Magazin für Brilon | Olsberg | Bestwig

Sauerländer

www.sauerlaender.com

Mai | 2013

Echse und „Herrchen"

Puppenspieler Michael Hatzius gastiert in Brilon

monatlich | kostenlos

IMPRESSUM
Die Illustrierte für Olsberg | Bestwig | Brilon und Meschede – im 15. Jahrgang

erscheint bei:
F.K.W. Fachverlag für Kommunikation und Werbung GmbH

Nelmannwall 4 | 59494 Soest
Telefon: 02921 – 3609-0
Fax: 02921 – 3609-29
Email: info@fkwverlag.com
Herausgeber:
Rüdiger Deparade
Anzeigen:
Rüdiger Deparade
(verantw.)
DTP-Satz:
F.K.W. Fachverlag GmbH
Telefon: 02921 – 3609-0
Druck: Senefelder Misset, Doetinchem
Erscheinungsweise: monatlich, immer zum 1. Samstag eines Monats
Erfüllungsort: Soest. Abdruck von Veranstaltungshinweisen kostenlos, jedoch ohne Gewähr. Für unverlangt eingeschickte Manuskripte und Fotos wird keine Haftung übernommen. Von uns gestaltete Anzeigen sind urheberrechtlich geschützt und dürfen nur mit unserer ausdrücklichen schriftlichen Genehmigung weiterverwendet werden.
Auflage: 16.500

Tielbild: Puppenspieler Hatzius kommt mit seiner Echse nach Brilon.

Liebe Leserinnen und Leser,

Was dem Rheinländer der Karneval ist dem Westfalen das Schützenfest: Gegner rümpfen die Nase angesichts marschierender Schützen in grünen oder schwarzen Röcken, Freunde der Traditionsveranstaltung richten ihre Urlaubsplanung nach diesem besonderen Ereignis im Dorf- und auch im Stadtgeschehen. „Der beste Zeitpunkt Kontakte zu knüpfen“, empfehlen sie Neubürgern, Alteingesessene schwören auf Geselligkeit und Miteinander der Generationen, „Ehemalige“ kommen, um alte Freunde zu treffen und mit ihnen zu feiern.

Die „Saison“ dauert von Ende April bis Ende September: Wer Schützenfest erleben will, hat dazu an jedem der kommenden Wochenenden ausreichend Gelegenheit. Ausgerechnet das Phänomen „Schützenfest“ hatten sich Bürokraten zum Ziel gemacht, als sie still und heimlich die Schießstandsrichtlinien überarbeiteten. Der Korpus der Schützenvögel darf künftig nur noch aus einem acht statt bisher 15 Zentimeter dicken Weichholzkern bestehen, hieß es. „Das ist eher eine Taube oder ein Spatz als ein Adler“, wetterten viele Schützen. Aus einem so kleinen Kern könnten die Vogelbauer keinen Adler mit einer Spannweite von deutlich mehr als einem Meter bauen“, hieß die Kritik, die in Westfalen laut wurde, als die Berliner Behördenposse bekannt wurde.

„Ein derart behördlich gerupfter Adler würde beim ersten Treffer komplett von der Stange fallen“, hieß die Einschätzung, die sich auch bei der Zukunft der Königswürde schnell einig war: „Da müsste sich der Pastor vom Bischof die Absolution holen, Schützenkönig werden zu dürfen. Denn spätestens beim zweiten Ehrenschuss fällt der Vogel“, dachten die Schützen auch an die Bürgermeister, deren Chance beim Ehrenschuss deutlich in Richtung Königskette tendierte.

Der Protest zeigte erstaunliche Wirkung: Innerhalb einer guten Woche war die Neuregelung vom Tisch, der Adler darf auch in diesem Jahr „westfälische Dimension“ haben.

Allen Schützen ein „Horrido“ zur Festsaison, allen Lesern einen guten Start in die schöne Jahreszeit wünscht Ihr Team vom SAUERLÄNDER!

Die Echse und ihre Freunde

Puppenspieler Michael Hatzius kommt nach Brilon

Die Echse ist ein Urgestein der internationalen Kulturlandschaft und war von Anfang an dabei. Egal worum es geht. Puppentheater vom Feinsten wird am 5. Mai im Bürgerzentrum Brilon geboten. Dann kommt mit der Echse auch „Herrchen“ Michael Hatzius.

