



HEUTE IM KREIS OLPE



Redaktion: 02761 89523
Ihre Ansprechpartnerin: Ingrid Burghaus

AUSSTELLUNGEN

• Piraten des Nordens, 11-18 Uhr, Südsauerlandmuseum, Alter Markt 1, <http://museum.attendorn.de>.

BEHÖRDEN

LENNESTADT

Ehrenamtsbörse Eil: 14 bis 16 Uhr, Rathauspavillon, Thomas-Morus-Platz 1. Infos unter: ☎ 02723/608456; E-Mail: eil@lennestadt.de oder: www.lennestadt.de

VEREINE & VERBÄNDE

OLPE

Turnverein Olpe: Die große Sporthalle der Hakemicke Schule steht nach Überprüfung der Deckenbefestigungen für den Vereinssport wieder zur Verfügung. Die Sportstunde von Anton Wolf am Donnerstag, findet, solange die Hohenstein-Turnhalle geschlossen ist, ab Donnerstag, 3. September von 20 bis 22 Uhr in der Düringerschule statt.

ver.di Sprechstunde: Eine Sprechstunde für Mitglieder findet jeden Freitag, von 11 bis 12.30 Uhr, im Haus der IG-Metall, Josefstraße 19, statt.

VdK Ortsverband Olpe: Sprechstunde der BBST am Freitag, 28. August, von 10 bis 13 Uhr, in der Bürgerstube Menne. Für die „Fahrt ins Blaue“ am 8. September sind noch Plätze frei.

RHODE

GV „Westfalia“: Die Probe findet heute um 18.15 Uhr in der Kirche statt.

OTTINGEN

Kirchenchor: Heute Sonderprobe der Sänger um 20 Uhr. Am Freitag beginnen die Sängerinnen um 17.20 Uhr und die Sänger um 18.15 Uhr mit einer Probe.

HILLMICKE

HSG: Der Kurs „Bokwa“, donnerstags von 17 bis 18 Uhr, wird um eine Stunde verschoben: NEU: donnerstags von 18 bis 19 Uhr.

ATTENDORN

Oldimertreff: Der Oldtimer-Treff findet am Sonntag, 30. August, in der Zeit von 11 bis 14 Uhr, am Hotel Platte, Niederhelden, Repetalstraße 219, statt. Infos: www.oldimertreff-attendorn.de

WELSCHEN ENNEST / RAHRBACH / KRUBERG

Seniorenachmittag: Am Dienstag, 1. September, ist der nächste Seniorenachmittag. Die Rahrbacher, Kruberger und Welschen Ennester Senioren verbringen einen gemeinsamen Nachmittag um 15 Uhr in Webers Züchterstube. Welschen Ennester Senioren melden sich bis 30. August bei Daniela Hatzfeld, ☎ 215 830 an.

RÖNKHAUSEN

Turnverein Rönkhausen: Der TV bietet erneut einen Zumba-Kurs an. Er findet 10-Mal samstags ab 10 Uhr statt. Infos: ☎ 02395 16 924.

NOTRUF

Feuerwehr/Rettungsdienst ☎ 112. Polizei ☎ 110.

Krankentransport ☎ 19222.

Strafverteidiger-Notdienst ☎ 0800 8838830.

Anonyme Alkoholiker ☎ 02722 6379774.

Giftnotruf NRW ☎ 0228 19240.

Weißer Ring ☎ 116006.

Zentrale Behörden-Rufnr. ☎ 115.

APOTHEKEN

Apothekennotdienste von 9–9 Uhr. Mehr Infos zu den diensthabenden Apotheken: ☎ 0800 00 22833, Mo-bilfunk: 22833, www.apotheken.de

ÄRZTE

Ärztliche Bereitschaft ☎ 116 117.

KIRCHLICHES LEBEN

ALTENHUDEM

St. Agatha-Gemeinde: Einladung an alle Interessierten zur Eucharistischen Anbetung, morgen, von 19.30 bis 21 Uhr, in der Pfarrkirche.

BERATUNG

OLPE

Caritas-AufWind: 9 bis 12 u. 14 bis 16 Uhr, Caritas Beratungshaus, Kolpingstraße 62, ☎ 921 1511.

Caritas-Kurberatung: Termin nach telefonischer Vereinbarung unter: ☎ 921 1515.

Caritas-Schuldnerhilfe: Terminvereinbarung unter: ☎ 921 1420.

Caritas-Suchtberatung: Anmeldung unter: ☎ 921 1411.

Beratungsstelle für Schwangere: Sprechstunde von 8.30 bis 12 Uhr, Mühlenstraße 5, ☎ 83680. Träger: Katholischer Sozialdienst.

