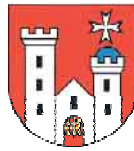


DER POSTILLION

MITTEILUNGSBLATT FÜR DIE
STADT WIEHL



Online lesen:
wiehler-postillion.de/e-paper
Social-Media:
unserort.de/wiehl

48. Jahrgang

SAMSTAG, den 24. Dezember 2022

Nummer 26 / Woche 51

Alle 14 Tage in Ihrem Briefkasten



*Frohe Weihnachten
und alles Glück für 2023*

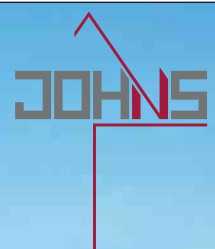


Foto: Günther Melzer



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

Energie sparen

www.aggerenergie.de/energiehaus



AggerEnergie

Gemeinsam für unsere Region



Weihnachtsgruß des Bürgermeisters

Liebe Wiehlerinnen, liebe Wiehler, seit fast drei Jahren leben wir in einer Welt, die so gänzlich anders erscheint als die, die uns vertraut war. Erst hielt uns die Pandemie im Griff. Dann überfiel Ende Februar Russland die Ukraine - mit Folgen, die weit in unseren Alltag hineinreichen. Eine Hand genügt nicht mehr, um die Krisen aufzuzählen, die uns beschäftigen. Da fällt es schwer, trotz allem auch die positiven Dinge zu bemerken. Viele Kraftanstrengungen sind nötig, um schwierige Herausforderungen zu bewältigen. Doch Kraft steht uns nicht unbegrenzt zur Verfügung. Wir benötigen Erlebnisse und Erfahrungen, die geeignet sind, Energie aus ihnen zu schöpfen. Die Fokussierung auf tägliche Schreckensmeldungen hilft da nicht weiter. Die Probleme sehen, ohne sich lähmen zu lassen: Das geht nur, wenn wir den Tunnelblick vermeiden und auch in schwierigen Zeiten auf

Schönes gucken und darauf, was gelingt und gelungen ist. In Wiehl können wir mit Blick auf das Jahr 2022 viel Positives festhalten. So haben wir bei Führungen im Frühling und Herbst Hunderten Interessierten die großen Fortschritte auf den Baustellen Wiehlpark und Straßenräume gezeigt. Bei vielen - auch bei mir - steigt nun die Vorfreude auf den Frühling 2023, wenn der neue Wiehlpark eröffnet werden wird. Begonnen hat an drei Stellen im Stadtgebiet zudem der weitere Ausbau des Glasfasernetzes fürs schnelle Internet. Wir freuen uns schließlich darüber, dass Wiehl als eine von vier Kommunen in Nordrhein-Westfalen Modellkommune in Sachen „Inklusion vor Ort“ geworden ist. Nun gehen wir daran, neue Angebote zu entwickeln, die es möglichst vielen Menschen gestatten, am gesellschaftlichen Leben teilzunehmen. Gelungen ist es ebenso, in kurzer Zeit viele Geflüchtete aus der Ukraine bei uns aufzunehmen und ihnen sichere Unterkunft zu geben

- auch dank großen privaten Engagements, für das ich mich an dieser Stelle herzlich bedanken möchte. Wie schon während der Corona-Krise hat sich gezeigt, dass Menschlichkeit und gegenseitige Unterstützung für die meisten von Ihnen hohe Güter sind. In diesen Zusammenhang passt es, dass wir im Sommer wieder einen Ehrenamtsfest feiern konnten, mit dem Rat und Verwaltung allen Aktiven Respekt zollten und mit ihnen einen schönen Abend erlebten. Ein anderes wichtiges Thema beschäftigt uns sicher über Jahre hinaus: der Klimawandel. Erfreulicherweise hat sich der Rat im April geschlossen hinter den Leitfaden „WiehlKlima 2035“ gestellt: unsere Richtschnur für den Klimaschutz in Wiehl. Dazu passend konnten wir im Mai den Waldklimapfad im Wildpark eröffnen. Sie sehen aus dieser kleinen Auswahl, dass es durchaus erfreuliche Nachrichten in unserer Stadt gegeben hat. Arbeiten wir gemeinsam daran, dass in Zukunft



Foto: Stadt Wiehl

viele weitere positive Meldungen hinzukommen. Dann können wir auch mit Zuversicht nach vorn blicken. Ich wünsche Ihnen, Ihren Familien und Freunden - auch im Namen von Rat und Verwaltung - ein schönes Weihnachtsfest und alles Glück für das neue Jahr 2023. Ihr
Ulrich Stücker
Bürgermeister

INFORMATIONEN AUS DER STADT WIEHL

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.

Alle Veranstaltungen finden in Abhängigkeit der Corona-Infektionen statt. Bitte beachten Sie die Meldungen in der Lokal-Presse.

Teilnehmen dürfen geimpfte und genesene Personen. Bitte Nachweis mitbringen!

Soweit nicht anders angegeben, finden alle Veranstaltungen im

„HausNr7“, Bechstr. 7, Bielstein, statt.

Angebote und Gruppen im Januar 2023

- **Monatstreffen:** Die Vertreter aller Netzwerkgruppen treffen sich einmal im Monat zum „BieNe-Arbeitstreffen“. Interessierte sind erwünscht!

Termin: 02. Januar 23, 10 Uhr

- alles rund um den **Computer** - Hilfe zur Selbsthilfe

Termin: 05.01.23, 10 Uhr

Offene Fragestunde mit Dagmar Frensch. 6 PC,s sind vorhanden, es dürfen aber auch eigene Tablets mitgebracht werden (kein Apple), Kosten: 5,- €, **Anmeldung bei der OASE erforderlich: 02262-6928876**

- Unterstützung bei **Behörden-gängen** und Anträgen für Alt und Jung

Helga Neubeck

Terminvereinbarung erforderlich unter 02262-2834.

- **„Initiative 55 plus“** - aktive Freizeit:

Einmal monatlich im Waldhotel Tropfsteinhöhle.

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

- **Musik und Kunst**

Termin: 11.01.23, 15 Uhr

Offenes Treffen für jeden, der sich für Musik, Ausstellungen, Theater, Oper u.a. interessiert. Gemeinsam besuchen wir Kultur-

veranstaltungen 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: 05.01. und 19.01.23, 9-11 Uhr

- gemütliches **Wandern** mit anschließender Einkehr:

Termin: 06.01.23, 15 Uhr

Zum Erfragen der Strecke und des Treffpunktes bitte anrufen: 02262 - 97936

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

Alle Veranstaltungen finden in Abhängigkeit der Corona-Infektionen statt. Bitte beachten Sie die Meldungen in der Lokal-Presse.

„Café Else“ Oberwiehl mit Kaffee und Kuchen

02.01.23, 14:30 Uhr, Kegelbahn, Im Kamp 16:

Wir wollen leeres Stroh dreschen - Ursprünge von Redensarten

02.01.23, 14:30 Uhr,
OASe-Treff Wiehl:

Trauercafé - Ein Angebot der OASe der Stadt Wiehl und dem Malteser Trauerzentrum Oberberg.

Leitung: Evelin Bottenberg
(Anmeldung erwünscht!)

Essen - 12 Uhr mittags in Wiehl - Gefördert durch die Wiehler Sozialstiftung,

Kosten: 6,- € (inkl. Getränke), Anmeldung erforderlich

Jeden Dienstag im Clubraum der Johanniter (Kostenloser Fahrdienst, Anmeldung erforderlich):

03.01.23: - Kohlrouladen mit Kartoffeln

- Vanillequark mit Kirschen

10.01.23: - Curry-Hühnchen mit Reis und Salat

- Schokopudding mit Sahne

17.01.23: - Panierter Fisch mit

Kartoffeln, Senfsoße und Gurkensalat

- Apfel-Weintorte

Jeden Mittwoch im OASe-Treff Wiehl:

04.01.23: - Hackbraten mit Kartoffel-Endivienstampf

- Vanillepudding mit Apfelmus

11.01.23: - Erbsensuppe mit Bockwurst

- Eis

18.01.23: - Curry-Eier-Gemüse, Kartoffeln

- Eis mit Obst/Eierlikör

04.01. und 18.01.23,

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 02262/1017, oder brandsch-boehm@gmx.de

04.01. und 18.01.23, 15 Uhr, OASe-Treff Wiehl:

Gesellschaftsspiele (Mensch ärgere dich nicht, Halma, Dame u.a.)

05.01.23, 14:30 Uhr, OASe-Treff Wiehl:

„Dalli-Klick“ frei nach Hans Rosenthal.

(Anmeldung erforderlich!)

09.01.23, 10 Uhr, „HausNr.7, Bechstr. 7, Bielstein

Handy-Sprechstunde

Bitte Bedienungsanleitung mitbringen!

Referent: Jan-Niklas Andres, Kosten: 10,- €, **Anmeldung erforderlich**

09.01.23, 16 Uhr,

OASe-Treff Wiehl:

„Schlaganfallhilfe - Selbsthilfe für Betroffene und Angehörige“,

Kontakt: Karl-Heinz Görlitz

0162 7643566

Seniorentreff Marienhagen mit Kaffee und Kuchen

09.01.23, 14:30 Uhr,

evangelisches Gemeindehaus:

Wir wollen leeres Stroh dreschen

- Ursprünge von Redensarten

09.01.23, 16 Uhr, ev. Gemeindehaus Drabenderhöhe:

Creativ-Café - Jeder kann sein eigenes Handarbeitsmaterial mitbringen oder kann mit gespendetem Material für gemeinnützige Projekte arbeiten.

Kontakt:

Adelheid Hann (015229262686),

Elke Hihn (015125613982)

„Man sieht nur mit dem Herzen gut, alles andere ist für die Augen unsichtbar.“

Ab 11.01.23, 14:30 - 16:30 Uhr, OASe-Treff Wiehl:

Herzens-Sprechstunde:

Es handelt sich um ein kleines, feines Kulturprogramm. Es geht dabei nicht um Blutdruckmessung oder die Verschreibung von Tabletten, sondern um Gedichte, Sprichwörter, Märchen, Lieder und kleine Aktionen rund um das Thema „Herz“.

Sechsmal treffen wir uns und finden gemeinsam heraus, was wir allein oder mit anderen tun können, damit es unserem Herzen gut geht.

Weitere Termine: 18.01., 25.01.,

01.02., 08.02. und 15.02.23

2,-€ pro Veranstaltung,

Anmeldung erforderlich!

ab 11.01.23, jeden Mittwoch, 16 bis 16:45 Uhr, Turnhalle Grundschule, An der Landwehr 1, Drabenderhöhe:

Reha-Sportgruppe für Schlaganfall-Betroffene

Zur Teilnahme wird eine Reha-Verordnung vom Arzt benötigt.

Übungsleitung: Ute und Hamid Brandsch-Böhm

(Anmeldung erforderlich!)

11.01.23, 14:30 Uhr, OASe-Treff Wiehl:

Doppelkopf

12.01.23, 13:15 Uhr, Parkplatz Johanniter-Haus, Wiehl:

Im Rahmen des OASe-Erzählcafés besuchen wir die **Papiermühle**

„Alte Dombach“ (Bergisch-Gladbach) incl. einer **Führung**

„Vom Luxusgut zum Massenprodukt“. Im Anschluss kehren wir noch zum Kaffeetrinken ein.

Kosten: 3,50 €/Eintritt.

(Anmeldung erforderlich!)

12.01.23, 15 Uhr, OASe-Treff Wiehl:

Kreativ-Treff mit Ellen Keller: Kartenherstellung, Nähen, Stricken und Häkeln, Schmuckherstellung, basteln.... und und und.

Ideen und Wünsche werden gerne berücksichtigt.

Gerne dürfen Sie Ihr Material mitbringen und damit arbeiten! Bei Interesse kann auch ein Spinnkurs angeboten werden.

Wiehler Weihnachtsmarkt mit gelungenem Comeback

Zwei Jahre hatte er pandemiebedingt pausieren müssen, jetzt kehrte er umso stärker zurück: Viele Hundert Menschen besuchten am zweiten Adventswochenende den Weihnachtsmarkt im Wiehler Zentrum.

Trotz der Baustelle bot der Markt ein einladendes Bild mit zahlreichen Holzhütten entlang der Bahnhofstraße und auf dem Rathausplatz. Dort bildete der große Weihnachtsbaum den optischen Mittelpunkt. Glühwein, Feuerzangenbowle, Leckereien wie Reibekuchen und Grillwurst sorgten für den typischen Duft. Auch die Oberwiehler Bergkäseverkäufer boten traditionell die Käselaike an. Im evangelischen Gemeindehaus bestimmte Kunst-

handwerk von großer Bandbreite das Bild.

Bürgermeister Ulrich Stücker freute sich bei der Eröffnung des Weihnachtsmarkts am Samstag darüber, wie gut sich die neu gestalteten Bereiche rund ums Rathaus offenbar für Feste eignen. Weihnachtliche Musik trug der Bröltaler Musikverein bei. Abends gab es dann ein Konzert mit „Ni&Co Christmas & More“. Auch der Feuerwehrmusikzug der Stadt Wiehl und der Musikverein Lichtenberg sorgten für Atmosphäre während des Marktgeschehens. Tanzaufführungen und Angebote für Kinder rundeten den erfolgreich verlaufenen Markt ab, der den Besucherinnen und Besuchern vorweihnachtliche



Stimmungsvolles Ambiente trotz Baustelle bot der Weihnachtsmarkt im Wiehler Zentrum. Foto: Christian Melzer

Freude vermitteln konnte. Sowohl Marlene Weiner vom Wiehler Ring als auch Karin Madel vom

Citymanagement der Stadt zogen eine positive Bilanz zu der rundum gelungenen Veranstaltung.