Weit mehr als 2.000 Jahre alt, gründete die Echse einst gemeinsam mit Aristoteles, den sie noch heute liebevoll „Ari“ nennt, das erste Theater der Welt, hat aber schon lange davor durch eigenhändige Zellteilung der Evolution auf die Sprünge geholfen.

Puppentheater lehnt die Echse zwar grundsätzlich ab, führt jedoch mit ihrem selbstgebauten Echsenmodell die

Zuschauer immer wieder großzügig in die grundlegenden Geheimnisse der Puppenspielkunst ein. Die Echse nutzt dabei ihr vielseitiges Wissen jedoch nicht nur, um vergangene und aktuelle aufregende Geschehnisse zu reflektieren sondern besitzt ebenso überraschende hellseherische Fähigkeiten. So wagt sie manchmal live ein Blick in die Zukunft des Publikums. Wenn der Berliner Puppenspieler Michael Hatzius, in seiner Rolle als zwiespältiger Brandschutzbeauftragter „Jens Schirner“, moderierend durch die gut zweistündige Soloshow führt, hat er jedoch nicht nur das mertkwürdige und manchmal auch sympathische Urzeitreptil im Gepäck. Auch ein Huhn, zwei Spinnen sowie viele weitere Gesellen wollen ans Licht des Geschehens - und drohen zu scheitern.

Wohin der Abend führt? Man wird es auch in Brilon erleben. Denn die lustvolle Interaktion mit dem Publikum, die Einladung zum gemeinsamen Erlebnis jenseits aller Standards, die Wachheit für die Geschehnisse und Energien des Moments ist das Zentrum der Spielweise von Michael Hatzius. Der verspricht: Ein tierischer Abend mit reptilem Humor, der die Zuschauer - trotz Brandschutz - entflammen wird. Das Bürgerzentrum und sein Publikum werden einen aufregenden Abend erleben.

St. Georg-Schützen feiern über Fronleichnam

Mescheder Schützen laden vom 29. Mai bis 1. Juni zum Hochfest ein

Meschede. (pb) Über Fronleichnam feiern die St. Georg-Schützen Meschede in der Innenstadt ihr Fest. Die Kreisstädter laden die Bevölkerung von Mittwoch, 29. Mai, 12 Uhr, bis zum Samstag, 1. Juni, 15 Uhr, in und um die große Halle an der Schützenstraße ein.

Am Mittwoch tritt der Vorstand um 15.10 Uhr am Rathaus an, um den König abzuholen. Anschließend erfolgt der Marsch zum Kreishaus. Hier wird dem Landrat ein Ständchen gebracht.

Schützenkönig Martin Schültke eröffnet nach der Messe offiziell das Fest. Gegen 20.30 Uhr zieht der Vorstand mit der Musik in die Schützenhalle ein. Hier werden dann neben dem König auch die Jubilare für 50 und mehrjährige Mitgliedschaften geehrt. Anschließend Tanz.

Der Donnerstag startet mit der Fronleichnamsprozession. Nachdem die Züge West, Ost und Nord am Nachmittag auf dem Stiftsplatz eingetroffen sind, folgt der große Ausmarsch über die Warsteiner Straße, zurück zum Ruhrplatz, über die Steinstraße, Zeughausstraße, Schützenstraße in die Halle. Der Tag wird mit dem „Großen Festball“ abgeschlossen.

Am Freitagvormittag naht endlich die Stunde des Vogelschießens. Dann werden die Nachfolger von Martin Schültke und dem Jungschützenkönig Marcel Zoglowek gesucht.

Um 19.30 Uhr beginnt der Schützenball. Dann wird auch der neue Regent eingeführt, die ausscheidenden Vorstandsmitglieder verabschiedet sowie die neuen Vorständler vorgestellt.

Am Samstag endet das Fest um 13.30 Uhr mit der Aufführung des „Großen Zapfenstreichs“.

„Klassisch“ ist Spargel immer wieder gut

Edelgemüse hat Saison: Genuss bis zum Johannistag

Weiß, grün und violett - Spargelfans machen vor keiner Farbe halt, wenn von Ende April/Anfang Mai bis zum 24. Juni, dem Johannistag, allerorten frischer Spargel aus deutschen Landen angeboten wird.

In der ganzen Welt lieben Menschen den Grünen Spargel, im deutschsprachigen Raum wird dagegen eher die weiße Variante bevorzugt. Es gilt also, die wenigen Wochen zu nutzen und dem Spargel-Genuss möglichst intensiv zu frönen. Dann geht der Spargel zur Erholung in den „Sommerslaf“. „Spargel klassisch“ ist immer noch eine sehr beliebte Variante, die in vielen Restaurants auf den Tisch kommt.

