

HEUTE IM KREIS OLPE



Redaktion: 02761 89523
Ihre Ansprechpartnerin: Iris Schwarz

VEREINE & VERBÄNDE

OLPE

Die „Alten Könige“ des St. Sebastianus-Schützenverein: Stammtisch um 20 Uhr im Gasthof „Hetzels Hotelchen“.

VdK-Ortsverband: Betreuerkonferenz um 14.30 Uhr in der Bürgerstube Menne.

AUSSTELLUNGEN

MEGGEN

Gejagte Jäger, 10-17 Uhr, Faszinierende Welt der Haie, in der Science-Pyramide, Galileo-Park, Sauerland-Pyramiden 4.

GLÜCKWUNSCH

Eheleute Emil und Irmgard Quast, Brümcker Weg 10, Altenkleusheim, feiern heute das Fest der Goldenen Hochzeit.

Klaus Kalkowski, Grimmstraße 15, Drolshagen, feiert heute seinen 75. Geburtstag.

FREIZEIT

OLPE

Nachbarschaftsfrauen der Josefstraße/Kolpingstraße: Stammtisch um 19.30 Uhr im Kolpinghaus.

Jahrgang 1934/35 (Frauen): Treffen um 15 Uhr im DRK-Mehrgenerationenhaus, Löherweg 9.

Jahrgang 1940/41 (Frauen): Treffen um 18 Uhr im Restaurant Rhodos.

BERATUNG

OLPE

AufWind: 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.

ATTENDORN

Kreuzbund-Selbsthilfegruppe, für Menschen mit Suchtproblemen: 18.30 Uhr, Katholisches Pfarrheim, Am Kirchplatz 5. Kontakt: Monika Orban; 02722 63 99 88, oder: <http://kreuzbund-kreis-olpe.de>

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.

ALTNHUNDEN

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

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

LENNESTADT

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

JUBILARE

Ulrich Fleper, 35 Jahre bei der Firma Viega GmbH & Co.KG Attendorn.

BLUTSPENDE

DAHL

DRK: 17 bis 19.30 Uhr, Dorfgemeinschaftshalle, Marienweg 3.

HOFOLPE

DRK: 16.30 bis 21 Uhr, (BUS), Gasthof Schweißberg, Hofolper Straße 38.

IN KÜRZE

OLPE

Schulentlassjahr 1956, Mädchenschule 8b, Imbergschule: Stammtisch am Donnerstag um 18 Uhr in der Gaststätte Samos, Frankfurter Straße.

Jahrgang 1951/52: Stammtisch am Donnerstag, 10. Oktober, um 19 Uhr in Hetzels Hotelchen.

Kirchenchor St. Marien: Die Probe am Donnerstag findet bereits um 17.30 Uhr im Pfarrzentrum statt. Am Freitag, 11. Oktober, Treffen um 13.30 Uhr auf der Orgelbühne, zum Einsingen für die Messe um 14.30 Uhr.

Treffen für Angehörige psychisch erkrankter Menschen: Donnerstag im Eingangsbereich der Klinik für Psychiatrie des St. Martinus-Hospitals, um 18 Uhr. Schwerpunktthema: „Demenz“.

HUNDEM-LENNETAL

Volksliedersingen: Treffen am Freitag, 11. Oktober, um 18 Uhr im evangelischen Gemeindehaus in Altenhundem. Es wird geübt für das Schlachtfest in Würdinghausen.

ATTENDORN

Single-Frauen: Treffen am Freitag, 11. Oktober, um 11 Uhr am Hagebaumarkt; anschließend Fischessen im Fischerheim in Windebruch.

NOTRUF

Feuerwehr/Rettungsdienst 112. Polizei 110.

Kinder- und Jugendtelefon 0800 1110333.

Krankentransport 19222.

Strafverteidiger-Notdienst 0800 8838830.

Weißen Ring Opfertelefon 116006.

Giftnotruf NRW 0228 19240.

Zentrale Behörden-Rufnr. 115.

APOTHEKEN

Alte Apotheke, Altenhundem, Am Rathaus 1, 02723 959230.

ÄRZTE

Ärztliche Bereitschaft 116117.

Zahnärztlicher Notdienst 01805 986700.

KIRCHLICHES LEBEN

OBERVEISCHENDE

Lichterprozession. Die St. Luzia-Gemeinde lädt zur traditionellen Lichterprozession am Sonntag, dem 13. Oktober, ein. Der Gottesdienst ist um 18 Uhr in der Kirche. Anschließend findet die Prozession zur Marienkapelle auf dem Rennenberg statt. Kerzen sind in Eingangsbereich der Kirche erhältlich.

LISTERSCHEID

Taizégebet in St. Josef: Im Rahmen des 100-jährigen Kirchenjubiläums findet in der Pfarrkirche St. Josef in Listerscheid am 11. Oktober um 20 Uhr ein besonders gestaltetes Taizégebet statt. Musikalisch begleitet die Gruppe Maranatha diesen Gottesdienst.



Picknick, aber bitte ohne Fliegenpilz...

Liebes WP-Team, am Sonntag haben wir einen wunderschönen Herbstspaziergang gemacht, schrieb uns unsere Leserin Melanie Hupertz, „es wurden Kastanien und Moos gesammelt, und zur Stärkung gab es ein tolles Picknick mit herrlichem Ausblick.“

Keine Verwendung beim Picknick fanden natürlich die Fliegenpilze, die die Wandergruppe ablichtete. Wenn auch Sie ein Foto für uns haben, schicken Sie es an olpe@westfalenpost.de - mit Namen und Adresse.