Förderkinder verbreiten große Freude

Eine Auswahl weihnachtlicher Lieder im Repertoire und beste Stimmung im Gepäck: Die Kinder der Helen-Keller-Schule sorgten mit ihrem Auftritt im Wiehler Rathaus für viel Frohsinn vorm Fest. Zweimal musste die Tradition aussetzen, jetzt konnten die beiden Schulchöre mit zusammen rund 50 Schülerinnen und Schülern wieder zeigen, was sie einstudiert hatten. Begleitet wurden sie von ihren Lehrkräften sowie weiteren Betreuerinnen und Betreuern, die auch beim Gesang halfen. Die nötige Durchsetzungskraft brachten die Kinder selbst mit. Begeistert trugen Kleine wie Große weihnachtliche Lieder vor, unterstützt durch starke Gesten. So sangen die Minis „Kleine Igel schlafen gern“, während die Maxis mit der Schulband gemeinsam den „Weihnachtswünsche-Rap“ auf die Bühne im Ratssaal brachten. Für die Moderation waren die beiden Schülersprecher Mika Weber und Roni Gazni zuständig.

Alle Lieder begleitete Musiklehrer Sebastian Timpe am E-Piano, das Dirigat mit Hilfe von Gebärdensprache leistete Lehrerin Birgit Kolb. Schulbegleiter Jens Becker schließlich sorgte dafür, dass die Bühnentechnik funktionierte. Das Publikum reagierte mit viel Applaus auf den etwa halbstündigen Auftritt. Zahlreiche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter aus dem Rathaus hatten sich genauso eingefunden wie einige Ratsmitglieder und Gäste. Gemeinsam mit den Kindern schmetterten sie „In der Weihnachtsbäckerei“ und schlossen mit „O du fröhliche“. Zur Belohnung gab's für die Schülerinnen und Schüler einen großen Sack voller Schokoladen-Nikoläuse aus den Händen von Bürgermeister Ulrich Stücker. „Jetzt wissen wir, was in den vergangenen beiden Jahren gefehlt hat“, freute er sich über das kleine Konzert und lobte die voll motivierten Sängerinnen und Sänger: „Ihr seid eine feste Größe in Wiehl. Die gesungenen Weihnachtsgrüße der Helen-Keller-



Belohnung für einen tollen Auftritt: Aus den Händen von Bürgermeister Ulrich Stücker erhielten die Kinder einen mit Schoko-Nikoläusen gefüllten Sack. Foto: Christian Melzer

Schule sind die schönsten, die man bekommen kann.“ Schulleiterin Lydia Follmann gab das Lob zurück: „Es war eine Freude, hier gewesen zu sein.“ Auf Tour war die große Gruppe der Schule in zwei Reisebussen. Dass trotz der Baustelle vorm Rathaus alles hervorragend geklappt hat und die Busse direkt vors Haus fahren konnten, gehört zu den Verdiensten des städti-

schen Fachbereichs Hochbau, der auch rechtzeitig Barrierefreiheit hergestellt sowie Schnee und Eis beseitigt hatte. Denn einige Kinder waren auf Rollstühle angewiesen oder anderweitig in ihrer Mobilität eingeschränkt. Die HKS kümmert sich als Förderschule des Oberbergischen Kreises um den Förderschwerpunkt geistige Entwicklung.

Ende: Informationen aus der Stadt Wiehl

VERLAGSSONDERVERÖFFENTLICHUNG

WIR WÜNSCHEN SCHÖNE WEIHNACHTEN

Vereinsjugendtag - FV Wiehl 2000 e.V.

Wiehler Jugendabteilung lädt ihre Mitglieder ein

Einladung zum Vereinsjugendtag des FV Wiehl 2000 e.V. am Donnerstag, 12. Januar 2023, um 19 Uhr im Vereinsheim der Walter-Lück-Sportanlage

(Friedhofstraße 13, 51674 Wiehl).

Wahlberechtigt sind alle Mitglieder im Alter von 14 bis 18 Jahren. Anträge der Mitglieder

sind bis spätestens 1 Woche vor dem Vereinsjugendtag (5. Januar 2023) schriftlich an den Unterzeichner der Einladung zu stellen. Der Jugendvorstand freut

sich über eine rege Teilnahme am Vereinsjugendtag. Freundliche Grüße Simon Odenbrett (Jugendleiter)

Jahreshauptversammlung - FV Wiehl 2000 e.V.

Wiehler Fußballer laden ihre Mitglieder ein

Einladung zur ordentlichen Jahreshauptversammlung des FV Wiehl 2000 e.V. am 13. Januar 2023 um 20 Uhr im Vereinsheim der Walter-Lück-Sportanlage (Friedhofstraße 13, 51674 Wiehl). Wegen der Wichtigkeit der Tagesordnungspunkte wird um

möglichst zahlreiches Erscheinen der Vereinsmitglieder gebeten. Anträge müssen dem Vorstand bis zum 6. Januar 2023 vorliegen. Freundliche Grüße Christian Will (Vorstandsvorsitzender)

Bender & Bender Immobilien Gruppe
Haben Sie eine Immobilie für unsere Käufer?

Reichshof Für einen solventen Kapitalanleger sind wir auf der Suche nach EFH, MFH und Eigentumswohnungen, gerne auch renovierungsbedürftig. Preis offen	Nümbrecht Für ein solventes Ehepaar suchen wir eine gepflegte Eigentumswohnung ohne Renovierungsstau, Wfl. ca. 90 m² mit Balkon oder Terrasse. Preis bis ca. 250.000,- €
Waldbröl Für einen Kunden suchen wir ein Mehrgenerationenhaus mit großem Grundstück, Wfl. ca. 160 m², gerne auch renovierungsbedürftig. Preis bis ca. 380.000,- €	Immobilien-Leibrente Sie möchten in Ihrer Immobilie wohnen bleiben u. zusätzlich noch eine lebenslange Rente beziehen oder eine Einmalzahlung erhalten? Wir beraten Sie gerne im Detail

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

Liebe Leserinnen, liebe Leser, Verehrte Kundschaft,



Was war nochmal „Corona“? Beinahe, ist uns der Fakt, dass eine Corona-Erkrankung mit Langzeitfolgen oder sogar tödlich verlaufen kann, abhandengekommen.

Der Sommer 2022 war einfach wunderbar. Wir durften verreisen, gemeinsam feiern, tanzen, lachen, uns umarmen - verschobene Feste feiern. Doch gleichzeitig schlugen auch wilde Informationswellen über viel zu viel Hitze und viel zu wenig Wasser, die kriegerischen Auseinandersetzungen in der Ukraine und der damit zu-

sammenhängenden Energiekrise, sowie 1001 mehr oder minder gute Ideen der Politik mit allem umzugehen, über uns zusammen. Was wird, was kommt, wer - wo - was? Die Politik drehte sich um 180 Grad - wer hätte gedacht, dass grünesinnte Politiker erstmals aufbrächen, lang und weiß gewandete Prinzen um wertvolle Öle im wahrsten Sinne des Wortes „anzupumpen“?

Myrrhe, Weihrauch und wertvolle Öle - das kommt uns doch in dieser Jahreszeit irgendwie bekannt vor. Auch in diesem vergangenen Jahr lernten wir wieder neue Begriffe, wie z.B. das Wort „Gaspreisbremse“. Fast abgeschaltete Atommeiler werden wieder angeworfen, weil es anders einfach nicht geht, oder zu gehen scheint. Die Ölheizung in Omis altem Haus ist plötzlich wieder „in“. Wir lernen, dass Myrrhe und Weihrauch ganz nett sein mögen - aber wer braucht das schon. Wären andere Geschenke der Könige an Jesus - sagen wir Pampers und Kartoffelpüree - vielleicht weitaus passender gewesen? Vielleicht waren die drei Weisen aus dem

Morgenland ähnlich der drei (und mehr) Weißen aus unserer Ampelregierung gefordert, neue Wege zu gehen und wussten mitunter auch nicht so recht wie, weshalb und wohin? Beten wir gemeinsam in dieser vorweihnachtlichen Zeit für gute und richtige Gedanken und Taten unserer Regierenden und aller Mitmenschen, die etwas zu sagen haben oder unter den derzeitigen Umständen leiden. Lassen Sie uns gemeinsam Toleranz, Nachsichtigkeit und Geduld mit unserem Nächsten üben, auch wenn die derzeitigen Zeichen für die Zukunft in vielerlei Hinsicht nicht rosig aussehen, ist es wichtig den guten und freundlichen Dialog zu pflegen.

Sie haben uns die Treue gehalten - dafür danken wir Ihnen allen von ganzem Herzen!

Danke, dass Sie da sind!

Wir wünschen fröhliche Weihnachtstage, Momente mit tiefempfundenen Gefühlen des Glücks, der Dankbarkeit und Zufriedenheit. Wir freuen uns darauf mit Ihnen in das Jahr 2023 zu starten und wünschen Ihnen 365 neue Tage in Gesundheit, Zuversicht, Courage, inneren und äußeren Frieden sowie Gottes Segen.

Wir freuen uns darauf, Sie auch weiterhin mit lokalen Inhalten zu informieren.

Wir freuen uns auf Sie!

Mit herzlichen Grüßen

Ihre Si Rautenberg-Otten

mit allen Mitwirkenden bei Rautenberg Media

Frohe Weihnachten

und ein glückliches neues Jahr

Liebe Leserschaft, verehrte Kundinnen und Kunden,

ein sonniges, warmes und schönes Jahr liegt hinter uns, in welchem wir das Thema Corona ein kleines bisschen vergessen und Feste und Feierlichkeiten nachholen konnten. Zeitgleich kamen aber neue „Gewitterwolken“ auf – viel zu nahes Kriegsgeschehen, Energiekrise, eine unglaubliche Teuerung. Manchmal denkt man, dass alles etwas unübersichtlich ist.

Deshalb wünschen wir Ihnen jetzt von ganzem Herzen **ein wunderschönes, besinnliches, ruhiges, harmonisches und glückliches Weihnachtsfest.**

Für jeden neuen Tag im kommenden Jahr 2023 wünschen wir Ihnen leuchtende Gedanken, beste Gesundheit, Gottes Segen und immer mindestens einen guten Grund, fröhlich und dankbar sein zu können.

Danke, dass Sie uns die Treue gehalten haben – Danke, dass Sie da sind!
Alle Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen und ich freuen uns auf Sie.

Herzliche Grüße und bis ganz bald
Ihre RAUTENBERG MEDIA KG

Ihr MEDIENBERATER
Dietmar Kuchheuser
0178 3 35 10 47
Rautenberg Media: 02241 260-0

unserort.de ■ ZEITUNG ■ DRUCK ■ WEB ■ FILM www.rautenberg.media

Dritte Zähne – fest und schön.

Für Andrea Thomas war das Behandlungskonzept **FESTE DRITTE ZÄHNE AN EINEM TAG** die Rettung. Ihre Geschichte.

„Ich hätte nie gedacht, dass es wirklich so schnell geht und sich dabei so natürlich anfühlt. Ich bin mit meinen neuen Dritten jetzt richtig glücklich – dabei sah es mit meinen Zähnen erst gar nicht gut aus“, erzählt Andrea Thomas. Bevor die 58-Jährige aus dem schönen Pohlhausen zur Praxis Much und der neuen Behandlungsmethode kam, hatte sie bereits einen Leidensweg hinter sich. „Mein ganzer Oberkiefer war entzündet. Viele Zähne mussten entfernt werden. Es war schlimm“, erinnert sich Andrea Thomas. „Ich wollte aber auf keinen Fall eine Totalprothese im

Oberkiefer, also Zähne zum Herausnehmen. Ich habe dann eine Teilprothese bekommen, mit Kronen und Brücken. Aber die Zahnhälse waren sichtbar. Ich habe mich gar nicht mehr getraut zu lachen und auch das Essen schmeckte mir nicht mehr. Das alles hat mich schon sehr beeinträchtigt. Am Ende habe ich mich zu Hause vergraben. Ich bin kaum noch rausgegangen“, berichtet die eigentlich unternehmungslustige Frau von dieser schwierigen Zeit. Doch dann ein Hoffnungsschimmer: Sie hört von der sogenannten Methode **FESTE DRITTE ZÄHNE AN EINEM TAG**.



Wie Andrea Thomas Dr. Keshishian bei den Zahnärzten Much kennenlernt und erfährt, dass ihr Problem in nur einem Tag gelöst werden kann.

