

HEUTE IM KREIS OLPE

Redaktion: 02761 89523
Ihre Ansprechpartnerin: Iris Schwarz

WANDERN & AUSFLÜGE**DAHL-FRIEDRICHSTHAL**

SGV: Der Hüttenabend am Donnerstag, 8. März, fällt witterungsbedingt aus.

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.

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-Mehr-generationenhaus, Löherweg 9.

FREIZEIT**ATTENDORN**

Single-Frauen: Treffen am Freitag, 9. März, um 12 Uhr im Hotel zur Post.

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.

KINO-PROGRAMM**OLPE**

Cineplex
 Franziskanerstr. 44, 02761 947380
 ► Aus dem Nichts, 17.30 Uhr.
 ► Black Panther 3D, 20 Uhr.
 ► Die Biene Maja - Die Honigspiele, 15, 17 Uhr.
 ► Die Kleine Hexe, 14.45 Uhr.
 ► Die Verlegerin, 17.30 Uhr.
 ► Game Night, 15, 20.45 Uhr.
 ► Heilstätten, 19 Uhr.
 ► Operation: 12 Strong, 20.15 Uhr.
 ► Red Sparrow, 17, 20 Uhr.
 ► Vielmachglas, 20.15 Uhr.
 ► Wendy 2 - Freundschaft für immer, 14.45 Uhr.

LENNESTADT

Lichtspielhaus
 Hundemstr. 57, 02723 959590
 ► Aus dem Nichts, 20 Uhr.
 ► Black Panther 3D, 17.15, 20 Uhr.
 ► Der wunderbare Garten der Bella Brown, 15.30 Uhr.
 ► Die Biene Maja - Die Honigspiele, 15 Uhr.
 ► Die Biene Maja - Die Honigspiele 3D, 16.45 Uhr.
 ► Fifty Shades of Grey - Befreite Lust, 18.45 Uhr.
 ► Game Night, 16, 20.45 Uhr.
 ► Red Sparrow, 17.45, 20.15 Uhr.
 ► Wendy 2 - Freundschaft für immer, 15 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 umfangreich, 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, Mühlstraße 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, 02761 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.

ALTENHUNDEN

Krebs hilfegruppe: 14.30 bis 16.30 Uhr, jeden 2. und 4. Mittwoch im Monat, St. Josefs-Hospital, Uferstraße. Kontakt: 02723 67408 oder: 73487.

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

LENNESTADT

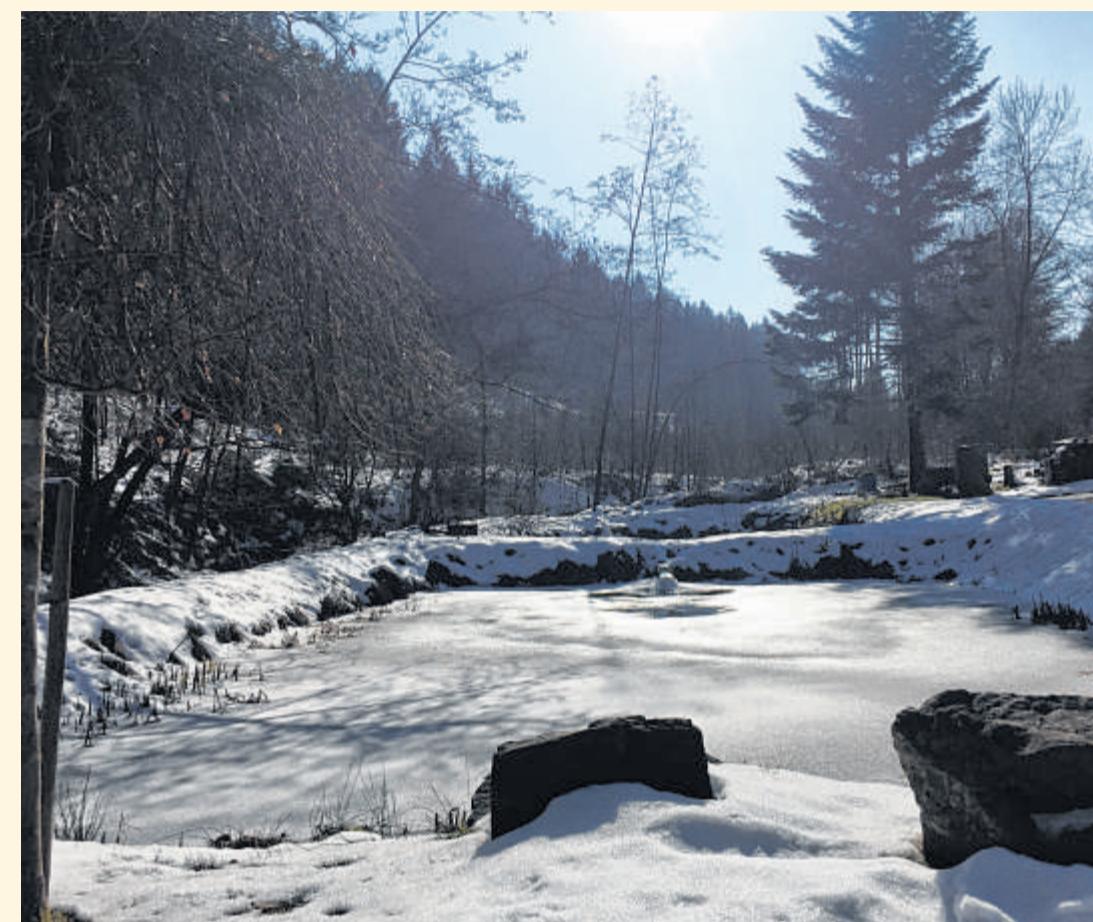
Caritas-AufWind: 9 bis 12 Uhr (für Lennestadt und Kirchhundem) Gartenstraße 6, 02723 68891-3110.

