



HEUTE IM KREIS OLPE



Redaktion: 02761 89523
Ihre Ansprechpartnerin: Iris Schwarz

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.

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

VEREINE & VERBÄNDE

BLECHE

St. Josef Schützenbruderschaft:

Treffen zur Beerdigung von Reinhard Fernholz am Freitag um 13.15 Uhr vor der evangelischen Kirche in Valbert, ohne Uniform.

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 zum Ausklang im Wanderheim.

KINO-PROGRAMM

OLPE

- Cineplex
Franziskanerstr. 44, ☎ 02761 947380
- Bo und der Weihnachtsstern, 14.30, 16.30 Uhr.
 - Burg Schreckenstein II - Küssen (nicht) verboten, 15, 18.30 Uhr.
 - Coco - Lebendiger als das Leben 3D, 14.45, 17.30 Uhr.
 - Fack Ju Göhte 3, 14.45, 20.15 Uhr.
 - Flatliners, 20.15 Uhr.
 - Girls Trip, 17.30 Uhr.
 - Happy Deathday, 20.30 Uhr.
 - Justice League 3D, 20 Uhr.
 - Mord im Orient Express, 20.15 Uhr.
 - Paddington 2, 15, 17.30 Uhr.
 - Unsere kleine Schwester, 17.30 Uhr.

LENNESTADT

- Lichtspielhaus
Hundemstr. 57, ☎ 02723 959590
- Coco - Lebendiger als das Leben, 15.30, 19 Uhr.
 - Coco - Lebendiger als das Leben 3D, 17 Uhr.
 - Double Feature: Star Wars: Das Erwachen der Macht + Star Wars: Die letzten Jedi, 21.30 Uhr.
 - Fack Ju Göhte 3, 17.45 Uhr.
 - Hexe Lilli rettet Weihnachten, 15.15 Uhr.
 - Maleika, 17 Uhr.
 - Mord im Orient Express, 20 Uhr.
 - Paddington 2, 15.15 Uhr.
 - Star Wars: Die letzten Jedi 3D, 23.59 Uhr.
 - Unsere kleine Schwester, 20 Uhr.

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, trägerunabhängig, 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.

Caritas-AufWind: 9 bis 12 Uhr, Am Kirchplatz 6, ☎ 02722 6579290.

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.

FINNENTROP

IN VIA Erwerbslosenberatungsstelle: 9 bis 12 Uhr, ☎ 02721 6025831, Caritas-Beratungshaus, Bamenohler Straße 248.

FREIZEIT

OLPE

Jahrgang 1934/35 (Frauen): Treffen heute ab 18 Uhr im Hotel Altes Olpe.

DROLSHAGEN

Volksliedersingkreis: Treffen heute von 18 bis 19.30 Uhr im Brunnensaal des Heimathauses. Es werden Lieder zur Advents- und Weihnachtszeit gesungen. Infos unter ☎ 02761 62485.

LESERFOTO



Ein Festessen für Gartenvögel

„Wie in jedem Jahr“, schreibt Thomas Vollmert aus Rönkhausen, „schmücke ich im Advent einen kleinen Weihnachtsbaum für meine Gartenvögel. Statt Kugeln hängen dort Meisenknödel und Meisenrin-

ge. Das kommt bei den Vögeln gut an und so kommen sie gut durch die kalte Jahreszeit.“
Fotos für diese Rubrik senden Sie bitte an olpe@westfalenpost.de

FOTO: THOMAS VOLLMERT

Effektiver heizen

Verbraucher können von staatlichem Förderprogramm profitieren. Viele Pumpen gelten als Stromfresser

Lennestadt. Verbraucher können von einem Förderprogramm des Bundesministeriums für Wirtschaft und Energie profitieren: Mit 30 Prozent bezuschusst das Ministerium seit August 2016 die Einbau- und Investitionskosten von Maßnahmen, die die Heizungsanlage eines Gebäudes energetisch optimieren. Aktuell entfallen rund 35 Prozent des Energieverbrauchs in Deutschland auf den Gebäudesektor. Insbesondere bei der Wärmeversorgung von Gebäuden lässt sich die Energieeffizienz steigern.