Beratungsstelle für Schwangere und Schwangerschaftskonfliktberatung „Mirjam“: 8.30 bis 12 Uhr, Löherweg 4, ☎ 02761 838717. Träger: Frauenwürde NRW e.V.

WENDEN

Caritas-AufWind: 9 bis 12 u. 14 bis 16 Uhr, Hauptstraße 87, ☎ 02762 9876340.

ATTENDORN

Kreuzbund-Selbsthilfegruppe, für Menschen mit Suchtproblemen: 18.30 Uhr, Katholisches Pfarrheim, Am Kirchplatz 5. Kontakt: Rolf Weber; ☎ 02395 433, oder: <http://www.kreuzbund-kreis-olpe.de>

Tageselternverein, Vermittlung qualifizierter Tagesmütter und Kinderfrauen: 9 bis 12 Uhr, Wasserstraße 1 (1. OG; Räume des DRK), während der Sprechzeit, ☎ 02722 929024.

Sprechstunde des Kinderschutzbundes: 16 bis 17 Uhr, im Büro des Kreisverbandes, Kölner Straße 48, ☎ 02722 8089108. Es stehen Mitarbeiterinnen für alle Fragen und Probleme rund ums Kind, zur Verfügung.

ALTENHUDEM

Kreuzbund-Selbsthilfegruppe, für Menschen mit Suchtproblemen: 18 Uhr, Pfarrzentrum „Arche“. Kontakt: Rudolf Gattwinkel, ☎ 02723 3152 oder: <http://www.kreuzbund-kreis-olpe.de>

Krebshilfegruppe: 14.30 bis 16.30 Uhr, jeden 2. und 4. Mittwoch im Monat, im St. Josefs-Hospital, Uferstraße 2. Ansprechpartnerin: Hildegard Piepenstock, ☎ 02723 3364.

Tageselternverein, Vermittlung qualifizierter Tagesmütter und Kinderfrauen: 16 bis 18 Uhr, Caritashaus, Gartenstraße 6 (2. OG). ☎ während der Sprechzeit: 02723 688913121.

Information/Beratung zur Pflege bei kranken und älteren Menschen und zur palliativen Pflege: 8 bis 16 Uhr, Caritas Haus, Gartenstraße 6, ☎ 02723 95560.

LENNESTADT

Caritas-AufWind: 9 bis 12 Uhr, (für Lennestadt und Kirchhundem) Gartenstraße 6, ☎ 02723 68891-3110.

FINNENTROP

Caritas-AufWind: 9 bis 12 und 15 bis 18 Uhr, Bamenohler Straße 248, ☎ 02721 602583.

FREIZEIT

OLPE

Altengemeinschaft der Kolpingsfamilie Olpe: Treffen am Donnerstag, 27. August, um 17 Uhr im Kolpinghaus zum gemütlichen Beisammensein

LESERFOTO



Start ins Libellen-Leben

Aus Hellners Gartenteich starten jährlich gleich mehrere Libellenarten. Herbert Hellner konnte jetzt eine Umwandlung live miterleben. „Die Libellenlarven“, so Hellner „leben bis zu zwei Jahre in unserem Teich und erfreuen uns schon da, weil sie sich von Mückenlarven, Wasserflöhen ect. ernäh-

ren. Nach einer kleinen Hungerphase am Teichrand, wo sie vom Kiemenatmer zum Lungenatmer werden, geht's dann an eine höhere Stelle. Dann steigen sie auf einen Ast oder Zaun und verwandeln sich in eine wunderschöne Libelle. Leider lebt die Pracht dann nur wenige Monate.“

MENTAL-TIPPS

Coaching weckt Potenziale

Impulse von außen können zu neuer Perspektive verhelfen

Von Ludger Schrimpf

Kreis Olpe. Coaching, nicht zu verwechseln mit Couching, ist nach meiner Erfahrung die effektivste Methode, um erfolgreich, stabil und dauerhaft voranzukommen. In jedem Lebensbereich. Und das möglichst ohne Zeitverlust mit optimalem Gewinn.

Bekannt ist, dass sich Führungskräfte von Unternehmen sowie Spitzensportler coachen lassen, um bestmögliche Ergebnisse zu erzielen. Sie werden von Coaches beraten und begleitet. Dadurch erreichen sie in der Regel ganz neue Leistungsmöglichkeiten trotz ihrer Drucksituation.

Chemie muss stimmen

Coaching bedeutet professionelle Unterstützung durch erfahrene Coaches in bestimmten Situationen. Es ist wichtig, dass die Coaches Erfahrung haben und zu Ihnen passen. Die Chemie sollte stimmen und eine Vertrauensbasis da sein. Dann kann der Coachingprozess sehr erfolgreich und gewinnbringend laufen.

