Architekten, Pflegepersonen, Menschen die Wohnräume besitzen, Menschen die Wohnräume suchen, Sozialarbeiter und alle Interessierten. Das Treffen findet statt, am Mittwoch, 10. Mai, zwischen 13 und 17 Uhr in den Räumlichkeiten der Akademie für Gesundheitswirt-

schaft und Senioren (AGewiS), Steinmüllerallee 28 in Gummersbach. Die Veranstaltung ist kostenlos. Um Anmeldung wird gebeten per E-Mail an regina.wesselmecking@obk.de oder telefonisch 02261 88-4382. Weitere Informationen auf www.agewis.de.

PRIVATE & GESCHÄFTLICHE KLEINANZEIGEN

ONLINE BESTELLEN

www.rautenberg.media/kleinanzeigen

Angebote

An- und Verkauf

Antik Solbach

Restauration - eigene Abbeiz-Anlage
Ausstellungsräume in der Industriest. 3
57482 Wenden - Mo.-Fr. 15-19 Uhr,
Sa. 9-15 Uhr - Tel. 0 27 62/73 88

Rund ums Haus

Sonstiges

ACHTUNG >> FRÜHJAHRSSAN-
GEBOT <<

Steinreinigung incl. Nano-
imprägnierung für Terrasse, Hof,
Garageneinfahrt usw. 5,-€/qm. Abso-
lute Preisgarantie! Weitere Dienstlei-
stungen rund ums Haus auf Anfrage.
Kostenlose Beratung vor Ort. Tel. 0178/
3449992 M.S. Sanierungstechnik

Gesuche

An- und Verkauf

Achtung! Seriöse Dame sucht:
komplette Haushaltsauflösung,
Rollatoren, Hörgeräte, Porzellan, Arm-
banduhren, Orientteppiche, Schmuck,
Essbesteck, Zahngold, Melitaria 1. +
2. Weltkrieg, Streichinstrumente. Tel.
0177/7381279, Fr. Kopenhagen

Privat sucht:
Hörgeräte, Rollator, Porzellan, Mode-
schmuck etc. Seriöse Abwicklung. Tel.
0152/29684235

Familien

ANZEIGENSHOP

FGB 20-13
43 x 90 mm
ab 18,00€

Für alles was wirklich zählt!
shop.rautenberg.media





AUTO & ZWEIRAD

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



KLEINANZEIGEN

PRIVAT & GESCHÄFTLICH

ONLINE BESTELLEN

rautenberg.media/kleinanzeigen

Ihre private*
KLEINANZEIGE
bis 100 Zeichen
in dieser Zeitung

ab 6,99€

*gewerbliche Kleinanzeige ab 13,99 €

02241 260-400 Telefonische Beratung

RAUTENBERG MEDIA



Mit Coaching zum Traumjob

Professionelle Begleitung in allen Phasen der Arbeitssuche

Stellenanzeigen durchstöbern, Bewerbungen schreiben, Vorstellungsgespräche meistern – die Jobsuche gehört bei vielen Menschen nicht gerade zu den Lieblingsbeschäftigungen. Heute gibt es in Deutschland zahlreiche Coaches, die sich auf das Thema spezialisiert haben und ihren Klientinnen und Klienten bei jedem dieser Schritte zur Seite stehen.

Antworten im Verlauf des Coachings selbst erarbeiten

Zu Beginn eines solchen Coachings steht der Austausch über die eigenen Wünsche und Ziele. „Manche Klientinnen und Klienten möchten im Vorstellungsgespräch sicherer auftreten, andere wollen den Schritt in die Selbstständigkeit wagen“, berichtet Coach Gerjet Kleine-Weischede vom Institut für Berufliche Bildung (IBB). Der Bildungsträger bietet passende Einzel- oder Gruppenangebote sowie Online-Coachings an, Infos gibt es zum Beispiel unter www.ibb.com. Bei den weiteren Treffen, so Kleine-Weischede, erarbeite man mithilfe von erprobten, kreativen Methoden den individuellen Lösungsweg: „Es geht nicht darum, dass der Coach Antworten auf die Fragen des Klienten gibt. Das Ziel ist, dass man sich diese Antworten im Verlauf des Coachings selbst erarbeitet.“