„Ich hatte von der Methode der Sofort-Dritten schon gehört. Endlich habe ich mich getraut und meinen damaligen Zahnarzt befragt. Und tatsächlich: Er kannte das Prinzip, dass auf nur vier festen Zähnen eine Prothese aufgebaut werden kann.* Doch dann der Schreck: Er sagte, dass es bei mir so einfach nicht möglich sei. Ich müsste zunächst einen Knochenaufbau machen.“ Andrea Thomas klingt verzweifelt. „Was für eine Prozedur, der Knochenaufbau ist schmerzhaft und er würde mindestens ein halbes Jahr dauern und dann geht es mit der eigentlichen Behandlung ja erst richtig los. Das hat mich wieder sehr entmutigt. Dazu hatte ich nicht die Kraft.“

Doch dann liest sie in der Zeitung von den Zahnärzten Much und ihrer erfolgreichen Behandlung – und das ohne Knochenaufbau und in nur einem Tag. Sie entscheidet sich, ein kostenloses und unverbindliches Beratungsgespräch in Anspruch zu nehmen. „Endlich habe ich mir ein Herz gefasst und mich mit meinem Problem an die Praxis Much gewandt. Ich habe mich vom ersten Moment an dort wohlfühlt. Das Praxisteam ist sehr nett und der Spezialist Dr. Keshishian hat sich viel Zeit genommen und sich meine Geschichte in Ruhe angehört. Ich war wirklich beeindruckt von seiner Erfahrung.“



Mehr als 30 Jahre und tausende gesetzte Implantate: das Team von Dr. Keshishian nutzt eine moderne Methode, die hochwertige implantologische Komplettversorgung an nur einem Tag ermöglicht und für fast jeden geeignet ist.*



„Wir haben hier in der Praxis sofort gespürt, was für ein Druck auf Fr. Thomas lastet“, erinnert sich Dr. Keshishian an das erste Treffen mit Fr. Thomas. „Ihr ging es mit ihrer Zahnsituation wirklich schlecht. Ich habe sie dann erst einmal beruhigt und sie eingehend beraten. Dann haben wir einen Termin für eine Untersuchung vereinbart, um herauszufinden, ob die Methode für Fr. Thomas in ihrer jetzigen Situation geeignet ist – da wollten wir ganz sichergehen.“ Nach dem nächsten Termin und der ausführlichen Analyse ihres Röntgenbildes ist klar: Es geht! Das Praxisteam um Dr. Keshishian sieht die Möglichkeit, die Methode **FESTE DRITTE ZÄHNE AN EINEM TAG** bei Fr. Thomas einzusetzen. In die Freude von Fr. Thomas mischt sich eine letzte Frage: Braucht sie also keinen schmerzhaften und zeitraubenden Knochenaufbau? „Nein, nur ganz selten braucht es für unsere Methode einen vorherigen Knochenaufbau. Ich würde sagen, in 90 Prozent der Fälle ist noch genug Knochenmaterial vorhanden, das unsere Implantate sicher halten kann. Implantate sind ja wie künstliche Zahnwurzeln. Dank unserer Spezialmethode pflanzen wir sie hochpräzise und sicher ein“, beruhigt Dr. Keshishian und schildert, was diese Methode von anderen für feste dritte Zähne unterscheidet. „Operationstechnik und Labor – das Zusammenspiel dieser beiden ist für den Erfolg der **FESTE DRITTE ZÄHNE AN EINEM TAG**-Behandlungsmethode grundlegend. In unserer Praxis arbeiten wir Hand in Hand äußerst erfahren und kompetent zusammen.“

„Unsere Zahnärzte und unser Meisterlabor sind ein Team unter einem Dach. Zudem steuern wir alles über intelligente, digitale Systeme. Das ist der Grund, warum wir so schnell, genau und effizient sind. Für die Behandlung selbst kommen nur hochwertige und langlebige Materialien zum Einsatz.“

Dann war der große Tag gekommen. „Ich war ganz entspannt“, lächelt Fr. Thomas. „Morgens um 7 war ich in der Praxis und nach einer Dreiviertelstunde sagt Dr. Keshishian: Wir sind fertig. Die Implantate sind drin. Am nächsten Tag bin ich dann noch einmal zur Kontrolle hin und um die Prothese einsetzen zu lassen – das war in 10 Minuten fertig. Und das Schönste war: Es fühlt sich total natürlich an und sieht auch so aus. Jetzt traue ich mich wieder zu lachen, ich esse wieder gerne, gehe wieder vor die Tür. Ich würde jedem raten, der mit seiner Vollprothese nicht klarkommt: Machen, einfach nur machen.“

FESTE DRITTE ZÄHNE AN EINEM TAG



Die Praxis Zahnärzte Much ist gut erreichbar. Einmal im Monat lädt sie zum „Tag der Zahnimplantate“ ein für unverbindliche und kostenfreie Beratungen rund um das Thema. Die Anmeldung ist einfach telefonisch möglich:

ZAHNÄRZTE MUCH MVZ GMBH
Dr.-Wirtz-Straße 22, 53804 Much
Tel. 02245 22 56
praxis@zahnärzte-much.de
www.zahnärzte-much.de

* In den meisten Fällen funktioniert die Methode. In einem Beratungsgespräch klärt die Praxis, ob es möglich ist.

WIR WÜNSCHEN SCHÖNE WEIHNACHTEN

Mitsingen im Kreishaus

Fröhliche Stimmung beim Weihnachtskonzert der Helen-Keller - Schule

Schulchöre haben weihnachtliche Tradition im Verwaltungsgebäude in Gummersbach fortgesetzt Oberbergischer Kreis. In der diesjährigen Vorweihnachtszeit konnte es wieder „Singen und Klingen“ im Kreishaus. Die beiden Schulchöre der Helen-Keller-Schule haben mit ihren begeistert vorgetragenen Weihnachtsliedern eine liebgewonnene Tradition fortgesetzt: Rund 50 Schülerinnen und Schüler gaben ein stimmungsvolles Weihnachtskonzert im Kreishausfoyer, das auch nach zweijähriger (coronabedingter) Pause nichts an gewohnter Qualität eingebüßt hatte. Im Gegenteil: Kreisdirektor Klaus Grootens, die Kreis-Dezernenten und viele Mitarbeitende der Kreisverwaltung wurden mit einem neuen Repertoire von den „Minis“ und den „Maxis“ und der Schulband



bestens unterhalten und wieder zum kräftigen Mitsingen motiviert. „Wir sind total froh, dass ihr wieder bei uns seid. Ihr bringt uns mit euren Liedern die Adventszeit ins Kreishaus. Dafür danken wir euch ganz herzlich“, begrüßte

Kreisdirektor Klaus Grootens die musikalischen Gäste der Helen-Keller-Schule in Wiehl (Oberbanenberg), einer Förderschule des Oberbergischen Kreises für Kinder und Jugendliche mit geistiger Behinderung. Mit „Mein Licht geht auf und leuchtet“, eröffneten die beiden Schulchöre das Mitsing-Konzert, unter der bewährten musikalischen Leitung von Sebastian Timpe (Keyboard) und Sonder-

pädagogin Birgit Kolb, die gemeinsam mit einigen Schülerinnen und Schülern die Weihnachtslieder auch in Gebärdensprache begleitete. Die beiden Pädagogen erarbeiten seit Jahren ein traditionell vielfältiges Weihnachtskonzert mit den jungen Sängerinnen und Sängern und einer Schulband. Abwechselnd führten die beiden Schülersprecher Mika Weber und Roni Gazni durch das musikalische

Familien

ANZEIGENSHOP

RAUTENBERG MEDIA

Herzlichen Dank
15.07.30 • 56 cm • 3.350 g

Hochzeit.
F597
90 x 50 mm
ab **20,50***

Natascha
ist da!
Herzlichen Dank für die guten Glückwünsche anlässlich der Geburt
FGB 20-13
43 x 90 mm
ab **18,00***

DANKSAGUN
Für die wohlwollenden Beweise der Anteilnahme beim Tode meines geliebten Vaters, unseres guten Schwägerenvaters und Großvaters
TD 12-12
90 x 90 mm
ab **110,00***

Michael Musterfeld
K03_15
43 x 30 mm
ab **6,00***

WOHNUNG!
3 ZL 125 qm 2-Gartenhaus, Fußbodenheizung, großer Balkon, Garten, komplett neu renoviert, für 8.900 € zu verkaufen
Tel. 02...

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



Ein gesegnetes Weihnachtsfest und ein gesundes, glückliches Jahr 2023 wünscht Ihnen

Metallbau Altwicker

Häher Weg 53 · Reichshof-Denklingen · www.metallbau-altwicker.de

WIR WÜNSCHEN SCHÖNE WEIHNACHTEN



Programm und spannten den Bogen von fröhlichen zu besinnlichen Weihnachtsliedern. Dieser gelungene Mix kam bei den zahlreichen Besucherinnen und Besuchern im Foyer des Kreishauses auch in diesem Jahr wieder gut an.

Bei „Kleine Igel schlafen gern“ und „Schnee, Schnee, überall ist Schnee“ zeigten insbesondere die „Minis“ ihre Freude an den neuen Liedern. Nach „Wir tragen ein Licht!“ lud Schulleiterin Lydia Follmann alle zum Mitsingen ein: „Dieses Lied darf in keinem unserer Weihnachtskonzerte fehlen!“ - und so unterstützten die Mitarbeitenden der Kreisverwaltung die Chöre kräftig „in der Weihnachtsbäckerei“.

Für die Darbietungen von „Merry Christmas - Frohe Weihnachten“ und „Nicht nur zur Weihnachtszeit“ wurden die Schulchöre ebenfalls mit viel Applaus belohnt. Auch die neue Schülerband meisterte ihren ersten Auftritt mit E-Bass und Cajon und rappte „Frohe Weihnachten!“.

„Wir haben uns alle sehr auf dieses Konzert im Kreishaus gefreut und es ist schön, dass wir auch im nächsten Jahr wieder zu Gast sein dürfen“, bedankte sich Schulleiterin Lydia Follmann. Zum Abschluss stimmten alle in das traditionelle Weihnachtslied „Oh du fröhliche!“ ein. Anlass für Kreisdirektor Klaus Grootens, die Einladung zum Weihnachtskonzert in 2023 auszusprechen und Schoko-Nikoläuse als Dankeschön an die engagierten Schülerinnen und Schüler zu verteilen.

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

**Für ein gutes Gefühl.
Auch nach dem Besuch.**

Der Johanniter Hausnotruf. Rund um die Uhr für Sie im Einsatz – damit Sie sicher sind!
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

Michael Braatz Rechtsanwalt	Tätigkeitsschwerpunkte – Arbeitsrecht – Straßenverkehrsrecht – Familienrecht – Baurecht – Miet- und Pachtrecht – Erbrecht	
Renate Broich-Schumacher Fachanwältin für Familienrecht		
Kapellenweg 9 51580 Reichshof-Sinspert	Tel. 02265/9974334 www.ra-michael-braatz.de	Zweigstelle Siegburg Siegstr. 77 • Tel. 02241/147878 Kanzlei Neunkirchen-Seelscheid Hauptstr. 66 • Tel. 02247/5400 + 5485

Aus der Arbeit der Parteien SPD

Wiehl bleibt eine soziale Stadt

Wer die letzte Ratssitzung in diesem Jahr live verfolgen konnte, rieb sich anschließend schon verwundert die Augen. SPD Fraktionsvorsitzende Carlo Riegert brachte in seiner jährlichen Haushaltsrede gleich einige Anträge zur sozialen Agenda der Stadt Wiehl ein, die sofort dem Rat zur Entscheidung vorgelegt wurden. Ungewöhnlich, aber den Inhalten und dem Wunsch zur direkten Hilfe geschuldet. So bekommt die Tafel Oberberg Süd, zu der auch das Stadtgebiet Wiehl gehört, einen erhöhten Zuschuss

von insgesamt 15.000 Euro in diesem Jahr. Weiterhin wurde die Verwaltung beauftragt mit dem Verein Lebensfarben einen Vertrag abzuschließen, der die Paten-Versorgung der Wiehler Kinder und Jugendlichen aus bedrohten Familien sicherstellen soll. Zur Erinnerung: Der Verein versucht mit Patenschaftern den Kindern suchtgefährdeter Eltern den möglichen sozialen Abstieg in eine bedrohungslage zu verhindern, was der Stadt Wiehl möglicherweise große Kosten bei einer Vollzeitbetreuung besche-

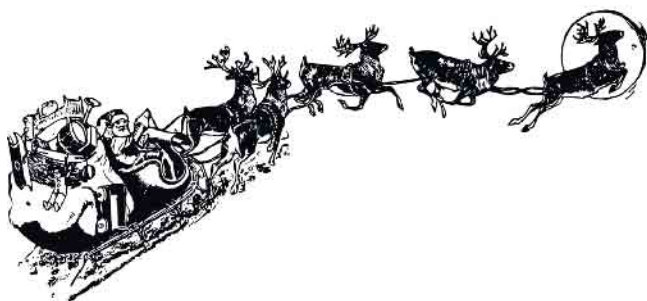
ren würde. Und das macht Lebensfarben mit großem Erfolg. Alle Parteien in Stadt und Kreis haben dies in den letzten zwei Jahren vielfach anerkannt. Allerdings hat letzte Woche der Kreistag durch die Mehrheitsparteien eine längere Förderung abgelehnt, was das Wiehler Kreistagsmitglied Christoph Hastenrath die Zornesröte ins Gesicht trieb. Um wenigstens die Arbeit in Wiehl weiterhin leisten zu können, nun dieser Antrag der SPD Ratsfraktion.

Beide SPD-Anträge hat der Rat der Stadt Wiehl, mit Unterstützung mehrerer kleinerer Fraktionen, angenommen; lediglich die größte Fraktion im Stadtrat lehnte diese Hilfen ab.