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.

LESERFOTO**Eis auf dem Berndebach**

Nachmittagssonne in Neuenhof: Diese schöne Aufnahme ist Inge Wurm am Berndebach gelungen.

Fotos für diese Rubrik bitte per Email an die Redaktion in Olpe unter olpe@westfalenpost.de. FOTO: WURM

MENTAL-TIPP**Konzentrieren auf das Wesentliche**

Von Ludger Schrimpf

Ich erlebe es immer wieder als große Herausforderung, den Fokus auf die Dinge zu lenken, die uns zentral wichtig sind. Das kann natürlich wechseln je nach Alter, Lebensumständen und Aktualität. Doch immer ist der entscheidende Punkt für volle Energie und Erfolg, dass die Dinge mit uns übereinstimmen und die Motivation von innen kommt. Diese Beziehung zwischen Ihnen und dem Ziel entscheidet über Energie, Erfolg oder Misserfolg.

Tausend Dinge können uns zerledern, ein Gefühl von Erschöpfung und Leere erzeugen, weil wir viel Energie verbraucht haben für Dinge, die wir eigentlich nicht tun wollten. Warum? Weil wir uns ablenken lassen von dem Fokus auf die eigenen zentralen Lebensziele. Es lohnt sich, die Aufmerksamkeit auf sich selbst zu lenken und zu erleben, was Sie bewegt, berührt, antreibt und motiviert. Diese Punkte sind zentral in Ihrem Leben, sie sind wohltuend, heilsam und stärkend. Wenn Sie den Fokus darauf lenken, wird die Beziehung zu Ihren Zielen immer stärker. In der Folge können Sie gar nicht mehr anders, als Ihre Energie voll darauf zu konzentrieren.

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 6-18 Uhr, sa 6-14 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, 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 9-13 und 14-18 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:

Heribert Spies (verantwortlich)
 Roland Vossel, Michael Alexander,
 Josef Schmidt, Flemming Krause 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.

LESERBRIEF**Golfausstattung passt nicht mehr****Diesel-Fahrverbote.**

Was kaum einer glauben wollte, ist nun Wirklichkeit geworden. Fahrverbote für Diesel-Pkw zum Schutz der Gesundheit der Bürger müssen im Bedarfsfall angeordnet werden.

Den armen Dieselfahrern sollte nun auf Kosten der Autoindustrie dringend geholfen werden. Eine Hardware-Verbesserung muss eingebaut werden. Sie wird auch preiswerter

ausfallen als angekündigt. In den Kofferraum kommt ein ordentlicher Harnstofftank aus Plastik, und unter das Fahrzeug der SRC-Kat mit der Einspritzung. Es werden einige Löcher in den Fahrzeugboden gebohrt, Leitungen und Kabel verlegt.

Das ist schon alles, die Golfausstattung passt dann allerdings nicht mehr in den Porsche-Cayenne-Kofferraum.

**Rainer Tschornia,
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.