

**HEUTE IM KREIS OLPE**

**Redaktion:** 02761 89523  
**Ihre Ansprechpartnerin:** Iris Schwarz

**AUSFLÜGE & WANDERN****BAMENOHL**

**SGV-Seniorenwanderungen:** Treffen um 13.30 Uhr am Wanderheim. Die Wanderungen erfolgen über fünf und zehn Kilometer. Anschließend treffen sich beide Gruppen im Wanderheim.

**FITNESS & TRAINING****OLPE**

**Reha-Sport Orthopädie mit Regine**

**Schendel:** 9 u. 10 u. 11 Uhr (die Gruppe um 9 Uhr ist eine „Hockergruppe“ für Menschen mit eingeschränkter Beweglichkeit), DRK-Mehrgenerationenhaus, Löherweg 9, 2643.

**HÜNSBORN**

**Body-Styling, Bauch-Beine-Po, ein Ausdauer und Muskeltraining:** mittwochs von 19 bis 20 Uhr in der Turnhalle. Übungsleiterin: Rebe Nettsträter (kostenlose Schnupperstunde).

**IN KÜRZE****ALTENKLEUSHEIM**

**Waldgenossenschaft westlich:** Arbeitseinsatz am Samstag, 30. April. Treffen um 8 Uhr am Dorfplatz. Bitte Motorsägen mitbringen. Sicherheitsausrüstung ist Pflicht.

**LICHTRINGHAUSEN**

**Frauengemeinschaft St. Jakobus:** Die Mitglieder, die sich für die Wallfahrt am Donnerstag, 28. April angemeldet haben, möchten bitte pünktlich um 14 Uhr am Pfarrheim auf dem Parkplatz sein. Der Bus wird pünktlich abfahren. Rückfahrt ist gegen 17 Uhr.

**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

**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, Mobilfunk: 22833, www.apotheken.de

**ÄRZTE**

**Ärztliche Bereitschaft:** 116 117.

**FREIZEIT****OLPE**

**Parkinsongruppe:** Treffen ab 14.30 Uhr im DRK-Mehrgenerationenhaus, Löherweg 9, 2643.

**Ehemalige Turngruppe Frau Sieben (Imbergschule):** Treffen heute um 18 Uhr auf dem Marktplatz.

**BERATUNG****OLPE**

**Beratungsnetzwerk für Menschen mit Behinderung:** Behindertenbeauftragte des Kreises Olpe, 02761 81332, www.kreis-olpe.de/Beratungsnetzwerk.

**Caritas-AufWind:** 9 bis 12 u. 14 bis 16 Uhr, Caritas Beratungshaus, Kolpingstraße 62, 02761 921 1511.

**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.

**ALTENHUNDEN**

**Krebs hilfegruppe:** 14.30 bis 16.30 Uhr, jeden 2. und 4. Mittwoch im Monat, St. Josefs-Hospital, Uferstraße. 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.

**Kreuzbund-Selbsthilfegruppe für Menschen mit Suchtproblemen:** 18 Uhr, Pfarrzentrum „Arche“ (jeden 3. Mittwoch im Monat keine Gruppe). Ansprechpartner: Johannes Kaufmann, 02723 3793.

**LENNESTADT**

**Caritas-AufWind:** 9 bis 12 Uhr, Mo. u. Do. 14 bis 16 Uhr (für Lennestadt und Kirchhundem) Gartenstraße 6, 02723 68891-3110.

**FINNENTROP**

**Caritas-AufWind:** 8.30 bis 12 und 14 bis 16 Uhr, Bamenohler Straße 248, 02721 6025830.

**LESERFOTO****Launischer Monat**

**Die zwei Seiten** des Aprils zeigen sich auf dem Foto von Regina Bicher wunderbar. „Schnee nur auf einem Teil der Wiese. Dort, wo die Sonne bereits über das Haus scheinen konnte, war dieser bereits

wieder geschmolzen. So entstand ein perfekter Winkel, der durch das Dach des Hauses zustande kam“, schreibt unsere Leserin und schickt uns ein Bild, das die Launen dieses Monats dokumentiert.

**LESERBRIEFE****Alles ziemlich planlos**

**Baustellen und Parkplätze in Attendorn.** Wer zur Zeit durch unsere Stadt geht, muss aufpassen, damit er nicht in ein gerade frisch gebuddeltes Loch fällt. Baustellen satt in der Stadt. Am Feuerteich sogar mit einem Hinweisschild „Einbahnstraße“ (auch für Fußgänger). Alles ziemlich planlose Hinweise. Ja, Baustellen gibt es genug, aber wie sieht es denn mit Parkplätzen aus, die sind nicht genug, sondern momentan so gut wie gar nicht vorhanden. Um hier den Verbrauchern und Einzelhändlern etwas entgegen zu kommen, könnte doch sicherlich auch einmal seitens der Stadtverwaltung und der Angestellten der Sparkasse etwas mehr Solidarität entgegengebracht werden.