Ein letzter Antrag der SPD zielte auf die Gleichbehandlung von Unternehmen und Wiehler Bürgerinnen und Bürger ab. Aufgrund von Landesvorgaben muss die Stadt Wiehl die „Grundsteuer B“ leicht

um 2,9% anheben. Die Erlöse kommen dem defizitären Stadthaus halt zu Gute. Die SPD Fraktion wollte nun erreichen, dass die Unternehmenssteuern für Firmen mit Gewinn ebenfalls um den gleichen Betrag minimal angehoben werden. SPD Ortsvereinsvorsitzender Bernd Teuber: „Wir stehen für eine Gleichbehandlung. Sowohl Bürgerinnen und Bürger als auch Unternehmen, die auch in der Krisen Gewinn machen, profitieren von der sehr guten Infrastruktur in Wiehl und der Attraktivität der Stadt. Also müssen auch beide Partner bei der Finanzierung herangezogen werden.“ Dieser Antrag wurde, wiederum unter Beteiligung der größten Fraktion im Wiehler Rat mit 20:20 Stimmen abgelehnt. Teuber weiter: „Als Partei, die „Sozial“ sogar im Namen trägt, werden wir auch weiterhin für eine soziale und gerechte Stadt Wiehl kämpfen!“

Alfred Kraft



Ende: Aus der Arbeit der Parteien SPD

Aus der Arbeit der Parteien Bündnis90 / Die Grünen

Zum Abschluss nur Erfreuliches

Die Krisen, mit denen wir derzeit konfrontiert sind, haben bei vielen Menschen die Bereitschaft verstärkt, einander auf vielfältige Weise und oft unentgeltlich zu helfen. Auch in Wiehl sind die Bürger ehrenamtlich engagiert, um Bedürftige zu unterstützen, Flüchtlinge zu begleiten, die Gemeinschaft in Vereinen, sozialen und religiösen Gemeinschaften zu pflegen. Nie war die Spendenbereitschaft so hoch wie in diesem Jahr.

Unsere „grünen“ Ziele haben inzwischen Unterstützung in allen Parteien gefunden. Unsere Veranstaltungen zum Thema Energiewende trafen auf großen Zuspruch. Viele Menschen sind interessiert, sich mit uns auf den Weg in eine klimaverträglichere Zukunft zu machen. Mehr denn je wird Geld für alternative Stromerzeugung und die Umrüstung des Eigenheims in die Hand genommen

- und an anderer Stelle eingespart.

Die Zusammenarbeit mit anderen politischen Fraktionen und der Stadtverwaltung hat in einigen Bereichen erfreuliche Früchte getragen. Das betrifft die Zukunft unserer Schulen. Wir dürfen auf eine Mehrheit im Rat für eine Gesamtschule in Wiehl hoffen, so wie sie die Betroffenen mehrheitlich gewünscht haben. Zuversichtlich stimmt uns die Tatsache, dass es einen gemeinsamen Plan gibt, wie Wiehl sich gegen die Folgen des Klimawandels wappnen und wie der Beitrag unserer Stadt zum Erreichen der Klimaziele aussehen wird. „WiehlKlima 2035“ entstand in Zusammenarbeit der Klimawerkstatt mit der Verwaltung. Dieser Leitfaden zur Nachhaltigkeit wird Richtschnur unseres Handelns 2023 sein.

Barbara Degener

Ende: Aus der Arbeit der Parteien Bündnis90 / Die Grünen



Nicht in diesem Jahr, aber hoffentlich bald, wird es in allen Ländern dieser Erde wieder eine **fröhliche und selige Weihnachtszeit** geben können.

Nicht in diesem Jahr, aber hoffentlich bald, werden die Tannenbäume wieder **oh wie grün** und nicht borkenkäferbraun sein.

Vielleicht noch in diesem Jahr, aber möglicherweise in Zukunft nicht mehr, wird im Winter bei uns **leise der Schnee rieseln**.

Aber wir haben noch Hoffnung.
Deshalb machen wir grüne Politik.



**Euch allen
eine friedvolle
Weihnachtszeit und
ein gutes Jahr 2023!**

Bündnis 90 / Die Grünen Wiehl

WIR WÜNSCHEN SCHÖNE WEIHNACHTEN



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

Anzeige

Was ist das eigentlich, ein Tageshospiz?

Aktuell werden wir als Johanniter immer wieder gefragt: „Was macht ihr da eigentlich im Johanniter-Tageshospiz? Ihr seid doch schon in der ambulanten Hospizarbeit aktiv und habt mit dem Johannes-Hospiz Oberberg in Wiehl eine stationäre Einrichtung?!“

Die Frage ist berechtigt, denn es gibt noch nicht viele Tageshospize in Deutschland. Mit unserem Johanniter-Tageshospiz gehen wir also einen noch recht neuen, einen dritten Weg in der Versorgung und Betreuung von lebensbegrenzt erkrankten Menschen. Diese können - oft auch zur Entlastung der Angehörigen daheim - als Gast tageweise an unsere neue Einrichtung in Wiehl kommen, sind abends aber wieder bei sich zu Hause. Es ist also eine teilstationäre Art der Versorgung, die übrigens mit entsprechender ärztlicher Bescheinigung auch durch die Kassen gedeckt ist - dem Gast entstehen für den Aufenthalt somit keine Kosten, und auch ein späterer Transfer in das stationäre Johannes-Hospiz Oberberg ist möglich.

Im Johanniter-Tageshospiz gehen unsere Tagesgäste dann ganz entsprechend ihren persönlichen Wünschen individuellen und Gruppenaktivitäten nach, die von Kreativtätigkeiten über Spaziergänge und Aromatherapie bis hin zu Seelsorgegesprächen reichen können. Unsere Tagesgäste erfahren zudem eine Gemeinschaft unter Gleichbetroffenen, kommen mit den ehrenamtlichen Hospizhelfern ins Gespräch und werden natürlich dabei von unserem qualifizierten Team vor Ort pflegerisch versorgt wann immer es nötig ist. Auch der Johanniter-Fahrdienst kann als Zusatzleistung in die Aufent-



haltsgestaltung eingebunden werden.

Das Johanniter-Team vor Ort hat schon die ersten Gäste betreut und fühlt sich nach dem positiven Feedback von Betroffenen bestätigt, diese Form der Versorgung für unsere Region an den Start gebracht zu haben: „Wir können lebensbegrenzt Erkrankten, die weiter zu Hause wohnen möchten, tagsüber Aktivitäten anbieten und dabei eine professionelle psychosoziale und palliative Versorgung sicherstellen. So etwas gibt es sonst hier im Umfeld nicht, und gerade die Angehörigen, die sich oft neben dem Berufsalltag noch um den Schwerstkranken in der Familie kümmern, entlasten wir so wirklich nachhaltig über den Tag hinweg“, erklärt Jens Stube, der als Pflegedienstleitung vom Johannes-Hospiz auch den Tageshospiz-Bereich betreut und federführend in dessen Aufbau eingebunden war. Gemeinsam mit seiner Kollegin Bettina Hüttig-Reusch kann Jens Stube für Rückfragen zu einem Aufenthalt im neuen Johanniter-Tageshospiz direkt kontaktiert werden: Telefon 02262 - 6922-0 oder per E-Mail tageshospiz.wiehl@johanniter.de.



Würdiges Sterben – mitten im Leben

- Palliativ-medizinische Versorgung
- Psychosoziale Begleitung
- Unterstützung für Gäste & Angehörige
- Kostenfrei bei ärztlicher Bescheinigung

Johanniter Tageshospiz Oberberg
Tannhäuser Str. 29a
51674 Wiehl
Telefon 02262 69220
tageshospiz.wiehl@johanniter.de



JOHANNITER
Aus Liebe zum Leben

WIR WÜNSCHEN SCHÖNE WEIHNACHTEN

Ev. Kirchengemeinde Wiehl

Unsere Gottesdienste und Veranstaltungen

Heiligabend, 24. Dezember

- 14.30 Uhr Kinderweihnacht (Kirche)
- 14.30 Uhr Krabbelweihnacht (Paul-Schneider-Haus, Oberwiehl, Einlass mit Ticket)
- 15.30 Uhr Kinderweihnacht (Paul-Schneider-Haus,
- Oberwiehl, Einlass mit Ticket)
- 16 Uhr Christvesper (Kirche)
- 17.30 Uhr Christvesper (Kirche)
- 17.30 Uhr Christvesper (Paul-Schneider-Haus, Oberwiehl, Einlass mit Ticket)
- 23 Uhr Christmette (Kirche) mit dem CVJM-Wiehl und

anschließendem Glühwein und Punsch bei Posaunenklängen

Eintrittskarten für die Gottesdienste im Paul-Schneider-Haus erhalten sie über unsere Website www.kirchewiehl.de

1. Weihnachtstag, 25. Dezember

10 Uhr - Abendmahlsgottesdienst in der Kirche mit Prädikantin Claudia Braun

2. Weihnachtstag, 26. Dezember

10 Uhr - Musikalischer Gottesdienst mit dem Posaunenchor Remperg und Prädikantin Ute Schell

Silvester, 31. Dezember

17 Uhr - Gottesdienst in der Kirche

mit Abendmahl, Pfarrer Striss

Wichtiger Hinweis:
Ab dem 1. Januar findet die Gottesdienste ausschließlich im Paul-Schneider-Haus statt, da die Kirche nicht geheizt wird. Sollte die Witterung es wider Erwarten zulassen, sind Änderungen möglich. Bitte informieren Sie sich über unsere Website, der Presse und den Aushängen.

Neujahr, 1. Januar 2023

18 Uhr - Neujahrsandacht im Paul-Schneider-Haus mit Prädikantin Claudia Braun

Sonntag, 8. Januar 2023

10 Uhr - Gottesdienst im Paul-Schneider-Haus



Kath. Pfarrgemeinden in Wiehl und Bielstein

Kirchliche Mitteilungen

vom 24. Dezember bis 6. Januar 2023

Samstag, 24. Dezember

15 Uhr - St. Mariä Himmelfahrt, Wiehl Krippenfeier

16 Uhr - St. Bonifatius, Bielstein Familienchristmette mit Krippenspiel

18 Uhr - St. Bonifatius, Bielstein Christmette, es singt der Kirchenchor

20.30 Uhr - St. Bonifatius,

Bielstein Christmette der kroat. Gemeinde

21 Uhr - St. Mariä Himmelfahrt, Wiehl Christmette

Sonntag, 25. Dezember

10.15 Uhr - St. Mariä Himmelfahrt, Wiehl Rosenkranz

11 Uhr - St. Mariä Himmelfahrt, Wiehl Festmesse

12.30 Uhr - St. Bonifatius, Bielstein Festmesse der kroatischen Gemeinde

Montag, 26. Dezember

9.30 Uhr - St. Bonifatius, Bielstein Festmesse mit Aussendung der Sternsinger

11 Uhr - St. Mariä Himmelfahrt, Wiehl Festmesse

12.30 Uhr - St. Bonifatius, Bielstein Festmesse der kroatischen Gemeinde

Mittwoch, 28. Dezember

8.30 Uhr - St. Bonifatius, Bielstein Rosenkranz

9 Uhr - St. Bonifatius, Bielstein Hl. Messe

Donnerstag, 29. Dezember

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

Freitag, 30. Dezember

9.15 Uhr - KITA St. Franziskus Kurz-Gottesdienst

18.15 Uhr - St. Mariä Himmelfahrt,

Frohe Weihnachten

Allen unseren Kunden und Freunden wünschen wir eine gemütliche Weihnachtszeit und viel Glück, Gesundheit und Gottes Segen für das neue Jahr.

Müllers-Engel
Im Allenkamp 35 | 51766 Engelskirchen
Telefon 02263 5126 | Mobil 0157 59134913
info@muellers-engel.com

Danke allen unseren Kunden, Geschäftspartnern und Freunden.

Danke für die gute und erfolgreiche Zusammenarbeit.

Danke für Ihr Vertrauen und Ihre Treue.

Frohe Weihnachten und ein gesundes neues Jahr wünscht Ihnen das Trömpert-Team!

Schwimmbad Trömpert Sauna GmbH

Zeitstraße 16 • 51674 Wiehl-Drabenderhöhe

Wegen Betriebsferien und Inventur bleibt unser Geschäft vom 23.12.22 bis 07.01.23 geschlossen. Notdienst erfragen Sie bitte unter Tel. 0 22 62 / 72 73 0

WIR WÜNSCHEN SCHÖNE WEIHNACHTEN

Wiehl Rosenkranz

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

Samstag, 31. Dezember

18 Uhr - St. Bonifatius, Bielstein
Vorabendmesse mit sakramen-
talem Segen

Sonntag, 1. Januar

10.15 Uhr - St. Mariä Himmelfahrt,
Wiehl Rosenkranz

11 Uhr - St. Mariä Himmelfahrt,
Wiehl Festmesse

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

Mittwoch, 4. Januar

8.30 Uhr - St. Bonifatius, Bielstein
Rosenkranz

9 Uhr - St. Bonifatius, Bielstein
Hl. Messe

Donnerstag, 5. Januar

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

Freitag, 6. Januar

9.15 Uhr - KITA St. Franziskus Kurz-
Gottesdienst

18.15 Uhr - St. Mariä Himmelfahrt,
Wiehl Rosenkranz

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

**In wichtigen seelsorgerlichen
Angelegenheiten:**

Pastoralbüro Waldbröl;

Tel.-Nr.: 02291/92250;

E-Mail: pastoralbuero@kkgw.de



PRODUKTFOTOGRAFIE

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

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



WEITERE INFOS UNTER:

www.rautenberg.media/film/produktfotos

**RAUTENBERG
MEDIA**

**IHR KÜCHEN-
SPEZIALIST IM
OBERBERGISCHEN**

**KÜCHEN STUDIO
Becker**

**ALLEN KUNDEN,
FREUNDEN UND BEKANNTEN
WÜNSCHEN WIR EINE
SCHÖNE WEIHNACHT UND
EIN FROHES NEUES JAHR!**

Gummersbacher Str. 46 • 51766 EK/Wiehlmünden
Telefon 02263 7566 • www.becker-kuechenstudio.de

**Wir wünschen allen Kunden, Freunden sowie
unseren Mitarbeitern ein frohes Weihnachtsfest
und ein glückliches neues Jahr.**



PLATTEN KÖNIG
Fliesen- und Natursteinhandel GmbH



Unterkaltenbach 14 • 51766 Engelskirchen • Tel. 02263/9210-20 • www.plattenkoenig-engelskirchen.de



Vom Trostpflaster zum Teufelskreis

Wenn Essen die Seele tröstet

Viele Menschen greifen in unangenehmen Situationen zu Essen, um sich besser zu fühlen. Das kann zu einem Teufelskreis führen. Ernährungsseminare helfen beim Erlernen eines bewussteren Essverhaltens.