Online-Coaching ist spätestens seit der Pandemie zu einer beliebten Form des Austauschs geworden. Foto: djd/www.ibb.com/kerkezz - stock.adobe.com

Gruppencoaching: Austausch mit Gleichgesinnten kann hilfreich sein

Die letzte Phase des Coachingprozesses ist eine Art Verlaufskontrolle: Was sind die letzten Schritte? Wie gehts nach dem Coaching weiter? „Ich weiß mich jetzt besser zu bewerben und mich vorzustellen“, resümiert etwa Cenk Aktas seine Erfahrungen mit dem Einzelcoaching beim IBB. Er wisse nun, wo seine Stärken und Schwächen liegen. Neben dem klassischen Einzelcoaching bieten Bildungsträger auch Gruppencoachings an. „Der

Austausch mit Gleichgesinnten kann helfen, die eigene Situation klarer zu sehen“, erklärt Kleine-Weischede. Auch eine Kombination aus Einzel- und Gruppencoaching sei möglich, genauso wie die Ergänzung durch fachliche Weiterbildungen und vor allem durch eine Bewerbungsunterstützung.

Coaching kann vom Jobcenter oder der Agentur für Arbeit gefördert werden

Ein professionelles Coaching kann

beispielsweise mit einem sogenannten „Aktivierungs- und Vermittlungsgutschein“ (AVGS) vom Jobcenter oder von der Agentur für Arbeit finanziert werden. Diesen kann man bei zertifizierten Anbietern einlösen. Voraussetzung dafür ist, dass man arbeitsuchend oder von Arbeitslosigkeit bedroht ist. Das kann zum Beispiel auch Hochschulabsolventen, Berufsrückkehrer und Selbstständige betreffen. (djd)



Ein professionelles Online-Coaching kann mit einem sogenannten „Aktivierungs- und Vermittlungsgutschein“ (AVGS) vom Jobcenter oder von der Agentur für Arbeit finanziert werden. Foto: djd/www.ibb.com/prostock-studio - stock.adobe.com

WIR STELLEN EIN!

Die Gemeinde Much sucht ab sofort für die Gemeindewerke „Entsorgung“

technische Mitarbeiter/innen (m/w/d)

Techniker (m/w/d) bzw. Meister (m/w/d)
im Bereich Tief- und Kanalbau,
Kanalbauer (m/w/d) bzw. Straßenbauer (m/w/d)

Es handelt sich hier um unbefristete Stellen mit
39 Wochenstunden (Teilzeit möglich).

Weitere Informationen auf der Homepage der Gemeinde Much
unter www.much.de oder www.interamt.de



NOTDIENSTE

WIR SIND RUND UM DIE UHR FÜR SIE DA!



110 POLIZEI

112 FEUERWEHR



APOTHEKEN-NOTDIENST

Apotheken-Notruf 0800 00 22833

Samstag, 29. April

Viktoria-Apotheke

Dieringhauser Str. 99, 51645 Gummersbach (Dieringhausen), 02261/77297

Sonntag, 30. April

Apotheke zur Post

Kölner Str. 230, 51702 Bergneustadt, 02261/42323

Montag, 1. Mai

Sonnen-Apotheke

Im Weiher 21, 51674 Wiehl (51674 Wiehl), 02262/9567

Dienstag, 2. Mai

Die Bären Apotheke

Gouvieuxstraße 11-13, 51588 Nümbrecht (Zentrum / am PETZ Markt (REWE)), 02293-909120

Mittwoch, 3. Mai

Wiehl-Apotheke

Bahnhofstr. 5, 51674 Wiehl, 02262/91204

Donnerstag, 4. Mai

Adler-Apotheke

Bielsteiner Str. 117, 51674 Wiehl (Bielstein), 02262/72150

Freitag, 5. Mai

Bergische Apotheke

Bielsteiner Str. 111, 51674 Wiehl (Bielstein), 02262/2010

Samstag, 6. Mai

Die Bären Apotheke

Gouvieuxstraße 11-13, 51588 Nümbrecht (Zentrum / am PETZ Markt (REWE)), 02293-909120