Nicht nur Führungskräfte und Spitzensportler können davon profitieren, sondern auch Sie. Denn auch Sie haben Lebenspläne, Ziele, schwierige Situationen zu meistern und wollen erfolgreich vorankommen. Coaching ist deshalb so erfolgreich, weil es ein aktiver Prozess ist, der individuell auf Sie abgestimmt wird. Im Unterschied zum passiven Couching, dem Entspannen auf dem Sofa zuhause, geschehen wirkliche Veränderungen und Entwicklungsschritte, die nur mit professioneller Begleitung möglich sind. Wichtige Mentoren von mir wie die

bekannte Autorin und Coach Sabine Asgodom, Sportpsychologe Prof. Dr. Kirschner aus Innsbruck, NLP-Pionier Robert Dilts sowie der Hypnosetherapeut Dr. Milton Erickson betonen den Wert der individuellen Förderung für eine optimale Entwicklung. Dadurch werden Kräfte und Energien freigesetzt, die individuell sehr unterschiedlich sind.

Gezielte Interventionen

Die angewandten Methoden können ähnlich sein, wie in meinem Fall die MentalFit-Methode, doch der Coachingprozess ist höchst individuell. Bei einem Teamcoaching ist er zusätzlich teamorientiert. Entscheidend sind die individuelle Ausrichtung und ein empathischer



Ludger Schrimpf. FOTO: PRIVAT

Begleitungsprozess, bei dem Sie als Kunde der Taktgeber sind.

Profis gestalten das Coaching durch den „Blick von außen“, durch geschulte Wahrnehmungsfähigkeit und Beobachtungsgabe sowie gezielte Interventionen, d.h. Impulse, die Ihnen eine neue Richtung und Perspektive geben. Sie gehen gemeinsam auf Entdeckungsreise und suchen nach hilfreichen Lösungen, die zu Ihnen passen. Auf diesem Weg entdecken Sie neue Wegweiser, Ideen und Techniken, die Ihnen wie ein Werkzeugkoffer fortan zur Verfügung stehen.

Neue Wege suchen

Denn Ziel des Coachings ist, sich zukünftig selbst coachen zu können. Dafür trainieren wir zusammen und begleiten Sie, bis Sie den neuen Weg mit viel Gewinn alleine gehen können. Der Katalysator oder die „Zündung“ für Sie kann vielfältig sein, unter anderem neue Zielausrichtung, Fokussierung auf die wesentlichen Dinge, Energiegewinn und Bündelung, gesunde Lebensführung, Stressvermeidung, mehr Sicherheit, Stärke und Motivation, bessere Führungskompetenz für sich selbst, Mitarbeiter und Teams, Blockaden lösen, effektivere Entscheidungsfindung, Umsetzung und Vieles mehr. All diese Entwicklungsschritte passieren, wenn Sie bereit sind, aufzubrechen und neue Wege zu suchen.

Ich erlebe immer wieder, dass große Potenziale vorhanden sind, die durch Coachings geweckt und aktiviert werden. Trauen Sie sich und gewinnen Sie!

Veränderung

■ Ludger Schrimpf freut sich über das **große Interesse** an den regelmäßigen MentalFit-Tipps.

■ Er schreibt: „Nach nunmehr zwei Jahren wollen wir eine **Veränderung** vornehmen und Sie noch etwas „knackiger“ mit Tipps versorgen. Deshalb werden Sie **ab der nächsten Woche** einmal wöchentlich einen MentalFit-Tipp lesen, deutlich kürzer, dafür aber jede Woche. Ich hoffe, die Tipps kommen genauso gut oder sogar besser an.“

■ Wir bitten Sie um **Feedback** an die Redaktion.

Quiz-Einsatz für Bonga-Schule im Fernsehen

Dr. Reichenbach gewinnt 6000 Euro. VOX zeigt Sendung am Donnerstag

Olpe. Quasi direkt aus der Praxis vor die Fernsehkamera kam Ende Juli Dr. Gerd Reichenbach aus Olpe. Er machte mit bei einem Quizspiel und hatte nach anderthalb Stunden Einsatz 6000 Euro für die Bonga-Schule in Afrika gewonnen (wir berichte-

ten). Der Moderator des Quizspiels hatte Dr. Reichenbach am Fenster seiner Praxis gesehen und ihn gefragt, ob er mitmachen wolle. Er könne das Geld auch spenden. Für den Olper Mediziner war klar: Dann geht der Gewinn an die Bonga-Schu-

le in Südafrika. Dort soll jetzt ein Brunnen gebohrt werden, damit die Schule eine richtige Wasserversorgung hat. Gesendet wird der Quiz-Einsatz des Olper Mediziners am Donnerstag, 27. August, um 14 Uhr auf VOX.

