



HEUTE IM KREIS OLPE



Redaktion: 02761 89523
Ihre Ansprechpartnerin: Iris Schwarz

IN KÜRZE

OLPE

Stammtisch 2010 des Jahrgangs 1939: Treffen am morgigen Donners- tag um 16 Uhr Ecke Sonnenhang/Se- minarstraße zum Wandern. Nichtwan- derer treffen sich um 17 Uhr im Hu- bertushof in Rhode.

Zöliakiegruppe: Treffen am Mittwoch, 14. September, um 18 Uhr im Gast- hof „Zum Hobel“ in Frenkhausen. Eingeladen sind Betroffene und/oder ihre Angehörigen. Informationen bei Bärbel Goroncy, ☎ 02763 6331.

Heimatverein: Am Samstag, 10. Sep- tember, findet um 15 Uhr der Heimat- nachmittag im DRK-Mehrgeneratio- nenhaus, Löherweg 9 statt.

VEREINE & VERBÄNDE

ISERINGHAUSEN

Kfd: Seniorennachmittag ist heute ab 14 Uhr im Pfarrheim.

WENDEN

MGV: Probe heute um 18 Uhr im Ver- einslokal Zeppenfeld.

FREIZEIT

OLPE

Jahrgang 1939: Stammtisch ab 19 Uhr im Hetzel's Hotelchen.

SGV-Abteilung: Stammtisch ab 19 Uhr im Gasthof Sauerland (Klumpen).

Ehemalige Turngruppe Frau Sieben (Imbergsschule): Treffen um 18 Uhr am Marktplatz.