Sonntag, 7. Mai

Löwen-Apotheke

Wülfringhauser Str. 1-5, 51674 Wiehl, 02262/93308

Montag, 8. Mai

Rosen-Apotheke

Wilhelmstr. 30, 51643 Gummersbach, 02261/27300



Dienstag, 9. Mai

Medica Apotheke im Ärztehaus

Marie-Juchacz-Str. 2, 51645 Gummersbach (Dieringhausen), 02261/8175633

Mittwoch, 10. Mai

Sonnen-Apotheke

Hömerichstr. 79, 51643 Gummersbach (Karlskamp), 02261/65414

Donnerstag, 11. Mai

Viktoria-Apotheke

Dieringhauser Str. 99, 51645 Gummersbach (Dieringhausen), 02261/77297

Freitag, 12. Mai

Sonnen-Apotheke

Im Weiher 21, 51674 Wiehl (51674 Wiehl), 02262/9567

Samstag, 13. Mai

Wiehl-Apotheke

Bahnhofstr. 5, 51674 Wiehl, 02262/91204

Sonntag, 14. Mai

Adler-Apotheke

Bielsteiner Str. 117, 51674 Wiehl (Bielstein), 02262/72150

Angaben ohne Gewähr

ALLGEMEINE NOTDIENSTE

- Polizei-Notruf **110**
- Feuerwehr/Rettungsdienst **112**
- Ärzte-Notruf-Zentrale **116 117**
- Gift-Notruf-Zentrale **0228 192 40**
- Telefon-Seelsorge **0800 111 01 11** (ev.)
0800 111 02 22 (kath.)
- Nummer gegen Kummer **116 111**
- Kinder- und Jugendtelefon **0800 111 03 33**
- Anonyme Geburt **0800 404 00 20**
- Eltern-Telefon **0800 111 05 50**
- Initiative vermisste Kinder **116 000**
- Opfer-Notruf **116 006**



ÖRTLICHE NOTDIENSTE

Kinderärztlicher Notdienst

am Krankenhaus Gummersbach
02261/17-1163

Tierärzte

www.tieraerzte-oberberg.de

Allg. Krankentransport

02261/19222

Krankenhäuser

Gummersbach, 02261/17-0
Krankenhaus Waldbröl,
02291/82-0

Allgemeine ärztliche Notdienstpraxen in Oberberg

Die drei allgemeinen ärztlichen Notdienstpraxen des ambulanten

Bereitschaftsdienstes der niedergelassenen Ärzte im Kreis Oberberg am Kreiskrankenhaus Gummersbach, am Kreiskrankenhaus Waldbröl und am Krankenhaus Wipperfurth sind **bis 21 Uhr** in den Praxisräumen erreichbar. Am Wochenende sowie mittwochs- und freitagsnachmittags werden die Öffnungszeiten in einen „Früh-“ und „Spätdienst“ geteilt und damit an die Stoßzeiten der Inanspruchnahme des ambulanten Notdienstes angepasst. Die Öffnungszeiten der Not-

Tagespflege

LUTSCH GmbH

Ambulante Pflege & Betreuung

Verhinderungspflege in familiärer Atmosphäre (auch an Wochenenden)

Dorfstraße 29 • 51766 Engelskirchen • Telefon 0 22 63-7 07 13

NOTDIENSTE 110 POLIZEI 112 FEUERWEHR

dienstpraxen in Gummersbach, Waldbröl und Wipperfürth lauten wie folgt:

Montag, Dienstag, Donnerstag: 19 bis 21 Uhr

(bisher bis 22 Uhr)

Mittwoch, Freitag: 15 bis 17 Uhr und von 19 bis 21 Uhr

(bisher 15 bis 22 Uhr)

Samstag, Sonntag, Feiertage: 10 bis 14 Uhr und 17 bis 21 Uhr

(bisher 10 bis 22 Uhr)

Ärztliche Hausbesuche über 116 117

Für die ambulante Versorgung nicht mobiler bzw. bettlägeriger Patienten in Oberberg steht der ärztliche Hausbesuchsdienst zur Verfügung. Die Hausbesuche werden von der Arzttrufzentrale NRW koordiniert, diese ist an allen Wochentagen rund um die Uhr unter der kostenlosen Rufnummer 116 117 erreichbar.

