

HEUTE IM KREIS OLPE

Redaktion: 02761 89523
Ihre Ansprechpartnerin: Iris Schwarz

WANDERN & AUSFLÜGE**BAMENOHL**

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

BEHÖRDEN**LENNESTADT**

Ehrenamtsbörse EiL: 14 bis 16 Uhr, Rathauspavillon, Thomas-Morus-Platz 1. Infos unter: ☎ 02723/60 84 56; E-Mail: eil@lennestadt.de oder: www.lennestadt.de

BLUTSPENDE**RÖNKHAUSEN**

DRK: 18 bis 20.30 Uhr, Schützenhalle, Bahnhofstraße 2.

FITNESS & TRAINING**OLPE**

Reha-Sport Orthopädie mit Regine Schendel: 9, 10 und 11 Uhr. Die Gruppe um 9 Uhr ist eine „Hockergruppe“ für Menschen mit eingeschränkter Beweglichkeit, DRK-Mehrgenerationenhaus, Löherweg 9.

Seniorengymnastik mit Margot Krautwurst: 15 Uhr, DRK-Mehrgenerationenhaus.

FREIZEIT**OLPE**

Arbeitsamt-Senioren: Treffen um 15 Uhr im DRK-Mehrgenerationenhaus.

Lesedämmerschoppen: 18 Uhr, DRK-Mehrgenerationenhaus, Löherweg 9, ☎ 26 43.

IN KÜRZE**HÜNSBORN**

Frauenchor First Ladies: Die erste Probe nach der Sommerpause findet am Mittwoch, 24. August, um 18.30 Uhr im Probelokal „Zu den Dreikönigen“ statt. Neue Sängerinnen sind willkommen. Nähere Informationen unter: www.first-ladies-huensborn.de

JUBILARE

Edgar Rawe, 35 Jahre bei der Firma Klemm Bohrtechnik GmbH, Drolshagen.

KURSE**OBERHUNDEM**

Aquafitness im Bad a. Rothaarsteig: Mittwoch, 7. September, um 18.45 und 19.30 Uhr. Information und Anmeldung bei Lisa Simmon unter: ☎ 02723 72873.

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.

BERATUNG**OLPE**

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

Beratung rund um das Thema Pflege: Pflegestützpunkte informieren umfassend, tragerunabhängig, wettbewerbsneutral. Für Olpe: ☎ 02761 87242 u. ☎ 87177 oder ☎ 8367902; für Lennestadt: ☎ 02723 7192526; für Attendorn: ☎ 02761 81220.

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

Beratungsstelle für Schwangere: Katholischer Sozialdienst, Mühlenstraße 5, Olpe. Terminvereinbarungen, Mo. bis Fr. 8.30 bis 12 Uhr und Di. u. Do. 14 bis 16 Uhr. Außensprechstunde auch nach Vereinbarung in Lennestadt und Attendorn, ☎ 02761 83680.

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.

ALTENHUNDEM

Krebshilfegruppe: 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.

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**Ein Dickkopf aus der Nähe**

Einen Dickkopffalter hat unser Leser Hubertus Schmidt aus Fretter fotografiert und uns als Leserfoto zugeschickt. Den hell braunen Falter findet man diese Sommer sehr häufig gegenüber den klassischen Schmetterlingen. Ob es wohl am miesen Sommerwetter liegt, fragt sich der Fotograf Hubertus Schmidt. Er schoss dieses Foto in der Makro-Naheinstellung.

So viel kostet das Studium

Neuer Ratgeber hilft bei Finanzierung der Hochschulkarriere

Von Volker Eberts

Kreis Olpe. Wenn die Zusage für den Studienplatz ins Haus flattert, geht der Stress erst richtig los. Bis zum Beginn der Vorlesungszeit ist es ratsam, vor allem auch die Finanzierung der Hochschulkarriere zu sichern. Das Deutsche Studentenwerk hat herausgefunden, dass ein deutscher Normalstudent 298 Euro pro Monat für Miete samt Nebenkosten ausgibt. Hinzu kommen rund 299 Euro für Lebensmittel, Kleidung und Fahrtkosten. Für Lernmittel, Krankenversicherung und Medikamente werden im Schnitt 96 Euro ausgegeben. Zudem rund 33 Euro für Telefon, Internet und Rundfunkbeitrag. Das macht zusammen über 720 Euro im Monat - durchschnittlich.

Wer clever plant und alle Fördermöglichkeiten ausschöpft, braucht allerdings nicht zu fürchten, dass der Traum von Bachelor, Master oder Staatsexamen schon am Geld scheitert. Praktische Hilfe beim Prüfen und Decken aller Kosten



Das Coverbild des neuen Ratgebers „Clever studieren“. Den Klassiker über die Finanzierung des Studiums gibt es jetzt in der fünften Auflage.

FOTO: PRIVAT

hilft auf 216 Seiten der Ratgeber „Clever studieren – mit der richtigen Finanzierung“ der Verbraucherzentrale. Das Buch zeigt, wie Studierende durch BAföG, Stipendien, Fördergelder und Bildungskredite die Kasse aufbessern können. Auch Arbeitnehmer und Arbeitnehmerinnen, die sich fortbilden möchten, lernen Förder-

möglichkeiten kennen. Zudem gibt es Antworten auf rechtliche Fragen rund ums Jobben und Tipps zu Vergünstigungen im Alltag.

i Der Ratgeber kann im Online-Shop unter www.verbraucherzentrale-ratgeber.de bestellt. Er ist auch in der Beratungsstelle in Altenhundem erhältlich.

Anzeige

**MENTAL-TIPP****Neue Türen öffnen**

Von Ludger Schrimpf

Kunden kommen zu mir und schildern ihre Problemlagen, sei es singular oder Teams/Unternehmen betreffend. Sei es aus der Wirtschafts-, Sport-, Gesundheits-, Showbranche, oder privat. Im Kern sind es immer wieder die gleichen zwei Fragen, die gestellt werden: Wo ist die Lösung? Wie kann ich sie mit Erfolg umsetzen? Meine Aufgabe ist es dann, Türen zu öffnen, passend, geeignet und spürbar für neue Wege, die Erfolg versprechen.

Meine Funktion ist die eines Türöffners, spielerisch machen wir das. Die Voraussetzung dafür ist, mental locker zu werden, um sich öffnen zu können für neue Sichtweisen und Ideen. Nur so geht's! Dann geht es „nur noch“ um die Umsetzung, damit die neuen Ideen viele Früchte tragen. Das praktizieren wir, bis es „sitzt“.

Doch eines ist zentral für Ihren Erfolg: Es sind zu 100 Prozent Ihre Türen und Ideen, die zum Erfolg führen, nicht die von anderen.

Probieren Sie es aus! Werden Sie locker und spielen Sie.

Ludger Schrimpf, Mental-Fit-Experte und Coach aus Olpe, unterstützt Führungskräfte, Teams und Unternehmen 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

Uwe 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 027