DRK erwartet rund 1000 Mitglieder

Landeswettbewerb in Bünde steht bevor

Wenden. Zum 63. DRK-Landeswettbewerb und dem Jugendrotkreuz-Landeswettbewerb für die 17- bis 27-Jährigen am Samstag, 29. August, in Bünde werden bis zu 1000 Rotkreuzler erwartet. Bei den Wettbewerben, die vom DRK-Landesverband Westfalen-Lippe und vom DRK-Kreisverband Herford-Land ausgerichtet werden, werden die Teilnehmerinnen und Teilnehmer in der Innenstadt von Bünde unter anderem mit gespielten Notfällen konfrontiert, deren „Opfer“ sie unter den Augen von Schiedsrichtern mit ihren vielfältigen Kenntnissen aus Erster-Hilfe, Sanitätsdienst und Co. versorgen müssen. Mit dabei ist auch die Gruppe Wenden I des DRK.

Der DRK-Landeswettbewerb wird um 8.45 Uhr am Rathausplatz in Bünde eröffnet. Um 9.15 Uhr beginnt der DRK-Landeswettbewerb in der Innenstadt. Um 12 Uhr wird der Jugendrotkreuz-Landeswettbewerb am Marktplatz eröffnet. Ab 20 Uhr finden im Stadtgarten Bünde, Steinmeisterstraße 13-15 die Siegerehrungen beider Wettbewerbe statt.

Erziehungskurs für Schäferhunde

Olpe. Der letzte Erziehungskurs für dieses Jahr läuft beim Verein für Deutsche Schäferhunde in Olpe. Die Treffen finden dienstags um 17 Uhr auf dem Übungsgelände des Vereins statt. Jede Rasse oder Mix ab einem Alter von vier Monaten ist willkommen. Weitere Infos bei G. Neuhaus unter ☎ 0151-11121177.

LESERSERVICE

Sie haben Fragen zur Zustellung, zum Abonnement: Telefon 0800 6060740*, Telefax 0800 6060750* Sie erreichen uns: mo bis fr 6-18 Uhr, sa 6-14 Uhr leserservice@westfalenpost.de Sie möchten eine **Anzeige** aufgeben: **PRIVAT:** Telefon 0800 6060740*, Telefax 0800 6060750* Sie erreichen uns: mo bis fr 7.30-18 Uhr anzeigenannahme@westfalenpost.de www.online-aufgeben.de

GEWERBLICH: Ansprechpartner: Uwe Steinhorst (Verkaufsleiter) Telefon 02761 9419-30 Telefax 02761 9419-34 E-Mail: anzeigenzentrale@funkemedien.de u.steinhorst@funkemedien.de Sie erreichen uns: mo bis fr 9 - 17 Uhr Sie möchten unseren **Service vor Ort** nutzen: LeserService, Westfälische Str. 13 57462 Olpe; mit Ticketverkauf Öffnungszeiten: mo bis fr 9-18.30 Uhr, sa 9-13 Uhr LeserService, Schülderhof 2, 57439 Attendorn; mit Ticketverkauf Öffnungszeiten: mo bis fr 9-18 Uhr, sa 9-14 Uhr LeserService, Hundemstr. 18, 57368 Lennestadt; mit Ticketverkauf Öffnungszeiten: mo bis fr 9-18 Uhr, sa 9-13 Uhr *kostenlose Servicenummer

IMPRESSUM

Olpe
Anschrift: Martinstraße 9, 57462 Olpe
Telefon 02761 895-23, Fax 02761 895-21
E-Mail: olpe@westfalenpost.de
Lokalsport-Redaktion: Tel. 02761 895-24
E-Mail: olpe-sport@westfalenpost.de
Redaktion:
Herbert Kranz (verantwortlich)
Roland Vossel, Michael Alexander, Josef Schmidt und Lothar Linke (Sport)
Lennestadt-Altenhundem:
Volker Eberts, Werner Riedel
Hundemstr. 18, 57368 Lennestadt, Tel. 02723 9547-20, -21, Fax 02723 9547-22
E-Mail: lennestadt@westfalenpost.de
Attendorn:
Gunnar Steinbach (stv.), Peter Plugge
Kölner Str. 27, 57439 Attendorn, Tel. 02722 9562-20, -21, Fax 02722 9662-22
E-Mail: attendorn@westfalenpost.de
Produktion am Regiodesk: Ulrich Friske
Abbestellungen sind nur zum Quartalsende möglich. Die Abbestellung ist schriftlich bis zum 5. des letzten Quartalsmonats an den Verlag zu richten. Bei Nichtbelieferung im Falle höherer Gewalt, bei Störungen des Betriebsfriedens, Arbeitskampf (Streik, Aussperrung) bestehen keine Ansprüche gegen den Verlag.