Kinder-Notdienst in Gummersbach

Der kinder- und jugendärztlichen Notdienst ist am Kreiskranken-

haus Gummersbach untergebracht und mittwochs und freitags von 16 bis 20 Uhr und an Wochenenden von 9 bis 13 Uhr und 16 bis 20 Uhr erreichbar.

Der ambulante augenärztliche Notdienst wird wie gewohnt am Montag, Dienstag und Donnerstag von 19 bis 21 Uhr, Mittwoch und Freitag von 13 bis 21 Uhr, am Wochenende und an Feiertagen von 8 bis 21 Uhr angeboten. Welcher Augenarzt Notdienst hat, erfahren Patienten ebenfalls unter der 116 117.

Weitere Informationen zum ambulanten Notdienst in Nordrhein gibt es unter www.kvno.de/notdienst.

• Heimweg-Telefon

Für alle, die sich vom mulmigen Gefühl auf ihrem nächtlichen Weg mit einem netten Gespräch ablenken lassen möchten.

030 120 74 182

So. - Do. 20:00 - 24:00 Uhr

Fr. - Sa. 22:00 - 4:00 Uhr



m.Reimann
Hausgeräte Kundendienst
Verkauf / Beratung von
Einbau- und Standgeräten
Küchenmodernisierung
Ersatzteil - Service
Reparatur aller Fabrikate

Miele IMMER BESSER
SIEMENS
LIEBHERR
BOSCH
AEG 100 Jahre

Gewerbepark Diepenbroich 9
51491 Overath
Telefon 02206 / 6583
Telefax 02206 / 82058
Reimann-Overath@t-online.de

MIELE liefert die Qualität -
Wir den SERVICE
Seit über 26 Jahren

24 h

Vermittlung für selbstständige Haushaltshilfen – 24 Stunden

Pflegedaheim24h
Jolanta Sinder

Ammerweg 6
51580 Reichshof

Tel.: 02265 - 997 18 52
Mobil: 0170 - 320 97 84
info@pflegedaheim24h.de
www.pflegedaheim24h.de

TRIUMPH
TREPPENLIFTE

Ihr regionaler Treppenliftpartner
aus Bergneustadt

Tel.: 0 22 61 / 9 15 67 74
www.triumph-treppenlifte.de

FAMILIE JA! BERUF JA!

Es gibt viele Möglichkeiten des beruflichen (Wieder)Einstiegs in der häuslichen Pflege und in der Hauswirtschaft

Wir bieten Perspektive, Karriere und Weiterentwicklung:

Wer Sie sind und wen wir suchen...

- **Pflegefachkräfte**
Gesundheits- u. Krankenpfleger/in, Altenpfleger/in etc.
- **Krankenpflegehelfer/in**
1-jährig examiniert
- **Medizinische Fachangestellte**
mit Berufserfahrung
- **Mitarbeitende der Hauswirtschaft und Demenzbetreuung**

Wir freuen uns auf Sie!

Ihr Team der

DIAKONIE VOR ORT

Nähere Informationen finden Sie in unserem Flyer, der in Ihrer Kindertagesstätte und vielen anderen Orten ausliegt oder direkt per Telefon:
Tel: 02261 / 665 41

Nehmen Sie Kontakt auf!

Wir sind in: Bergneustadt • Gummersbach • Waldbröl • Wiehl • Windeck
Diakonie vor Ort gGmbH • Herr Sebastian Wirth (Geschäftsführung)
Reininghauser Str. 24 • 51643 Gummersbach • Tel: 02261 / 665 41 • Internet: www.diakonie-vor-ort.de



Hier finden Sie unsere aktuellen Stellen - und Beschäftigungsangebote...



Wiehler Eiskunstläuferinnen und Eiskunstläufer mit erfolgreichem Saisonfinale

Nach einer langen und erfolgreichen Saison zeigten die Eissportlerinnen und Eissportler des TuS Wiehl ESC e.V. Abteilung Eiskunstlauf erneut hervorragende Leistungen beim Saisonfinale.