Der Schokoriegel nach einem anstrengenden Arbeitstag, Eis und Chips gegen den Frust: Viele Bundesbürger essen nicht nur, weil sie Hunger haben. „Auch andere Faktoren wie Emotionen oder Stress können beeinflussen, wann und was wir essen“, sagt die Salzburger Wissenschaftlerin Dr. Julia Reichenberger. Die Wissenschaftlerin und ihre Kollegen forschen seit Jahren zum Thema emotionales Essen. Damit wird ein Verhalten bezeichnet, bei dem Menschen aus Gefühls-situationen heraus essen. Durch die Nahrungsaufnahme wird das Belohnungszentrum im Gehirn aktiviert. Botenstoffe sorgen dann dafür, dass man sich besser fühlt - ein Mechanismus, der bereits in der Kindheit angelegt wird.

Emotionaler Hunger führt zu Kummerspeck

Die Salzburger Forscher fanden heraus, dass nicht alle Emotionen den gleichen Effekt auf das Essverhalten haben. So neigen Menschen bei Ärger oder Ängstlichkeit eher dazu, weniger zu essen. Bei Trauer und Stress wird tendenziell mehr gegessen. Doch was kurzfristig wie ein



Foto: Andrey_Popov/shutterstock.com/akz-o

Trostpflaster für die Seele wirkt, wird langfristig zum Teufelskreis. Vor allem dann, wenn vorwiegend zucker- und fettreiche Speisen verzehrt werden. So zeigen Studien der Salzburger Wissenschaftler, dass emotionales Essen zu einem höheren Body-Mass-Index führen kann. Und Kummer-speck kann wiederum der Auslöser von Frustessen sein.

Auf Gefühle hören, statt sie runterzuschlucken

Doch wie können Betroffene

diesen Teufelskreis durchbrechen? „Sie müssen nach den Ursachen ihres Essverhaltens forschen, statt mit Schokolade & Co. lediglich die Folgen zu bekämpfen“, sagt Alina Wolf, Ernährungsexpertin von der mhplus Krankenkasse. Dazu gehöre, dass Menschen bei Gefühlen wie Ärger und Frust erst einmal innehalten und über die Situation nachdenken. „Hier muss sich jeder ehrlich fragen: Will ich essen, weil ich Hunger habe oder weil es mir

nicht gutgeht?“, so die Gesundheitsexpertin. Wer den Auslöser des Problems erkannt habe, etwa Stress am Arbeitsplatz, könne dann nach einer Lösung für das eigentliche Problem suchen. Die mhplus und andere Krankenkassen helfen Menschen, mit speziellen Ernährungsseminaren ein bewussteres Essverhalten zu erlernen.

Mehr Infos unter www.mhplus-krankenkasse.de (akz-o)

Warum sollte man DARAUF verzichten?

Festtags-Essen mit der ganzen Familie und Angst, nicht alles richtig zu verstehen?

Mit modernen Hörgeräten müssen Sie auf nichts mehr verzichten!

Machen Sie jetzt bei uns einen **KOSTENLOSEN Hörtest!**



Hörgeräteakustik
Marcus Brungs
Meisterbetrieb für moderne Hörgerätversorgung

Hörgeräteakustik Marcus Brungs
Inh. Marcus Brungs
Hauptstraße 19 | 51766 Engelskirchen
www.hoergeraete-brungs.de



Termin-Hotline:
Tel. 02263 - 9697133



WIR WÜNSCHEN SCHÖNE WEIHNACHTEN

Kakis für die weihnachtliche Kaffeetafel

Spekulatius-Käse-Kaki-Torte

Die vitaminreiche Kaki eignet sich prima für festliche Desserts und Torten in der Adventszeit. In den Wintermonaten ist eine vitamin- und nährstoffreiche Ernährung besonders wichtig, aber leider auch nicht immer so einfach. Wie gut, dass Kakis von Oktober bis Januar Saison haben! Sie versorgen uns mit den wertvollen Vitaminen A und C sowie Magnesium, Eisen und Kalium, die unser Immunsystem und Wohlbefinden stärken.

In der spanischen Region Valencia, am Ufer des Flusses Júcar, gedeiht seit mehr als 60 Jahren die Kaki-Sorte Rojo Brillante. Sie wird unter dem Namen Kaki Ribera del Xúquer vermarktet und trägt seit fast 20 Jahren das EU-Gütesiegel „geschützte Ursprungsbezeichnung“ (g.U.). Das g.U.-Siegel garantiert Verbrauchern, dass alle Produk-

tionsschritte in einem bestimmten geografischen Gebiet nach festgelegten Verfahren erfolgen. So können sie traditionelle Qualitätsprodukte leicht erkennen und sich der Echtheit bezüglich Herkunft und Herstellung sicher sein.

Gestrudelte Spekulatius-Käse-Kaki-Torte

Zutaten für ca. 12 Stücke:

- 200 g Gewürz-Spekulatius
- 150 g Mehl
- 175 g Zucker
- 1 TL Backpulver
- 125 g Butter
- 1 Ei (Größe M)
- 8 Blatt Gelatine
- 300 g griechischer Joghurt
- 500 g Doppelrahm-Frischkäse
- 2 Kaki Ribera del Xúquer
- 1/2 TL gemahlener Piment
- 1 TL flüssiger Honig
- Saft von 1/2 Limette

- Mehl für die Arbeitsfläche
- Fett für die Form
- Trockenerbsen
- Frischhaltefolie
- Backpapier

Zubereitung:

1. 50 g Spekulatius fein mahlen. Mit Mehl, 125 g Zucker, Backpulver, Butter und Ei zu einem glatten Teig verkneten. Teig in Folie gewickelt ca. 1 Stunde kaltstellen.
2. Teig auf bemehlter Arbeitsfläche zu einem Kreis (ca. 36 cm Ø) ausrollen und eine gefettete Springform (ca. 26 cm Ø) damit auslegen. Dabei am Rand hochdrücken. Boden mehrmals mit einer Gabel einstechen. Teigboden mit Backpapier auslegen. Trockenerbsen einfüllen. Im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 175 °C/

Umluft: 150 °C/Gas: s. Hersteller) 20-25 Minuten blindbacken. Aus dem Ofen nehmen. Erbsen und Backpapier entfernen. Tortenboden in der Form vollständig auskühlen lassen.

3. 100 g Spekulatius zerbröseln. Gelatine einweichen. Joghurt, Frischkäse und 50 g Zucker glattrühren. Spekulatiusbrösel unterheben. 6 Blatt Gelatine ausdrücken, auflösen und mit 2-3 EL Joghurtcreme verrühren. Dann unter die übrige Creme rühren. Kaltstellen. 1 Kaki schälen. Mit Piment, Honig und Li-mettensaft pürieren. 2 Blatt Gelatine ausdrücken, auflösen und mit 2-3 EL Kaki-püree verrühren. Dann unter das übrige Püree rühren. Kaltstellen. (akz-o)

STARKE OPTIK GbR



Vom 23.12. bis zum 31.12.2022 bleibt unser Geschäft geschlossen.

Liebe Kunden!

Da wir zum **31.12.2022** in den Ruhestand gehen, freuen wir uns sehr, dass wir einen **Nachfolger** für unser Geschäft **gefunden** haben.

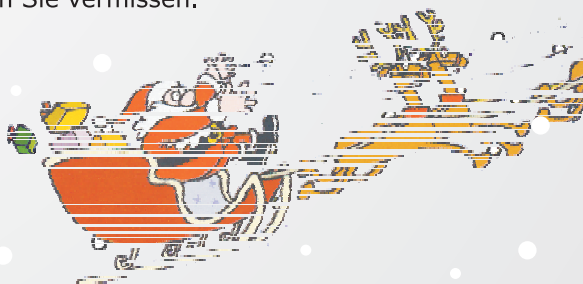
Ab **Januar 2023** finden Sie diesen unter der gleichen Telefonnummer und am gleichen Platz wie bisher uns.

Wir würden uns freuen, wenn Sie das uns geschenkte Vertrauen auch auf ihn übertragen.

Wir möchten uns bei Ihnen allen **ganz herzlich bedanken** für die vielen guten Wünsche, die netten Gespräche und die langjährige Treue, wir werden Sie vermissen.

Wir wünschen Ihnen und Ihren Familien ein schönes und friedvolles Weihnachtsfest und alles Gute für das Neue Jahr.

Bitte bleiben Sie gesund !



Paul + Astrid Starke • Augenoptikermeister • www.starkeoptik.de • 51674 Wiehl • Weiherplatz 28
Tel: 022 62 / 999 99 19 • **Mo-Fr** 9.30 – 12.30 Uhr und 14.30 – 18 Uhr • **Sa** 9.30 – 13 Uhr

WIR WÜNSCHEN SCHÖNE WEIHNACHTEN

Haustüren: Die Visitenkarte des Hauses

Darauf kommt es bei der Auswahl an

Reine Funktionalität, um ins Haus und nach draußen zu gelangen, war gestern - Immer mehr Bauherren sehen die Haustür als elementares Gestaltungselement der eigenen vier Wände, berichtet der Verband Fenster und Fassade (VFF). Folgende Faktoren haben

Einfluss auf die Auswahl der passenden Tür. Ganz oben auf der Prioritätenliste vieler Kunden stehen natürlich Sicherheit und Energieeffizienz beziehungsweise Luftdichtheit, weiß VFF-Geschäftsführer Frank Lange. „Darüber hinaus werden

aber auch Ästhetik und Komfort für den Eingangsbereich immer wichtiger. Mit der Wahl des Haustüren-Designs wird wie mit dem gesamten Eigenheim der eigenen, individuellen Persönlichkeit Ausdruck verliehen.“

Schlanke, helle Elemente sind gefragt

Viele Haustürmodelle zeichnen sich heute durch ihre Geradlinigkeit sowie einen schlichten, aber durchdachten Auftritt aus. Weniger ist mehr, ist das Motto der Stunde. Dafür sorgen unter anderem flächenbündige Füllungen und natürlich anmutende Oberflächen zum Beispiel aus Stein oder Holz. Aber auch sogenannter Art-Beton, der mit abweichender Oberflächenstruktur aus jeder Haustür ein Unikat macht, ist zunehmend gefragt.

Immer wichtiger wird vielen Kunden außerdem, dass reichlich Tageslicht durch die Haustür ins Innere der Wohnung gelangt - ein Trend, der bei Fenstern und Fenstertüren schon seit Jahren zu beobachten ist. „Sehr beliebt sind

deshalb großzügig dimensionierte Hauseingänge mit Ganzglas-teilen, die für ein harmonisches Gesamtbild sorgen“, berichtet Lange. Mattierte Gläser, die viel Licht hereinlassen, aber gleichzeitig die Privatsphäre schützen, sind ebenfalls beliebt.

Sicherheit weiterhin das A und O

Im Bereich der digitalen Sicherheitstechnik hat sich viel getan. SmartHome-Technologien liegen auch an der Haustür im Trend, wie beispielsweise Fingerprint-Systeme, Einlasskontrollen oder Videosysteme, die dezent in den Türgriff integriert werden können. Zusätzlich sind ausgeklügelte Automatik-Verriegelungen erhältlich. Diese werden aktiviert, sobald die Haustür ins Schloss fällt. Die Sorge, nicht abgeschlossen zu haben, gehört damit der Vergangenheit an.