Zu fast jeder Heizungsanlage gehört eine Heizungsumwälzpumpe. „Ein Großteil der eingesetzten Pumpen sind Stromfresser. In Ein- und Zweifamilienhäusern verursachen sie bis zu zehn Prozent des Haushaltsstromverbrauchs. Durch den Einbau einer modernen Hocheffizienzpumpe lassen sich davon bis zu zwischen 60 und 80 Prozent sparen“, weiß Diplom-Ingenieur Eric Jepsen, Energieberater der Verbraucherzentrale in Lennestadt. Auch die Warmwasserverteilung im Heizkreislauf lasse sich oftmals verbessern. „Ein hydraulischer Abgleich sorgt dafür, dass sich das Wasser und damit die Wärme im Gebäude ideal verteilt. Die Kombination aus Pumpentausch und hydraulischem Abgleich führt zum bestmöglichen Ergebnis.“



Der Dreh an der Heizung im Winter: Die energetische Sanierung wird bezuschusst

FOTO: LARS FRÖHLICH

Für genau solche Investitionen stellt das Ministerium nun Fördergelder bereit. Konkret gibt es die Zuschüsse für den Ersatz von Heizungsumwälz- und Warmwasserzirkulationspumpen, die älter als zwei Jahre sind. „Eine Liste der förderfähigen Hocheffizienzpumpen ist auf der Internetseite des Bundesamts für Wirtschaft und Ausfuhrkontrolle veröffentlicht“, sagt Jepsen. Die Internetadresse lautet: www.bafa.de/bafa/de/energie/heizungsoptimierung. Neben dem hydraulischen Abgleich sind weitere Maßnahmen förderfähig, die dafür sorgen, dass das Gebäude effizi-

enter beheizt wird. Dies können zum Beispiel die Installation von Thermostatventilen oder eines Pufferspeichers und/oder die optimale Einstellung der Heizkurve sein.

Fördervolumen: 1,9 Milliarden Euro

Die wichtigsten Informationen zum Förderprogramm sind ebenfalls auf der Internetseite des Bundesamts für Wirtschaft und Ausfuhrkontrolle zusammengefasst. Dort findet sich auch der Förderantrag. Das Programm ist bis zum Jahr 2020 befristet und umfasst ein Fördervolumen von insgesamt circa 1,9 Milliarden Euro.

Wenn Sie mehr darüber erfahren möchten, wir Sie Ihr Gebäude energetisch fit machen können und welche Fördermöglichkeiten es gibt: Informationen und Beratungstermine gibt es an der Energie-Hotline ☎ 0211/33996555 und unter www.verbraucherzentrale.nrw/energieberatung. Die Beratungsstelle Lennestadt nimmt Terminanfragen unter 02723/719570 entgegen. Pro halbstündigem Termin kostet die Beratung 5 Euro, bei Vorlage entsprechender Nachweise ist die Beratung kostenlos. Am 21. Dezember sind noch Termine frei. Die Energieberatung der Verbraucherzentrale wird gefördert vom Bundesministerium für Wirtschaft und Energie.

MENTAL-TIPP

Mit Flexibilität nach vorne



Von Ludger Schrimpf

Flexibel zu sein bedeutet, beweglich und veränderungsbereit zu sein. Es ist die hohe Kunst, sich veränderten Bedingungen anpassen und sie möglichst erfolgreich gestalten zu können. Evolutionär betrachtet sind wir Menschen das Ergebnis einer natürlichen Flexibilität und Anpassungsfähigkeit an die Lebensbedingungen. Dieser Dynamik unterliegen wir täglich im Leben: Unsere Lebensumstände zu gestalten und zu entwickeln. Dieser Herausforderung begegne ich ständig in meiner Arbeit mit Kunden. Dabei wird immer wieder klar: Flexibilität bringt sie nach vorne, mentaler Stillstand in Erstarung und ins Abseits. Dementsprechend lockere ich meine Kunden und öffne sie für mehr Flexibilität in ihrem Leben. Diese Dynamik ist voller Energie und neuer Lösungen.

Das führt zwangsläufig zum Überdenken von Einstellungen, Werten und Zielausrichtungen, doch zu immer mehr Flexibilität und innerer Freiheit. Die internationale Arbeit als Coach zeigt mir, wie unterschiedlich wir Situationen einschätzen und bewerten können. Wenn Sie sich diesem „Pool“ öffnen, werden Sie eine Dynamik entfalten, die Sie in neue Dimensionen führt.

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
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
SERVICE VOR ORT:
LeserService, Westfälische Str. 13
57462 Olpe; mit Ticketverkauf
Öffnungszeiten:
mo bis fr 9-18.30 Uhr, sa 9-13 Uhr
LeserService, Schildernhof 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 Spies (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 9662-22
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.