Zum Ende der Saison standen für die Sportlerinnen und Sportler Wettbewerbe in Neuss, Köln, Bitburg und Bielefeld auf dem Programm. Auch hier zeigten die Eiskunstläuferinnen und Eiskunstläufer, mit zahlreichen Podiumsplatzierungen in unterschiedlichen Kategorien, erneut sehr gute Leistungen. Zusätzlich wurden Ende März auch die internen Vereinsmeisterschaften ausgetragen.

Mit der alljährlichen Schließung der Eissporthalle in Wiehl von April bis September endet nun der reguläre Trainingsbetrieb für die Eiskunstläuferinnen und Eiskunstläufer.

Der TuS Wiehl ESC e.V. Abteilung Eiskunstlauf organisiert jedoch

für die besonders engagierten Sportlerinnen und Sportler, in der Übergangszeit von April bis September, Trockentraining in Wiehl, Übergangs-Eistraining in der Eissporthalle Troisdorf, sowie ein zweiwöchiges Trainingscamp in Troisdorf.

Besonders das Training in Troisdorf ist für die Aktiven und die Eltern der Sportlerinnen und Sportler mit hohen finanziellen und zeitlichen Belastungen verbunden. In der näheren Umgebung von Wiehl bietet jedoch lediglich Troisdorf, in der Zeit von April bis September, die Möglichkeit auf Eis zu trainieren. Cheftrainerin Gaby Krakau betonte: „Nur dadurch, dass auch in der Zeit von April bis September auf Eis trainiert werden kann, sind die vielen Erfolge unsere Eiskunstläuferinnen und Eiskunstläufer möglich. Leider haben wir nicht die Möglichkeit, in Wiehl ganzjährig auf Eis zu trainieren

und müssen deshalb nach Troisdorf ausweichen.“

Alle Eiskunstlaufbegeisterte freuen sich bereits jetzt auf die neue Saison und neue sportliche Herausforderungen. Ganz besonders hervorzuheben sind in der Saison 2023/2024 zwei Veranstaltungen, nach vierjähriger, durch die Corona-Pandemie verursachter Zwangspause, wird es im De-

zember wieder ein großes Weihnachts-Schaulaufen in der Eishalle Wiehl geben. Im Januar 2024 blickt der TuS Wiehl ESC dann, mit großer Vorfreude, auf die Ausrichtung des mittlerweile 30. Wiehl Pokal.

Alle Freunde des Eissports in und rund um Wiehl sollten sich diese beiden Termine schon jetzt vornehmen.

Neuer Nordic Walking Kurs beim TuS Wiehl

Der TuS Wiehl bietet seit dem 18. April einen neuen Nordic Walking Kurs an, der jeweils dienstags, von 9.30 bis 11 Uhr, stattfindet. Ein Kurseinstieg ist möglich. Treffpunkt ist der Wanderparkplatz am Altenheim Bethlehem Tabea in Wiehl-Wülfringhausen.

Der Kurs ist mit dem Qualitäts-

siegel „Pluspunkt Gesundheit“ ausgezeichnet, sodass bei regelmäßiger Teilnahme die Gebühren von den meisten Krankenkassen anteilig übernommen werden.

Neulinge sind herzlich willkommen. Nähere Informationen und Anmeldung bei Ruth Stöcker-Schwan, Tel. 02262 92939.

METALLBAU ZUKUNFT

SCHIEBETÜR? FEHLT.
FEHLEN AUCH: 50.000 FACHKRÄFTE UND AZUBIS IM METALLBAU.

KOMM IN UNSER TEAM! DICH ERWARTEN:

- ein sicherer Arbeitsplatz
- abwechslungsreiche Projekte im Team
- familiäres Arbeitsumfeld

Metallbau Altwicker

Informiere dich jetzt über freie Ausbildungsstellen in unserem Unternehmen, z. B. als Technische/r Systemplaner/in für Stahl- und Metallbautechnik oder als Metallbauer/in auf www.metallbau-altwicker.de. Wir freuen uns auf dich.

Familie ist das Größte. Ihre Sicherheit eine Kleinigkeit.

Mit dem Johanniter Hausnotruf leben Familien sicher. Jetzt **kostenfrei beraten lassen** – rufen Sie an und wir schenken Ihnen die Anschlussgebühren.

0800 3233800 (gebührenfrei)

www.johanniter.de/hausnotruf

Aus Liebe zum Leben

JOHANNITER