Nachhaltigkeit kommt nicht zu kurz

Moderne Energieeinsparverordnungen stellen hohe Ansprüche an Bauherren und Sanierer. Hinzu kommen die steigenden Energiekosten. „Immer mehr Kunden wünschen sich deshalb neben perfekt gedämmten Fenstern auch eine Haustür, an der möglichst wenig Wärme verloren geht“, so der VFF-Geschäftsführer. Erreicht wird diese Energieeffizienz moderner Haustüren durch eine besonders gute Wärmedämmung der Profile, durch hochwertige Füllungen und zum Beispiel mit doppelt oder gar dreifachverglasten Isoliergläsern. „Und wer sich schließlich ganz im Sinne der Zukunftsfähigkeit der eigenen vier Wände auch noch für eine barrierefreie Ausführung entscheidet, der kann sicher sein, dass die gewählte Haustür ihren Dienst lange und zuverlässig verrichten wird, ohne dass die Themen Ästhetik und Komfort zu kurz kommen“, schließt Lange. Weitere Informationen unter fenster-können-mehr.de (VFF)



**JEDES STÜCK
EIN UNIKAT**

ENGELSKIRCHEN
NEUREMSCHIED 11
TEL. 02263/2441

Ihr Malerbetrieb im Oberbergischen - seit 1967

Maler Funke GmbH

Innenraum- & Fassadengestaltung
Wärmedämmverbundsysteme
Schimmelpilzsanierung
Fußbodenverlegung
Industrieanstrich

Zum Bürgen 3 · 51702 Bergneustadt-Pernze
☎ 0 27 63 / 68 48 ✉ info@maler-funke-gmbh.de
🌐 www.maler-funke-gmbh.de



Frank Krämer
Meisterbetrieb

Gartengestaltung
Landschaftsbau
Terrassen
Betonsteinpflaster
Natursteinpflaster
Ornamentpflaster
Findlingsmauern
Straßenbau
Tiefbau

Alter Schulweg 8
51580 Reichshof Wildberg
0 22 97 Tel 90 20 88 Fax 90 20 89
E-Mail: Info@kraemer-strassenbau.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.: 02262/701186
Fax: 02262/701187



PLAMECO
SPANNDECKEN

morgen schöner wohnen

Plameco Spanndecken
Wohlandstr. 3
51766 Engelskirchen
☎ 02263-7100572
plameco.de



Ihr Vorteil:
Fachleute leisten mehr!

INGO WEBER
Techn. Fachgroßhandel

Morsbacher Straße 7
51580 Reichshof-Denklingen

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

Telefon: 02296/90 04 22 • Telefax: 02296/90 04 23
info@ingoweber-iw.de • www.ingoweber-iw.de

WIR WÜNSCHEN SCHÖNE WEIHNACHTEN

Auf die richtigen Möbel kommt es an

Rückenfreundliches Arbeiten im Büro und Homeoffice

Fast jeder leidet mindestens einmal im Leben unter Rückenschmerzen. Schuld daran ist längst nicht immer körperliche Schwerstarbeit, sondern häufig eine falsche Körperhaltung gerade beim Sitzen im Büro oder Homeoffice. „Büromöbel, die auf Qualität und die Einhaltung ergonomischer Anforderungen geprüft sind, helfen dabei, konzentriert zu bleiben und Rückenproblemen vorzubeugen“, sagt Jochen Winning, Geschäftsführer der Deutschen Gütegemeinschaft Möbel (DGM).

Ergonomie bedeutet die Optimierung von Arbeitsbedingungen und -abläufen. Das stetige Verbessern der Benutzerfreundlichkeit eines Arbeitsplatzes und Fördern der Gesundheit einer Arbeitskraft sind wichtige Teilbereiche der Ergonomie. Möbel wie Schreibtische und Schreibtischstühle mit dem RAL-Gütezeichen „Goldenes M“ sind unter vielen Gesichtspunkten qualitätsgeprüft - auch unter ergonomischen. Seit 1963 verpflichten sich Möbelhersteller und Zulieferbetriebe, die der DGM angehören, freiwillig zur Einhaltung der Güte- und Prüfbestimmungen RAL-GZ 430. Diese bilden die Grundlage für das „Goldene M“ und garantieren dem Nutzer von zertifizierten Möbeln deren Langlebigkeit und einwandfreie Funktion, sowie Sicherheit, Gesundheit und Umweltverträglichkeit. All diese Faktoren werden in unabhängigen Laboren geprüft und sichergestellt.

Zur Standardausstattung der meisten Büro-Arbeitsplätze zählt der höhenverstellbare Schreibtischstuhl. Aber auch höhenverstellbare Schreibtische sind verstärkt im Kommen und beson-

ders ergonomisch, denn Arbeiten im Stehen ist noch rückenfreundlicher als im optimierten Sitzen. Die optimale Sitzposition ist erreicht, wenn die Knie 90 Grad oder etwas mehr abgewinkelt sind, während die Füße gerade auf dem Boden stehen. Der Winkel zwischen Oberkörper und Oberschenkel sollte dabei mehr als 90 Grad betragen. Eine bewegliche Rückenlehne und Sitzfläche kommen der idealen Sitzposition zugute und fördern außerdem, dass man selbst im Sitzen in Bewegung bleibt. Genügend Beinfreiheit ist hierfür ebenfalls förderlich. Der Stuhl sollte außerdem nicht zu weich sein und sicher auf fünf Fußstreben mit lastabhängig gebremsten Rollen

stehen. Bei einem harten Bodenbelag sind weiche Rollen und bei einem weichen Bodenbelag sind harte Rollen die richtige Wahl. Der Schreibtisch sollte eine Größe von etwa 160 x 80 Zentimeter besitzen und im Idealfall hell und matt sein, da starke farbliche Kontraste und spiegeln der Glanz die Augen schneller ermüden. Gegen Ermüdung hilft außerdem ein Arbeitsplatz mit viel Tageslicht, sowie mit ausreichend künstlicher Beleuchtung für die dunkleren Tages- und Jahreszeiten. Der Computerbildschirm sollte 50 bis 70 Zentimeter Abstand zu den Augen haben und leicht erhöht stehen. „Eine lineare Anordnung von Bildschirm, Maus und Tastatur mit dem Schreib-

tischstuhl verhindert Verspannungen im Kopf- und Nackenbereich und beugt damit ebenfalls Rückenschmerzen vor“, so Winning.

Der DGM-Geschäftsführer betont, dass ergonomisches Arbeiten nicht nur für Erwachsene Bedeutung hat, sondern ganz besonders auch für Kinder im Wachstum, deren Wirbelsäule sich noch entwickelt und empfindlich ist. Entsprechend wichtig seien ergonomische Gesichtspunkte auch bei der Auswahl der richtigen Möbel für Hausaufgaben & Co., so Winning. Vor dem Möbelkauf sollten die Kinder selbst ausgiebig Probesitzen, um die Ergonomie und den Sitzkomfort sicherzustellen. Ebenso sollten Büroarbeitskräfte Mitspracherecht bei der Ausstattung ihres (Heim-)Arbeitsplatzes haben sowie idealerweise ebenfalls die Möglichkeit eines vorherigen Ergonomie-Checks. DGM/FT

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

Seit über 25 Jahren Fachfirma für:

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

Jörg Seinsche
Forstbetrieb

Tel. 02293/90 83 36 – Mobil 0171/722 08 37
 info@forstbetrieb-seinsche.de – www.forstbetrieb-seinsche.de

Wohnen

Küche

Planen

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

Jetzt **kostenlosen**
Termin vereinbaren!

werkshagen
Wohnen • Küche • Planen

Werkshagen GmbH
 Einrichtungshaus
 Olper Straße 39
 51702 Bergneustadt-Wiedenest

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

Terrassendielen

WPC Cavas **6.79** €/lfm
21x145 mm*, Hohlkammer/Kombiprofil
 Made in Germany

Hochgebirgs-Lärche **9.79** €/lfm
25x140 mm*, glatt/glatt

Stauseeholz **14.59** €/lfm
Angelique (Basalocus)
 25x140 mm*, glatt/glatt
 *in diversen Längen verfügbar

**6.000 m² Ausstellung besuchen oder
 online bestellen auf: casando.de**

Holz-Richter

Holz-Richter GmbH
 Holz-Richter-Straße 1 - 51789 Lindlar
Ausstellung: Schmiedeweg 1
 Tel. 02266 4735-0 • www.holz-richter.de

WIR WÜNSCHEN SCHÖNE WEIHNACHTEN

Rasanter Wandel

Nachwuchskräfte im Bankwesen müssen flexibel auf Veränderungen reagieren können

In der Bankenbranche beeinflussen die Digitalisierung sowie der rasante gesellschaftliche Wandel schon seit Längerem das Arbeitsumfeld der Beschäftigten. Auch für die Nachwuchskräfte gilt:

Gefragt sind der gezielte Umgang mit den neuen digitalen Instrumenten sowie die Fähigkeit, schnell auf Veränderungen zu reagieren und sich flexibel auf neue Ziele und Herausforderungen

WWW.RAUTENBERG.MEDIA

Wir sind ein mittelständisches Medienhaus in Troisdorf, Bohmte und Berlin. Lernen Sie uns kennen:

- 360° Media-Partner
- **ZEITUNG:** Zweitgrößter Wochenzeitungsverlag in Deutschland
- **DRUCK:** Hochwertige Druckprodukte von der Visitenkarte bis zum Buch
- **WEB:** Umfassende Web-Präsenzen und Web-Shops
- **FILM:** Erklären, präsentieren, werben mit Filmen
- Seit über 60 Jahren am Markt

Vertriebsassistent (m/w/d)

für den OBERBERGISCHEN KREIS gesucht.

Das bieten wir

- eine ausführliche Einarbeitung und einen abwechslungsreichen Vollzeitarbeitsplatz in der kreativen Medienbranche
- eine 37,5 Stunden Woche sowie flexible Arbeitszeiteinteilung, für eine ideale Work-Life-Balance
- eine attraktive Vergütung in Form von einem Festgehalt plus Provision
- einen sicheren Arbeitsplatz mit familienfreundlichen Rahmenbedingungen
- einen Homeoffice-Arbeitsplatz (100% Homeoffice möglich)

Das sind Ihre Aufgaben

- Umfangreiche Beratung Ihrer Kunden in unseren vier Geschäftsbereichen
- Erarbeiten passender Kommunikationsstrategien für Ihre Kunden
- Pflege der Bestandskunden sowie Neukundenakquise
- Enger Austausch mit Redaktion, Grafik und weiteren Abteilungen in unserem Haus

Das bringen Sie mit

- Sie sind vernetzt, zielstrebig, kundenorientiert und organisiert
- Ein sympathisch-selbstsicheres Auftreten
- Sprechen/schreiben gut/sehr gutes Deutsch
- PC-Kenntnisse (E-Mail-Kommunikation, Office-Programme, etc.)
- Erfahrung im Verkauf (Einzelhandel, Beratung)
- Einen Führerschein der Klasse B

Wir freuen uns darauf, Sie kennenzulernen.

Mailen Sie Ihre ausführliche Bewerbung inkl. Lebenslauf (.pdf) – unter dem Stichwort: „Vertriebsassistent (m/w/d) – Oberbergischen Kreis“ an: karriere@rautenberg.media oder bewerben Sie sich **online**.



Die fortschreitende Digitalisierung verändert die Anforderungen an die Beschäftigten im Bankwesen rasant.

Foto: djd/BVR/Getty Images/AntonioGuillem

einzustellen. In der Gemeinschaft klappt das besser als alleine. Einer der größten Arbeitgeber innerhalb des deutschen Bankwesens, die Volksbanken und Raiffeisenbanken, haben deshalb beispielsweise das Azubi-Netzwerk „Next“ ins Leben gerufen. Hier kann sich der Nachwuchs etwa in Blogs austauschen. Wie kann man heute als junger Mensch ins Bankwesen einsteigen? Hier die drei wichtigsten Optionen im Überblick.

1. Ausbildung zur Bankkauffrau oder zum Bankkaufmann

Die neue Ausbildungsordnung soll nach wie vor fachliche Kompetenzen wie Vermögensbildung, Vorsorge, Kreditgeschäft oder

Bau- und Unternehmensfinanzierung vermitteln. Neben vielen digitalen Aspekten werden jetzt aber auch kommunikative Fähigkeiten wie Beratungskompetenz verstärkt in den Mittelpunkt rücken. Damit soll die Bankausbildung digitaler, transparenter, kunden- und praxisorientierter werden. „Triebfeder für die neue Ausbildungsordnung waren die grundlegenden Umbrüche in der Bankenbranche“, erklärt Dr. Stephan Weingarz, Abteilungsleiter Personalmanagement beim Bundesverband der Deutschen Volksbanken und Raiffeisenbanken (BVR).



Neu an der Ausbildungsordnung für Bankkaufleute ist, dass jetzt auch kommunikative Fähigkeiten wie die Beratungskompetenz verstärkt in den Mittelpunkt rücken. Foto: djd/BVR/Getty Images/AntonioGuillem

WIR WÜNSCHEN SCHÖNE WEIHNACHTEN

2. Duales Studium

Für Abiturienten, die sowohl ein Studium als auch eine praxisbezogene Ausbildung absolvieren wollen, ist das duale System eine interessante Perspektive. Die Studierenden lernen wie bei einer normalen Ausbildung die Kundenberatung in der Filiale kennen und arbeiten in verschiedenen zentralen Abteilungen wie der Kreditabteilung, dem Marketing oder dem Controlling mit. Parallel absolvieren sie an einer Berufsakademie, dualen Hochschule, Fachhochschule oder Universität ein betriebswirtschaftliches Studium. Der duale Weg bietet den Vorteil eines unmittelbaren Einblicks in die Praxis - kombiniert mit theoretischem Wissen.



Bankkauffrau beziehungsweise Bankkaufmann zählen zu den wichtigsten Ausbildungsberufen in Deutschland. Foto: djd/BVR/Getty

Darüber hinaus wird wie bei der Ausbildung eine Vergütung gezahlt.