MITTWOCHS-TIPP

Mit kleinen Tricks die eigene Wahrnehmung komplett ändern

Wie man von unsicher auf locker umstellt. Möglichkeiten ausschöpfen

Von Ludger Schrimpf



Auseinandersetzung - mit welchen Wahrnehmungskanälen haben Sie das Ereignis wahrgenommen? Und wie intensiv waren Sie wirklich bei der Sache?

Je besser Sie es schaffen, in das Erlebnis einzutreten, umso intensiver und voller ist das Ergebnis. Wenn Sie alle 5 + IST-Wahrnehmungskanäle gezielt trainieren und „einschalten“, wird Ihre Wahrnehmung natürlich viel intensiver werden, sowohl die Selbst- wie Fremdwahrnehmung.

Wahrnehmungsfilter bzw. der Modus, in den wir uns einstellen. Auch das ist ganz einfach zu verstehen und zu verändern. Denken Sie doch mal an eine optimistisch eingestellte Person. Mit dem Wahrnehmungsfilter Optimismus nimmt diese Person die Welt ganz anders wahr wie der pessimistisch eingestellte Nachbar oder Kollege. Dementsprechend werden die Tagesergebnisse vollkommen unterschiedlich ausfallen.

Gezielt steuern

Sie werden das „Hier und Jetzt“ viel präzenter erleben und den Moment voll ausschöpfen können. Ein großer Vorteil in unserer heutigen Zeit, wo wir uns aufgrund von Terminen und Zeitdruck kaum noch gestatten, „voll“ da zu sein. Meist geht das zu lasten unserer Lebens- und Leistungssqualität.

Zusätzlich werden Sie in die komfortable Lage versetzt, Ihre Wahrnehmung gezielt steuern zu können, vom Sehen bis zu den Selbstgesprächen.

Selbst einrichten

Noch etwas beeinflusst unsere Wahrnehmung sehr stark: Unsere

Fragen Sie den Experten

■ Ab jetzt können Sie auch **Frage** an den MentalFit-Experten stellen.

■ In der neuen **Rubrik Ratgeber** werden Sie in den nächsten Mittwochsausgaben beantwortet.

■ Schicken Sie uns **Ihre Anfragen** per E-Mail an olpe@westfalenpost.de. Wir leiten sie zur Beantwortung an Ludger Schrimpf weiter.

Dieses Spiel können Sie mit den verschiedensten Wahrnehmungsmodi durchführen wie z. B. ängstlich/fröhlich, offen/verschlossen, sicher/unsicher, locker/verkrampft etc. Dadurch nehmen Sie die gleiche Umgebung komplett anders wahr.

Interessant ist die Tatsache, dass die Modus-Einstellungen von Ihnen selbst eingerichtet wurden, auch wenn Ihnen das nicht bewusst ist. Mit Hilfe des Basisinstrumentes 5 + IST können Sie beginnen, den Modus zu verändern und wie gewünscht auf fröhlich, offen, locker, sicher etc. einzustellen. Wenn Ihnen das gut gelingt, werden Sie die gleiche Welt anders erleben und damit ganz neue Möglichkeiten bekommen, aus Ihrem Leben mehr zu machen. Bleiben Sie am Ball und schöpfen Ihre Möglichkeiten voll aus!

■ Im nächsten Mittwochstipp in 14 Tagen erleben Sie, wie Sie mit „5 + IST“ und Ihrer Vorstellungskraft über sich hinauswachsen und Berge versetzen können.

Wartungsarbeiten im Freizeitbad Olpe bald abgeschlossen

Olpe. Aufgrund unerwartet anfallender dringender Reparaturarbeiten an der Beckenbelüftung des Sportbeckens, die keinen Aufschub duldeten, wurde die diesjährige Revisionszeit des Freizeitbades bereits in den September vorgezogen, das teilen die Olper Bäderbetriebe mit.

Nach nunmehr fünf Wochen anhaltenden umfassenden Reparatur-, Reinigungs- und Wartungsarbeiten in allen Bereichen des Freizeitbades, rückt die Wiedereröffnung in greifbare Nähe.

Ein Termin steht zu diesem Zeitpunkt noch nicht fest, aber schon bald heißt es wieder „Spiel und Spaß für die ganze Familie im Freizeitbad Olpe“.

Skifreizeiten mit Konnex-Club

Drolshagen. Skifreizeiten bietet der Konnex Club Drolshagen allen Interessierten an.

Für Eltern mit Kindern geht es im neuen Jahr vom 12. bis 19. April 2014 (Osterferien) ins Saastal. Mit seinen 3.600 Metern ist dieses Skigebiet sicherlich eines der Höchsten in Europa. Ski- und Snowboardfahren sind hier das ganze Jahr über möglich. Neben Weltcupfahren und Funparks gibt es natürlich auch ausreichend Anfängeristen und Langlaufloipen.

Ohne Kinder geht es vom 8. bis 15. März 2014 in das schöne Zillertal. Anfänger und Cracks sind bei beiden Fahrten herzlich willkommen. Weitere Informationen zu den angebotenen Freizeiten gibt es bei Axel Gosmann, Tel. 02761 71241 oder Martin Docter 0178 446688.

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 6-18 Uhr, sa 6-14 Uhr anzeige@olpe@waz.de

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, Schüldenmühle 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 10-13.30 Uhr und 14-18 Uhr, sa 10-13.30 Uhr

* kostenlose Servicenummer

IMPRESSUM

Olpe

Anschrift: Martinstraße 9, 57462 Olpe
Telefon 02761 895-23, Fax 02761 895-21
E-Mail: olpe@westfalenpost.de

Lokalpart-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)</p