FITNESS & TRAINING

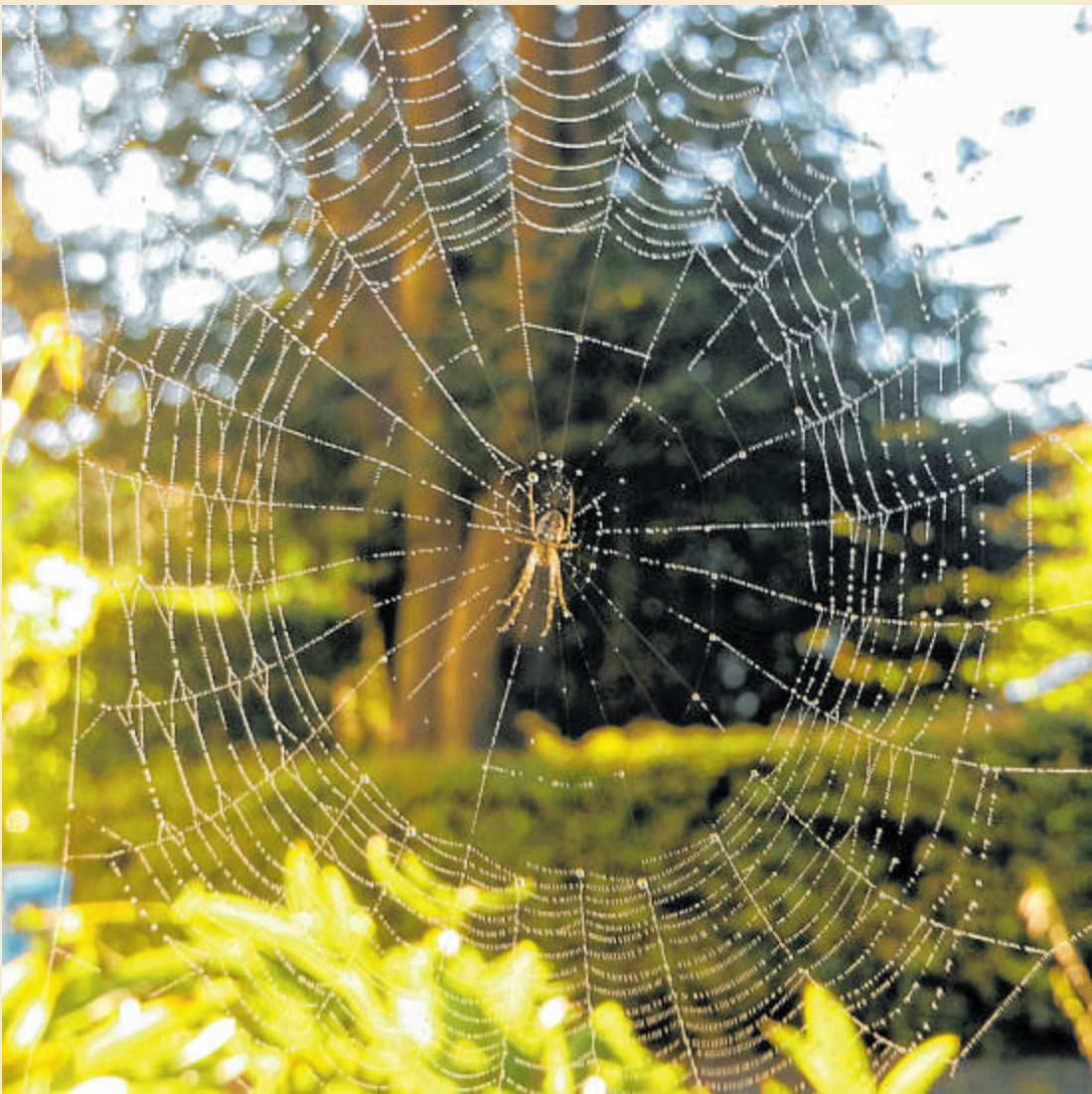
OLPE

Reha-Sport Orthopädie mit Regine Schendel: 9; 10 u. 11 Uhr. Die Grup- pe um 9 Uhr ist eine „Hockergruppe“ für Menschen mit eingeschränkter Beweglichkeit, DRK-Mehrgeneratio- nenhaus, Löherweg 9.

HÜNSBORN

Body-Styling, Bauch-Beine-Po, ein Ausdauer und Muskeltraining: 19 bis 20 Uhr in der Turnhalle. Übungs- leiterin: Rebea Nettsträter.

LESERFOTO



Faszinierende Bauwerke

Ganz früh am Morgen lässt sich mittlerweile doch schon der Herbst erahnen, wie dieses Spinnennetz zeigt“, schreibt unsre Leserin Julia Dettmer aus Rhode und meint: „Auch wenn viele Menschen

Angst vor Spinnen haben, sind ihre Netze doch im- mer wieder sehr faszinierende „Bauwerke“. Wenn auch Sie ein Foto für uns haben, schicken Sie es an olpe@westfalenpost.de

TOP 10: WP startet neue App

Nutzern der Smartphone-App schickt die Lokalredaktion abends zehn Nachrichten aufs Handy

Kreis Olpe. Sie möchten sich gern schnell über das Tagesge- schehen informieren und dazu auch Neuigkeiten aus dem Kreis Olpe automatisch in einem Rutsch erhalten?

Mit unserer neuen Nach- richten-App „WP TOP 10“ ha- ben wir nun eine überaus handliche Lösung für Ihr Smartphone entwickelt. Die App bietet Nutzern jeden Abend, von Sonntag bis Frei- tag, einen Überblick über das, was im Laufe des Tages im Kreis Olpe, in der Region und im Rest der Welt passiert ist.

„Die Olper Redaktion stellt für ihre Leser bis zum Abend die zehn wichtigsten Nachrichten zusammen.“



Herbert Kranz, Redaktionsleiter

Ab sofort können Sie „WP Top 10“ über die digitalen Marktplätze von Apple („App Store“) und And- roid („Google Play Store“) auf Ihr Handy herunterladen.

Das bietet die neue Smartphone- App: „Die Olper Redaktion stellt für ihre Leser bis zum Abend die zehn wichtigsten Nachrichten zu- sammen“, erklärt Herbert Kranz, Leiter der WPLokalredaktion Olpe. „So wissen unsere Leser schon am Vorabend, was am nächsten



Tag Gesprächs- stoff ist.“

Das tägliche Pa- ket besteht aus fünf lokalen und fünf regionalen beziehungsweise überregionalen Artikeln (Nachbar- städte, Sport, Politik). Allabendlich schicken wir Ihnen bis spätestens 19.30 Uhr auf Wunsch auch eine Push-Mitteilung aufs Handy, wenn eine neue Ausgabe für Sie bereit steht.

