



HEUTE IM KREIS OLPE



Redaktion: 02761 89523
Ihre Ansprechpartnerin: Iris Schwarz

BLUTSPENDE

LISTERSCHIED

DRK: 17.30 bis 19.30 Uhr, Vereins-
haus Ihnetal, Wesetalstraße 29.

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.

Seniorengymnastik mit Margot
Krautwurst: 15 Uhr, jeweils im

DRK-Mehrgenerationenhaus, Löher-
weg 9, ☎ 2643.

FREIZEIT

OLPE

Treffen der Arbeitsamtssenioren: 15
Uhr.

Lesedämmerschoppen: 18 Uhr, für
alle am Lesen und der Literatur Inte-
ressierte, jeweils im DRK-Mehrgene-
rationenhaus, Löherweg 9.

IN KÜRZE

ALTENHOF

Wanderfreunde: Treffen zum Ab-
marsch am Samstag, 22. Oktober,
um 14.30 Uhr bei der Wanderstube
zur Gemeinschaftswanderung. Aus-
richter ist der Wanderverein Schönau-
Altenwenden.

OTTFINGEN

Ottfinger Chöre: Am Freitag, 21. Ok-
tober, proben gleich drei Chorforma-
tionen der Ottfinger Chöre. Beginnen
wird den Probenabend der Frauen-
chor um 16 Uhr. Darauf folgen die
Sängerinnen und Sänger von
„Stimmwerk“, um 17.30 Uhr. Die drit-
te Probe an diesem Tag hält der Män-
nerchor „Frohsinn“ um 19 Uhr.

FLAPE

Flaper Dorfgemeinschaft: Arbeitsein-
satz am Freitag, 21. Oktober, um 16
Uhr auf dem Dorfplatz. Folgende
Arbeiten müssen erledigt werden:
Rückschnitt der Sträucher, Säube-
rung des Platzes, Ausbau des Brun-
nens und Abbau des Baumes. Bitte
Arbeitsgeräte (Harke, Schaufel, Sche-
re) mitbringen.

NOTRUF

Feuerwehr/Rettungsdienst ☎ 112.

Polizei ☎ 110.

Krankentransport ☎ 19222.

Anonyme Alkoholiker ☎ 02722
6379774.

Giftnotruf NRW ☎ 0228 19240.

Weißer Ring ☎ 116006.

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.

BERATUNG

OLPE

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

Beratung rund um das Thema Pflege:
Pflegestützpunkte informieren umfas-
send, trägerunabhängig, wettbe-
werbsneutral. 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, Kol-
pingstraße 62, ☎ 02761 921 1511.

Beratungsstelle für Schwangere: Ka-
tholischer Sozialdienst, Mühlenstra-
ße 5, Olpe. Terminvereinbarungen,
Mo. bis Fr. 8.30 bis 12 Uhr und Di. u.
Do. 14 bis 16 Uhr. Außensprechstun-
de auch nach Vereinbarung in Lenne-
stadt und Attendorn, ☎ 02761
83680.

Beratungsstelle für Schwangere und
Schwangerschaftskonfliktberatung
„Mirjam“: 8.30 bis 12 Uhr, Löherweg
4, ☎ 02761 838717. Träger: Frauen-
würde 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 quali-
fizierter Tagesmütter und Kinderfrau-
en: 9 bis 12 Uhr, Wasserstraße 1 (1.
OG; Räume des DRK), während der
Sprechzeit, ☎ 02722 929024.

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.

Tageselternverein, Vermittlung quali-
fizierter Tagesmütter und Kinderfrau-
en: 16 bis 18 Uhr, Caritashaus, Gar-
tenstraße 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



Goldener Oktober

Bei einer Wanderung rund um das Unterbecken in
Rönkhausen hat unser Leser Ludger Müller dieses
Foto gemacht, das „den goldenen Oktobersonntag

widerspiegelt“ wie er schreibt.

Wenn auch Sie ein Foto für uns haben, schicken
Sie es an olpe@westfalenpost.de

Keine Lust auf Zigaretten

Bundesweiter Wettbewerb für Schulklassen startet

Kreis Olpe. Be Smart – Don’t Start, der bundesweite Wettbewerb für
rauchfreie Schulklassen, findet im
Schuljahr 2016/2017 zum 20. Mal
vom 14. November bis zum 28. Ap-
ril 2017 statt. Anmeldungen sind
bis zum 12. November möglich.

Die Prävention des Rauchens ist
für viele Schulen ein unverzichtba-
rer Bestandteil der modernen Ge-
sundheitserziehung und –förde-
rung. Der bundesweite Wettbe-
werb möchte einen Beitrag zur
schulischen Nichtraucherförde-
rung leisten. Und das nun schon im
20. Jahr.

Durch die Teilnahme bei Be
Smart soll Schülerinnen und Schü-
lern ein Anreiz gegeben werden,
gar nicht erst mit dem Rauchen an-
zufangen. Er richtet sich daher be-
sonders an die Klassen, in denen
noch nicht geraucht wird oder nur
einzelne Schülerinnen und Schü-
ler rauchen.

Rauchfrei bleiben

Be Smart ist für Schülerinnen und
Schüler der Klassenstufen sechs
bis acht konzipiert. Der Wettbe-
werb kann auch bereits in der fünft-
ten Klasse durchgeführt werden,
wenn Rauchen schon ein Thema in
der Klasse ist. Darüber hinaus kön-
nen auch ältere Klassen an dem
Wettbewerb teilnehmen, wenn sie
keine oder nur wenige rauchende



Nein zu Zigaretten. Es lohnt sich, gar nicht erst anzufangen. Genau darum geht es
auch im Schüler-Wettbewerb.