3. Quereinstieg

Am Anfang der Tätigkeit in der Bank muss nicht zwingend die klassische Bankausbildung stehen. Neben eigenem Nachwuchs stellen die Institute auch Hochschulabsolventen, Berufserfah-

rene und Quereinsteiger ein. „Dass alle wichtigen Entscheidungen vor Ort getroffen werden, ist gerade für angehende Führungskräfte ideal. Die dezentrale Struktur und flache Hierarchien bieten ein hohes Maß an Gestaltungsspielraum und Verantwortung“, so Dr. Stephan Weingarz. (djd)



www.eichhof.org

Die Lebensgemeinschaft Eichhof ist eine Einrichtung der Eingliederungshilfe für erwachsene Menschen mit geistiger Behinderung. Im Vordergrund unserer Aufgabe steht der Mensch mit seiner Selbstbestimmtheit, die es zu fördern und zu unterstützen gilt.

Über unsere Internetseite www.eichhof.org erhalten Sie weitere Informationen. Nähere Einblicke über das Leben auf dem Eichhof geben die Filme, die Sie sich über <https://www.eichhof.org/videoteam> anschauen können.

Sie lieben berufliche Vielfalt und den Umgang mit Menschen?

Für unsere **Wohngruppen** suchen wir

Quereinsteiger*innen in den Bereichen Betreuungsassistenz und Pflege

Der Stellenumfang beträgt 20 bis 30 Wochenstunden in Teilzeit.

Sie bringen mit

- Zuverlässigkeit, Verantwortungsbewusstsein und Einfühlungsvermögen
- Toleranz, Respekt und Akzeptanz gegenüber Bewohner*innen
- Interesse an der Arbeit mit Menschen mit Behinderungen
- Teamfähigkeit
- Kommunikationsfähigkeit

Wir bieten

- ein verantwortungsvolles Arbeitsgebiet
- ein wertschätzendes Arbeitsumfeld
- Teambesprechungen, Fortbildung, Supervision
- gute kollegiale Zusammenarbeit
- Sonderleistungen wie betriebliche Altersvorsorge, unternehmenserfolgsabhängige Jahressonderzahlungen, JobRad®

Sie haben Interesse, dann freuen wir uns auf Ihre Bewerbung an:

Lebensgemeinschaft Eichhof gGmbH
Annette Brittner, Leitung Wohnen, Eichhof 8, 53804 Much
Telefon: 02295 92 02-0, E-Mail: bewerbung@eichhof.org



www.eichhof.org

Die Lebensgemeinschaft Eichhof ist eine Einrichtung der Eingliederungshilfe für erwachsene Menschen mit geistiger Behinderung. Im Vordergrund unserer Aufgabe steht der Mensch mit seiner Selbstbestimmtheit, die es zu fördern und zu unterstützen gilt.

Über unsere Internetseite www.eichhof.org erhalten Sie weitere Informationen. Nähere Einblicke über das Leben auf dem Eichhof geben die Filme, die Sie sich über <https://www.eichhof.org/videoteam> anschauen können.

Für den Bereich Wohnen suchen wir

Examierte Pflegefachkräfte (m/w/d) oder Heilerziehungspfleger*innen oder vergleichbare Ausbildung

Der Stellenumfang beträgt 30 - 35 Wochenstunden in Teilzeit.

Wir wünschen uns:

- eine berufsfeldorientierte abgeschlossene Ausbildung
- Interesse an einer modernen anthroposophisch orientierten Betreuungsarbeit
- selbständiges Arbeiten
- Grundkenntnisse in der EDV
- Kommunikationsstärke, Kooperationsfähigkeit

Ihre Aufgaben:

- Sicherstellung einer fachlich fundierten, bedarfsgerechten Pflege der Bewohner*innen
- Durchführung der in den internen Standards, Verfahrensbeschreibungen und Regelungen festgelegten Aufgaben
- Fachliche Anleitung der Mitarbeiter*innen in der Wohngruppe im Bereich Pflege

Wir bieten:

- ein interessantes Arbeitsfeld
- ein innovatives und engagiertes Team
- interne und externe Fortbildung
- Supervision
- JobRad®

Sie haben Interesse, dann freuen wir uns über Ihr Bewerbungsschreiben an:

Lebensgemeinschaft Eichhof gGmbH
Annette Brittner, Leitung Wohnen
Eichhof 8, 53804 Much, Tel. 02295 / 92 02-0
E-Mail: bewerbung@eichhof.org

Die nächste Ausgabe erscheint am:
Samstag, 07. Januar 2023
 Annahmeschluss ist am:
30.12.2022 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@rautenbergberg.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-
 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 irr-
 tümlich 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@rautenbergberg.media

VERTEILUNG

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

SERVICE Fon 02241 260-112
 service@rautenbergberg.media

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

RAUTENBERG MEDIA ONLINE

rautenbergberg.media
 facebook.de/rautenbergbergmedia
 twitter.de/rautenbergbergmedia
 instagram.de/rautenbergberg_media
 vimeo.com/rautenbergbergmedia

ZEITUNG

wiehler-postillion.de/e-paper
 unserort.de/wiehl

SHOP

rautenbergberg.media/anzeigen

LOKALER GEHT'S NICHT

Für Nordrhein-Westfalen publiziert Rauten-
 berg Media über 80 Städte- und Gemeinde-
 zeitung. Die Zeitungsartikel mit Bildmateri-
 al erscheinen auch unter unserort.de, der Soci-
 al-Media-Plattform von Rautenberg Media.

■ ZEITUNG
 ■ DRUCK
 ■ WEB
 ■ FILM

PRIVATE & GESCHÄFTLICHE KLEINANZEIGEN

ONLINE BESTELLEN

www.rautenbergberg.media/kleinanzeigen

Gesuche

An- und Verkauf

Achtung! Seriöse Dame sucht:

komplette Haushaltsauflösung,
 Rollatoren, Hörgeräte, Porzellan,
 Armbanduhren, Orientteppiche,
 Schmuck, Essbesteck, Zahngold,
 Melitaria 1. + 2. Weltkrieg,
 Streichinstrumente. Tel. 0177/7381279,
 Fr. Kopenhagen

Kaufgesuch

Kaufe Klaviere, Weine & Cognac

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

Antik Solbach

Restauration - eigene Abbeiz-Anlage

Ausstellungsräume in der Industriest. 3
 57482 Wenden · Mo.-Fr. 15-19 Uhr,
 Sa. 9-15 Uhr · Tel. 027 62/7388

AUTO & ZWEIRAD

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

Dienstleistung

Stuhlflechtere in 3. Generation
 Reparatur von Thonet, Binsen, Sonnen -
 und Wiener Geflecht u.v.m., kostenlose
 Abholung.
 Tel. 02241/334565 oder 0174/4041703

ANKAUF

Ankauf: Kleidung aller Art, Pelze,
 Taschen, Näh- u. Schreibm., Spinn-
 räder, Schmuck, Jagdzubeh., Orden,
 Kameras, Bernstein, Porzellan, Krüge,
 Bleikristall, Puppen, Teppiche,
 Gemälde, Zinn, altdt. Möbel, Silber-
 besteck, Münzen, Uhren, Lampen, LP's.

Fa. Hartmann 0162-8971806

Familien

ANZEIGENSHOP

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

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 €

02241 260-400 Telefonische Beratung

■ ■ ■ ■ **RAUTENBERG MEDIA**

Fragen zur Verteilung?

HERR FALK
mail@regio-pressevertrieb.de

www.regio-pressevertrieb.de **REGIO** PRESSE VERTRIEB GmbH
Die Zeitungszustellgesellschaft der RAUTENBERG MEDIA KG

DER POSTILLION

MITTEILUNGSBLATT FÜR DIE

STADT WIEHL

Online lesen:
wiewler-postillion.de/e-paper
 Social-Media:
unserort.de/wiehl

Alle 14 Tage in Ihrem Briefkasten

HALLO PRESSESPRECHER/INNEN PRESSEBEAUFTRAGTE

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

Akkreditieren Sie sich gleich jetzt
 für das CMSsystem von Rautenberg Media,
 um für diese Zeitung Artikel einzustellen:

<https://redaktion.rautenbergberg.media>

unserort.de

ALLE eingestellten Artikel erscheinen auch
 auf www.unserort.de und sind so direkt
 online. Ihr Artikel geht damit "lokal"
 und kann überall gelesen, „geliked“
 werden. Auch können Sie auf
www.unserort.de eine „Gruppe“ für
 Ihren Verein anlegen, so dass z.B. die
 Mitglieder Ihres Vereins Ihnen „folgen“
 können und so immer die aktuellsten
 Nachrichten direkt auf PC / Tablet oder Handy erhalten.

Wir freuen uns auf Sie!

■ ZEITUNG ■ DRUCK ■ WEB ■ FILM

WIR WÜNSCHEN SCHÖNE WEIHNACHTEN

Kein Ei parat: Backzutaten einfach ersetzen

So klappt die spontane Weihnachtsbäckerei, auch wenn nicht alle Zutaten vorrätig sind. Zur Weihnachtszeit gehört für viele große und kleine Naschkatzen Selbstgebackenes einfach dazu. Damit der Spaß auch spontan ohne große Einkaufstour stattfinden kann, hat die Beratungsstelle der Verbraucherzentrale NRW in Bergisch Gladbach passende Tipps zusammengestellt, wie sich fehlende Eier & Co. in Rezepten leicht ersetzen lassen. Teilweise kann das Austauschen von Zutaten den Teig und das Ergebnis verändern, deshalb sollte man auf die Mengenangaben achten. Wer gerne experimentiert, wird aber mit gut schmeckendem Gebäck belohnt.

Eier ersetzen

Eier sind Bestandteil der meisten Backrezepte, lassen sich aber einfach im Teig ersetzen. Gut funktioniert zum Beispiel Stärke, Soja- oder Kichererbsenmehl, das mit Wasser angerührt wird. Ein bis zwei Esslöffel davon, angerührt mit zwei bis drei Esslöffeln Wasser, ersetzen ein mittelgroßes Ei. Alternativ kann man 60 Gramm Apfelmus oder eine halbe pürierte Banane nehmen, je nachdem was zum Geschmack des Gebäcks besser

passt. Wer gemahlene Lein- oder Chiasamen parat hat, kann je einen Esslöffel davon mit drei Esslöffeln Wasser vermischen und quellen lassen und so das Ei im Rezept ersetzen. Schneeweißer Zuckerleber für das Lebkuchenhäuschen lässt sich einfach und kostengünstig auch ohne Eiweiß herstellen - nämlich aus dem abgetropften Sud von Kichererbsen (Aquafaba) aus der Dose oder aus dem Glas, der aufgeschlagen und dann mit Puderzucker vermischt wird. Und aus den übrigen Kichererbsen lässt sich im pürierten Zustand ein leckerer Plätzchenteig kneten.

Mehl ersetzen

Wer nicht mehr genug Mehl zu Hause hat, kann die fehlende Menge durch gemahlene Nüsse oder Mandeln ersetzen, die nebenbei ein tolles Aroma bringen. Die Buttermenge im Rezept kann dann etwas reduziert werden, da Nüsse Fett enthalten. Auch Weizenkleie, Haferflocken oder Grieß können als Ersatz zum Einsatz kommen. Diese binden allerdings mehr Flüssigkeit, so dass hier unter Umständen etwas nachgesteuert werden muss, damit der Teig nicht zu trocken wird. Wichtig ist, dass diese Alternativen fein gemahlen werden, um die gleiche Konsistenz



wie Mehl zu erhalten. Es sollte auch nur maximal die Hälfte der im Rezept vorgesehenen Mehlmenge ersetzt werden, sonst verändern sich die Eigenschaften des Teiges zu stark.

Butter ersetzen

Margarine funktioniert in den meisten Rezepten genauso gut wie Butter und entlastet bei den aktuell hohen Butterpreisen auch den Geldbeutel. Auch Nussmus, ergänzt mit Pflanzenöl, kann einen Teil der Butter ersetzen. Bei Rührteigen kann man statt Butter auch gut geschmacksneutrales Pflanzenöl, beispielsweise Rapsöl, verwenden. 80 Gramm Öl entsprechen 100 Gramm Butter.

Zucker ersetzen

Ist der Zuckervorrat aufgebraucht und es fehlen noch ein paar

Gramm laut Rezept, können diese getrost weggelassen werden, ohne dass Geschmackseinbußen drohen. Fehlenden Puderzucker kann man selbst aus Haushaltszucker herstellen, indem man diesen sehr fein mahlt. Wer auf flüssige Alternativen zurückgreift, rechnet mit 80 Milliliter Honig, Ahornsirup oder Fruchtdicksäften statt 100 Gramm Zucker. Bei Flüssigsüße muss jedoch die Flüssigkeitsmenge im Rezept angepasst werden, damit der Teig nicht zu dünn wird.

Weiterführende Infos und Links: Wissenswertes rund um die Weihnachtsbäckerei:

www.verbraucherzentrale.nrw/node/12366

(Verbraucherzentrale NRW in Bergisch Gladbach)

Die Versorgung durch die
DIAKONIE
ist sicher, zuverlässig
und hilfsbereit!



DIAKONIE VOR ORT

Wir wünschen unseren Patienten und deren Angehörigen alles Gute für das neue Jahr. Wir danken herzlich für das uns entgegengebrachte Vertrauen.



Auch im neuen Jahr sind unsere Mitarbeitenden mit Pflege, Hauswirtschaft und Betreuung für Sie da!



WIR FREUEN UNS AUF IHREN ANRUF!
Eine unserer Diakoniestationen auch in Ihrer Nähe
BERGNEUSTADT..... Tel: 02261 / 426 13
GUMMERSBACH..... Tel: 02261 / 665 24
WALDBRÖL.....Tel: 02291 / 62 76
WIEHL Tel: 02262 / 717 52 82
WINDECK..... Tel: 02243 / 80 160
MEHR IM INTERNET www.diakonie-vor-ort.de



NOTDIENSTE

WIR SIND RUND UM DIE UHR FÜR SIE DA!