Beispiel: Parkhaus Hansastraße! Sollte das nicht „öffentlich“ sein? „Öffentlich“, aber mit jeder Menge belegter Plätze auf dem oberen und unteren Parkdeck, überwiegend belegt durch Mitarbeiter der Sparkasse, der Stadtverwaltung und auch einige Private. Da wir Bürger sicherlich durch die Baumaßnahmen alle genug gestresst sind, könnten sich doch auch die

Mitarbeiter der vorgenannten Institutionen einmal solidarisch zeigen und ihre Fahrzeuge an den Außenrändern der Stadt abstellen, zum Beispiel Mühlwiese, Zollstock oder Parkplatz an der Attahöhle, und dann zu Fuß die paar Meter an die Arbeitsplätze. Diese Entfernung dürfte für die Mitarbeiter sicherlich keine große Zumutung oder Belastung sein und wir könnten mit unseren Einkäufen auch mal kurze Wege zu den möglichen Parkplätzen haben.

Oder aber mal bringen/abholen lassen. Soll ja alles nicht für immer sein. Das wäre mal ein solidarisches Zeichen. ... Also, liebe Angestellte und Beamte, zeigt mal wie solidarisch ihr sein könnt.

Außerdem war das sich heute aufgetane Problem mit den Parkplätzen, vorauszusehen. Im letzten Jahr wurde an dieser Stelle schon einmal darauf hingewiesen. Doch, wie auf andere Hinweise auch, keine Reaktion. Unser Bürgermeister freut sich nur über jede Baustelle in unserer Stadt. Aber was die Bürger an Lärm und Schmutz aushalten müssen, interessiert weder

ihnen noch die Verwaltung. Das Parkhaus Hansastraße soll am Wochenende den Bürgern kostenlos zur Verfügung gestellt werden. Hallo, sollen wir immer nur samstags und sonntags einkaufen? War sicher nur ein Witz, oder? ...

Dann noch der Wettbewerb für den „Baustellen-Kater“. Vorschlag: Zuerst bei den Baustellenpartys den „Baustellen-Frust“ ordentlich herunterspülen, danach kommt automatisch der „Baustellen-Frust-Kater“! Für uns Bürger muss alles immer selbstverständlich sein und hingenommen werden. Ist es aber nicht und wollen wir auch nicht. Deshalb mal weniger Arroganz!

**Alfons Springob,**  
Attendorn

Die Redaktion veröffentlicht gerne Ihre Zuschriften. Bitte geben Sie Name, Vorname, Adresse und Telefonnummer für Rückfragen an. Die Redaktion behält sich Kürzungen vor. Schreiben Sie an: E-Mail: olpe@westfalenpost.de, Fax: 02761 895-21 oder per Post an die Redaktion, Martinstraße 9, 57462 Olpe.

**MENTAL-TIPP****Eintauchen in den Moment**

**W**ofür würden Sie sich entscheiden: Für ein langes Leben oder ein intensives Leben mit vielen lebenswerten Momenten? Idealerweise für beides zusammen. Ein Leben im Moment erhöht die Intensität immens und lässt uns im Augenblick voll da sein. Alleine die volle Präsenz im Moment gibt uns ein Gefühl von Ewigkeit, Tiefe und 100-prozentigem Erlebnis. Diese Einstellung vermittelt ein anderes Lebensgefühl als das Schießen auf die Lebensdauer und den nächsten Termin.

Die Konzentration, Wahrnehmungs- und Leistungsfähigkeit sind auf den Punkt gerichtet und voll abrufbar. Das stellt Ihnen so viel mehr an Energie zur Verfügung und vermittelt ein Gefühl von unglaublicher Stärke.

Auch wenn harte Momente kommen, haben Sie die Möglichkeit, diese durch Einstellungsveränderungen neu wahrzunehmen und wertvolle Schlüsse daraus zu ziehen.

Wenn Sie Ihr Leben als eine Aneinanderreihe von vielen wertvollen Augenblicken betrachten, spielt die zahlenmäßige Länge keine Rolle mehr. Viel länger und intensiver wird das Leben durch das Eintauchen in den Moment.

**Ludger Schrimpf,** MentalFit-Experte und Coach, unterstützt Einzelpersonen, Teams, Unternehmen und Organisationen mit dem Ziel, nachhaltiges gesundes Wachstum zu fördern.

**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  
anzeigennahme@westfalenpost.de  
www.online-aufgeben.de

**GEWERBLICH:**

Ansprechpartner:  
Uwe Steinhorst (Verkaufsleiter)

Telefon 02761 9419-30  
Telefax 02761 9419-34

E-Mail:  
anzeigenzentrale@funkmedien.de  
u.steinhorst@funkmedien.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, Schüldenhof 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 9562-22