FOTO: PRIVAT

Schülerinnen oder Schüler haben.
Wenn in der Klasse bereits mehr als
10 Prozent der Schülerinnen und
Schüler regelmäßig rauchen, ist
von einer Teilnahme am Wettbe-
werb abzuraten.

Rauchfrei sein in diesem Zusam-
menhang heißt: Die Klasse sagt
„Nein“ zu Zigaretten, E-Zigaret-
ten, Shishas, E-Shishas, Tabak und
Nikotin in jeder Form.

Die AOK möchte die Jugendli-
chen mit dem europaweiten Nicht-
raucher-Wettbewerb „Be smart –
Don’t Start“ unterstützen. Die
Schirmherrschaft hat erneut Diet-
mar Meeser übernommen, der
stellv. Landrat des Kreises Olpe.

Die Schülerinnen und Schüler
können sich auch künstlerisch mit
dem Thema auseinandersetzen.
Gedichte, Videos, Fotostrecken
oder Gemälde, der Kreativität sind
keine Grenzen gesetzt. Gute Chan-
cen auf einen der zahlreichen Ge-
winne für die Klassenkasse sind ga-
rantiert.

! Anmeldungen sind auch online
möglich: [https://www.bes-
mart.info/be-smart/](https://www.bes-smart.info/be-smart/). Der Wettbe-
werb wird neben der AOK u.a. durch
die Deutsche Herzstiftung, die Deut-
sche Krebshilfe und durch die Bun-
deszentrale für gesundheitliche Auf-
klärung (BzgA) gefördert.

Vorsorge sichert den Bonus

Kassenzuschuss für Zahnersatz erhöht sich bei regelmäßigem Arztbesuch

Kreis Olpe. Rund 900 Euro durch-
schnittlich müssen gesetzlich Versi-
cherte in Nordrhein-Westfalen
selbst bezahlen, wenn sie Zahn-
ersatz benötigen. Knapp 1700 Euro
kamen so 2014 pro Patient zusam-
men, wie der Barmer GEK Zahnre-
port 2016 zeigt. „Versicherte können
durch den regelmäßigen Gang zum
Zahnarzt einen höheren Zuschuss
von ihrer Krankenkasse erhalten“,
erläutert Dieter Dyllus, Geschäfts-
führer der Barmer GEK in Olpe. Al-
lerdings nutzen nicht alle Bürger aus

dem Kreis Olpe die Zahnvorsorge
als Chance, ihren Kassen-Bonus zu
erhöhen. „Gerade einmal rund 72
Prozent der gesetzlich Versicherten
aus dem Kreis Olpe waren 2014
beim Zahnarzt. Viele verschenken
damit unnötig ihren Zuschuss“, er-
klärt Dyllus. Schlechter sieht es in
den benachbarten Regionen aus: Im
Kreis Siegen/Wittgenstein und im
Märkischen Kreis ließen ca. 70 Pro-
zent der gesetzlich Krankenversi-
cherten ihre Zähne untersuchen.
Gesetzliche Krankenkassen über-

nehmen bei Zahnersatz grundsätz-
lich die Hälfte der sogenannten Re-
gelversorgung. Der Gesetzgeber hat
zwar einen Eigenanteil vorgesehen –
dieser lässt sich jedoch mit wenig
Aufwand reduzieren. Denn der Fest-
zuschuss der Krankenkasse erhöht
sich bei Vorsorgeuntersuchungen in
den letzten fünf Jahren um 20 Pro-
zent, bei zehn Jahren sogar um 30
Prozent. „Wer 2016 noch keinen
Stempel im Bonusheft hat, sollte
jetzt einen Termin beim Zahnarzt
vereinbaren“, sagt Dyllus.

MENTAL-TIPP

Abenteuer und Neues wagen



Von Ludger Schrimpf

Vor kurzem war ich
bei einem Live-
Vortrag von Joey Kelly,
Mitglied der legendä-
ren Musikgruppe The Kelly Family
und Extremsportler. Er sprach zum
Thema „No Limits“ (keine Grenzen).
Kelly ist schon ein verrückter Typ,
aber unbestritten sind die großen
Erfolge der Kelly Family und seine
extremen Leistungen im Ausdauer-
bereich.

Wie macht Joey Kelly das? Zwei Din-
ge sind mir hängen geblieben, die
grundlegende Voraussetzung sind:
„Verlasse immer wieder die Komfort-
zone Deines Lebens und wage
Abenteuer!“ Und „Gib mehr, als Du
nimmst!“

Mit den Erfahrungen außerhalb der
von uns „eingerichteten Komfort-
zone“ wachsen die Herausforderun-
gen und Möglichkeiten unseres Le-
bens, wir erreichen mehr und kom-
men weiter. Es braucht lediglich Ihre
Bereitschaft, etwas Neues zu wa-
gen.

Zudem werden Sie immer bereitwil-
liger, zu investieren bzw. zu geben,
um die Erfolge zu ernten. Sie geben
mehr und gerne, um dadurch ganz
neue Lebens- und Handlungspers-
pektiven zu empfangen. Das ist ein
lohnenswertes Lebens- und Ge-
schäftsmodell.

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, Schüldernhof 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.

Anzeige

WWW.KUECHENART-SIEGERLAND.DE

KÜCHENArt

GANZ NACH IHREM GESCHMACK

GEWERBEGEBIET WILHELMSHÖHE
GEWERBESTRASSE 11 · 57258 FREUDENBERG
TELEFON 0 27 34 / 4 37 70 80

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.

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