110 POLIZEI
112 FEUERWEHR



APOTHEKEN-NOTDIENST

Apotheken-Notruf 0800 00 22833

Samstag, 24. Dezember

Ginkgo-Apotheke

Siebenbürger Platz 13, 51674 Wiehl (Drabenderhöhe), 02262/999111

Sonntag, 25. Dezember

Bergische Apotheke

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

Montag, 26. Dezember

Die Bären Apotheke

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

Dienstag, 27. Dezember

Homburgische Apotheke

Hauptstr. 54, 51588 Nümbrecht (51581 Nümbrecht / Postfach 1107),
02293/6723

Mittwoch, 28. Dezember

Oberberg Apotheke

Wiesenstraße 6, 51674 Wiehl, 02262-9998390

Donnerstag, 29. Dezember

Falken-Apotheke

Drabenderhöher Str. 35, 51674 Wiehl (Drabenderhöhe),
02262 701464

Freitag, 30. Dezember

Wiehl-Apotheke

Bahnhofstr. 5, 51674 Wiehl, 02262/91204

Samstag, 31. Dezember

Linden Apotheke

Oberwiehler Str. 53, 51674 Wiehl (Oberwiehl), 02262/93535

Sonntag, 1. Januar

Löwen-Apotheke

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

Montag, 2. Januar

Ginkgo-Apotheke

Siebenbürger Platz 13, 51674 Wiehl (Drabenderhöhe), 02262/999111

Dienstag, 3. Januar

Sonnen-Apotheke

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

Mittwoch, 4. Januar

Rathaus-Apotheke

Hauptstr. 21, 51580 Reichshof (Denklingen), 02296/1200

Donnerstag, 5. Januar

Viktoria-Apotheke

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

Freitag, 6. Januar

Sonnen-Apotheke

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

Samstag, 7. Januar

Adler-Apotheke

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

Sonntag, 8. Januar

Homburgische Apotheke

Hauptstr. 54, 51588 Nümbrecht (51581 Nümbrecht / Postfach 1107),
02293/6723

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 |



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...

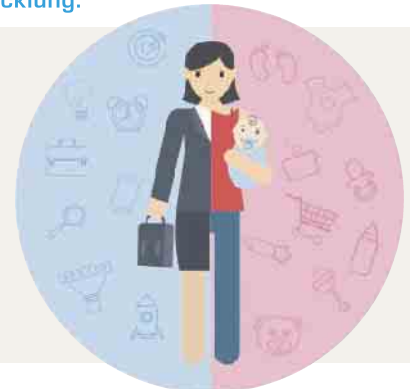
- **Pflegefachkräfte**
Gesundheits- u. Krankenpfleger/in, Altenpfleger/in etc.
- **Krankenpflegehelfer/in**
1-jährig examiniert
- **Medizinische Fachangestellte**
mit Berufserfahrung
- **Mitarbeitende der Hauswirtschaft und Demenzbetreuung**

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...

SCAN ME!



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 Wipperfürth 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 Notdienstpraxen 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 Arztrufzentrale 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 Kreiskrankenhaus 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.

116 116:

Wer kennt diese Nummer?

Der positive Trend hält an: Fast 40 Prozent der Bundesbürger geben an, den Sperr-Notruf 116 116 zu kennen, so die neuesten Ergebnisse der aktuellen Marktforschung. Somit ist der Bekanntheitsgrad der 116 116 in den letzten vier Jahren um neun Prozent gestiegen. Wie schon in den Vorjahren zeigt sich, dass Menschen mit zunehmendem Alter eher vertraut sind mit dem Sperr-Notruf. Allerdings wird durch die Umfrage auch klar, dass manche den Sperr-Notruf 116 116 weiterhin nicht von der Rufnummer 116 117, der Kassenärztlichen Vereinigung, unterscheiden können.

Zahlungskarten wie girocards

oder Kreditkarten, Personal- ausweise, Online-Banking und SIM-Karten - all diese können über die 116 116 gesperrt werden. Für Verbraucher ist die Nutzung des Sperr-Notrufs unkompliziert, denn eine Registrierung oder Anmeldung ist nicht nötig. Der Service ist zudem kostenlos, ein Anruf bei der 116 116 aus dem deutschen Festnetz ist gebührenfrei, aus dem Mobilnetz und aus dem Ausland können Gebühren anfallen. Wer möchte, kann sich auch die kostenlose Sperr-App herunterladen: Hier können die Daten der Zahlungskarten sicher gespeichert und girocards direkt aus der App gesperrt werden, sofern das teilnehmende Institut Zugang durch diese Applikation gewährt.

GEGEN GEWALT

Menschen, die Gewalt erleben oder erlebt haben.

- Telefon-Nummer für Frauen
08000 116 016
- Telefon-Nummer für Männer
0800 123 99 00

• 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

Sicherheit auf Knopfdruck

**Deutsches
Rotes
Kreuz**
Aus Liebe zum Menschen.

**HAUS
NOTRUF**

www.oberberg.drk.de
0 22 64/201 34 25

STROM WEG

STROM weg – was kann ich tun

1. Polizei und Feuerwehr haben immer, Rathäuser in solchen Krisenmomenten ebenfalls geöffnet
2. Wer hat ein Notstromaggregat – z.B. Stadt/ Gemeinde, Unternehmen, Krankenhäuser, Seniorenresidenzen, Bauernhöfe etc.
3. Handy aufladen: per Ladekabel im Auto
4. Vorsorge: eigenes, kleines Notstromaggregat oder Big Powerbank (mit Solar-Paneele) besorgen

TRIUMPH
TREPPENLIFTE



Ihr regionaler Treppenliftpartner
aus Bergneustadt

Tel.: 022 61 / 915 6774

www.triumph-treppenlifte.de



 **Tagespflege**

LUTSCH GmbH

Ambulante Pflege & Betreuung

Verhinderungspflege in familiärer Atmosphäre (auch an Wochenenden)

Dorfstraße 29 • 51766 Engelskirchen • Telefon 022 63-7 07 13

Gummersbach muss sich zu Hause Hannover geschlagen geben

Am Donnerstagabend verlor der VfL Gummersbach sein Nachholspiel des 13. Spieltags gegen die TSV Hannover-Burgdorf mit 27:34 (16:21). In einer wechselhaften ersten Halbzeit erarbeiteten sich die Oberbergischen vor 3.340 Zuschauern in der SCHWALBE arena nach Anfangsschwierigkeiten zunächst eine Zwei-Tore-Führung, ließen sich die Partie dann jedoch wieder aus der Hand nehmen. In Hälfte zwei zeigte sich das Team von Cheftrainer Gudjon Valur Sigurdsson ungewohnt unsicher und lag bereits mit neun Treffern in Rückstand, bewies aber dann erneut Moral und kämpfte sich eindrucksvoll zurück in die Partie. Schlussendlich waren die Gäste aus Niedersachsen jedoch physisch und psychisch überlegener und entführten die beiden Punkte aus der SCHWALBE arena.

Nach einem verschlafenen Spielbeginn der Gummersbacher Offensive kamen die Gastgeber in Person von Tilen Kodrin erst in der fünften Minute zum ersten Torerfolg (1:3). Während VfL-Keeper Tibor Ivanišević in Minute sieben den ersten Hannoveraner Strafwurf entschärfte, kamen auch seine Vorderleute langsam besser in Schwung. Drei Treffer in Serie brachten die Oberbergischen wieder auf Gleichstand mit den Gästen (5:5, 10. Minute). Derweil musste die TSV in Minute acht die Hinausstellung von Ilija Brozovic hinnehmen, der für das Unterbinden eines Tempogegenstoßes früh die rote Karte sah. Die Gummersbacher hatten nun das Momentum auf ihrer Seite und drehten die Partie zu ihren Gunsten auf 9:7, woraufhin Hannover die erste Auszeit nahm (16. Minute).

Bis zur Endphase des ersten Durchgangs entwickelte sich eine Partie auf Augenhöhe, das durchaus von kleinen Nickeligkeiten und vielen kurzen Pausen geprägt war. Ab der 24. Minute übernahmen allerdings die Gäste erstmals wieder die Führung (13:14) und fortan die Spielkontrolle. Einige unglückliche Aktionen brachten die Hausherren

innen fünf Minuten deutlich ins Hintertreffen (15:20, 29. Minute). Dem VfL gelang in dieser Phase kaum mehr eine Angriffsaktion, so dass es bis zur Halbzeitpause bei fünf Toren Rückstand blieb (16:21).

Auch der Seitenwechsel brachte nicht die gewünschte Wendung. Ein ums andere Mal scheiterten die Gastgeber vorne an ihrer Chancenauswertung und an TSV-Keeper Domenico Ebner. Auf der Gegenseite spielten die Hannoveraner wie aus einem Guss, so dass Sigurdsson nicht einmal drei Minuten nach Wiederanpfiff nach vier weiteren Gegentoren beim Stand von 16:25 von der Auszeit Gebrauch machte. Der VfL wirkte sichtlich verunsichert und so dauerte es bis zur 36. Minute, ehe Lukas Blohme den ersten Treffer für die Blau-Weißen in Hälfte zwei erzielte (17:25). Zwei schnelle Ballgewinne inklusive jeweils erfolgreichem Torabschluss brachten die Gummersbacher nur eine Minute später wieder auf sechs Treffer heran (19:25). Nun waren es die Gäste, die schnelle Abschlüsse suchten und zu fähig agierten. Auf der anderen Seite wurden die Oberbergischen nun wieder mutiger und selbstbewusster. Dank einer starken Defensivleistung und unter den Anfeuerungsrufen der Fans arbeiteten sich die Gummersbacher Stück für Stück heran. Mit dem sechsten VfL-Treffer in Folge schlossen die Hausherren durch Hkon Dadi Styrmisson in Minute 42 auf 22:25 auf. Nach einem harten Foul gegen Tom Jansen wurde zudem in der 44. Minute mit Hannes Feise der zweite Hannoveraner in der Partie von der Platte verwiesen.

In der Folge stagnierte das Spiel bei einem knappen Rückstand für den Bundesliga-Aufsteiger, den Styrmisson in der 54. Minute wieder auf Tuchfühlung zur TSV brachte (27:29). In der Schlussphase fehlten den Gummersbachern allerdings die letzte Konsequenz sowie das nötige Quäntchen Glück. Erst mussten die Oberbergischen zwei Gegentreffer hinnehmen und dann

sah mit Blohme der dritte Akteur der Partie die rote Karte (27:31). In den letzten Minuten der Begegnung hatten die Gastgeber den Gästen schließlich nichts mehr entgegenzusetzen, so dass der Rückstand noch einmal auf 27:34 heranwuchs.

Sein nächstes Heimspiel in der LIQUI MOLY HBL bestreitet der VfL Gummersbach bereits in drei Tagen. Am Sonntag, den 18. Dezember, um 14 Uhr sind die Füchse Berlin zu Gast in der SCHWALBE arena. Restkarten für die Partie sind unter vfl-gummersbach.de/tickets/ erhältlich.

Trainerstimmen:

Gudjon Valur Sigurdsson (VfL Gummersbach): Herzlichen Glückwunsch zum Sieg und danke für die Lehrstunde. In den ersten 35 Minuten war Hannover einfach deutlich besser als wir. Wir haben natürlich großen Respekt vor Hannover, aber wir suchen die Fehler bei uns selbst. 21 Fehlwürfe und 17 technische Fehler sind einfach zu viel. Hannover hat super gedeckt und hatte einen überragenden Torhüter. Wir hatten dann zehn richtig gute Minuten, waren aber insgesamt weit von unserem Niveau weg, was aber auch am Gegner lag. Wir haben am Ende gekämpft, aber gegen eine bessere Mannschaft gespielt und - auch wenn es wehtut das zu sagen - auch in der Höhe verdient verloren. Die Enttäuschung ist zwar jetzt groß, aber am Sonntag

und Mittwoch warten wieder wichtige Spiele auf uns, daher bleibt uns nicht so viel Zeit für die Enttäuschung.

Christian Prokop (TSV Hannover-Burgdorf): Als Sieger ist es natürlich leicht lobende Worte zu finden, aber ich habe Gudjon auch vorher schon gesagt, dass ich die Entwicklung vom VfL in den letzten Jahren fantastisch finde. Welche Emotionalität hier herrscht und welch toller Handball hier gespielt wird, ist einfach super. Man sagt, dass die Tabelle nicht lügt und heute konnte man zwei Mannschaften sehen, die sich ihren bisherigen Tabellenplatz verdient haben. Über weite Phasen haben wir ein perfektes Spiel gemacht, waren in der Abwehr diszipliniert und haben unsere Aufgaben abgearbeitet. Nach einer starken Anfangsphase hatten wir auch vor der Pause wieder eine gute Phase, in der wir viele technische Fehler der Gummersbacher provoziert haben. Dann ist es natürlich nicht leicht, wenn man hoch führt. In der zweiten Halbzeit spielte uns eigentlich alles in die Karten, aber dann wurde es wie schon in Hamm unnötig spannend. Mit dem sieben Feldspieler und Halbgas unsererseits hat Gummersbach dann wieder Blut geleckt, wurde aggressiver und dann kam auch die Halle dazu. Es ist gut, dass wir das bestanden haben und deshalb war es sicherlich auch ein verdienter Erfolg von uns.