Sechs Monate lang haben meh- rere hundert Interessenten unser neues Format kritisch getestet. Sie lobten besonders die Auswahl der jeweils zehn Artikel, das moderne Design und die intuitive Benutzer- führung.

Am Anfang der Artikel steht eine Zusammenfassung der wichtigsten Informationen in drei Stichpunk- ten. Leser können ältere Ausgaben über das Archiv aufrufen und zu- dem einzelne Berichte in einer Merkliste speichern.

Für die Leser im Kreis Olpe be-

sonders praktisch: Sie können auch die wichtigsten Nach-

richten aus anderen Städten im Verbreitungsgebiet der WP aufrufen.

Wir möchten Ihnen die Gelegen- heit geben, die neue App in aller Ruhe zu testen. Deshalb schenken wir Ihnen einen Gratismonat. Re- gistrieren Sie sich dafür jetzt unter **www.wp.de/top10** und lernen Sie „WP Top 10“ einen Monat kosten- los kennen.

Danach zahlen neue Leser 2,99 Euro im Monat, Abonnenten der gedruckten und digitalen Zeitung nur 0,99 Euro monatlich. Das Abonnement ist jederzeit zum Mo- natsende kündbar.

i Die App funktioniert auf allen gängigen Android-Smart- phones (ab Android 4.2) und auf fast allen mobilen Apple-Geräten (Min- destvoraussetzung ist iPhone 5, mit entsprechendem Betriebssystem).

MENTAL-TIPP

Mach Dein Denken klar und einfach!



Von Ludger Schrimpf

Mach es einfach! Hinter dieser Aussage stecken zwei Botschaften: Komme ins Tun, werde aktiv und sammle Erfah- rung. Und als zweite Botschaft „Ma- che Dein Denken und Handeln ein- fach, klar und umsetzbar!“ All die komplizierten Gedankengänge mün- den nur dann in umsetzbares Han- deln, wenn Sie sich auf das Wesent- liche fokussieren, einen Kernsatz, und diesen intensiv erlebbar ma- chen mithilfe Ihrer Vorstellungskraft. Dann gelingt die Umsetzung in die Praxis am ehesten. Warum? Weil Ihr Fokus gepaart mit dem unbedingten inneren Wollen klar auf ein Ziel aus- gerichtet ist.

Um ins Tun zu kommen, braucht es die innere Überzeugung. Sie wollen z. B. aus gesundheitlichen Gründen Ausdauersport treiben, Laufen/Wal- ken, Radfahren oder Schwimmen. Für die erfolgreiche Umsetzung ist entscheidend, mithilfe der Vorstel- lungskraft sich klar zu fokussieren und dann den ersten Schritt zu tun (Information, Ausrüstung, Zeit ein- planen, aktiv werden). Erleben Sie täglich mithilfe Ihrer Vorstellungs- kraft, wie Sie Ausdauersport mit Ge- nuss treiben, umso einfacher ge- lingt Ihnen die Umsetzung.

Ludger Schrimpf, Mental-Fit-Experte und Coach aus Olpe, unterstützt Füh- rungskräfte, 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
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, Schülernhof 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
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.

Service vor Ort

**HIER KAUFEN
ICH GERN!**

Eine Initiative der WP

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.

BEHÖRDEN

LENNESTADT

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

WANDERN & AUSFLÜGE

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.

BERATUNG

OLPE

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

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

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

Sprechstunde des Kinderschutzbun- des: 16 bis 17 Uhr, im Büro des Kreis- verbandes, Kölner Straße 48, ☎ 02722 8089108. Es stehen Mitarbei- terinnen für alle Fragen und Probleme rund ums Kind, zur Verfügung.

ALTENHUNDEM

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

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

FINNENTROP

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