Foto: Meggle

Zutaten für 4 Personen: 2 kg weißer Spargel, Salz, Zucker, Zitronensaft, 2 EL Butter, 250 Gramm Sauce Hollandaise, 500 g gekochter oder geräucherter Schinken, 800 g neue Kartoffeln

Zubereitung: Spargel schälen und holzige Enden abschneiden. Spargel in vier Bündel teilen und mit Küchengarn jeweils zusammenbinden. Die Kartoffeln waschen, in einen mit Wasser gefüllten Topf geben, mit einer Prise Salz würzen und 20 bis 25 Minuten kochen. Für die Zubereitung des Spargels Wasser mit Salz, Zucker, Zitronensaft und Butter zum Kochen bringen und Spargel darin 15 bis 20 Minuten garen, anschließend Küchengarn vom Spargel entfernen. Sauce Hollandaise zubereiten oder als Fertigprodukt einsetzen und erwärmen. Nach Wunsch Spargel mit gekochtem Schinken umwickeln und auf Tellern anrichten. Dazu Sauce Hollandaise und Kartoffeln servieren.

Frau Höpker bittet zum Gesang

Singen und Singen lassen – ein musikalisches Erlebnis in Brilon

Kein Chor, der sich regelmäßig zum Üben trifft, kein Karaoke-Singen, bei dem sich Einzelne vor einer Videoleinwand produzieren – wer sich von Frau Höpker zum Gesang bitten lässt, kann sich auf Einiges gefasst machen, das einfach anders ist: Auf das spontane Aufeinandertreffen vieler Stimmen und Stimmlagen, auf eine mitreißende Mischung bekannter Lieder und Songs – und darauf, dass alle im Publikum aktiver Teil der Veranstaltung sind und diese mitgestalten. Eine Kostprobe gibt es am 4. Mai im Bürgerzentrum Brilon.

Strahlende Augen und ein Erlebnis, das heute glücklich macht und Erinnerungen von gestern weckt – so formuliert die Profimusikerin das Ziel, mit dem sie jede Veranstaltung detailliert vorbereitet. Drei Sets à 30 Minuten werden gespielt und von ihr mit Stimme und E-Piano geleitet und begleitet. Es wird vieles gesungen, aber nicht alles, das auf den Wunschlisten der Sänger steht. Denn nicht jeder Song eignet sich dazu, nur von Stimmen und Klavier interpretiert und für eine allgemeine Tonlage adaptiert zu werden – und nicht jeder Song kann von Jeder und Jedem gesungen werden. Grenzgänge in der musikalischen Auswahl sind trotzdem beliebt.

Schließlich hilft Frau Höpker über die Passagen hinweg, in denen sich Ungeübte schon mal in den an die Wand projizierten Textmengen verhaspeln, oder in denen sie eine Lachpause brauchen, weil der tatsächliche Text des Liedes doch irgendwie anders ist, als man bisher meinte. Ebenso interessant ist an eigener Stimme festzustellen, wie gering oder wie weit der Weg zum Profi ist. Während Frau Höpker lässig das Saxophon mimt, oder da einspringt, wo eine weitere Stimme gebraucht wird, kann das Spektrum an Höhen oder Tiefen in Erstaunen versetzen.

Goldkehlchen und Brummer – das Konzept klingt ungewöhnlich, ist aber vielleicht gerade deshalb so unwiderstehlich: Willkommen sind alle, die sich nicht für eine Show bewerben, sondern mit Spaß gemeinsam mit anderen singen. Frau Höpker versprüht dabei so viel Charme und gute Laune, dass sich ihr niemand entziehen kann. „Empfänglich sind die Menschen über ihre Ohren. Für jeden gibt es Lieder und Songs, die eng mit der eigenen Biografie verknüpft sind. Das weckt Erinnerungen und Emotionen – und bei der Programmzusammenstellung suche ich danach!“, erklärt die ausgebildete Sängerin und Pianistin.

„Frau Höpker ist Kult“ sagen die zahlreichen Teilnehmer, die regelmäßig wieder kommen. So ist das originale Format, das sie ursprünglich als Pilotveranstaltung für den Kölner Freundeskreis erfand, heute zum Kult-Event avanciert, das mittlerweile in Nordrhein-Westfalen große Säle füllt. Charakteristisch für die regelmäßigen offenen Einladungen sind wechselnde Locations, von der Eckkneipe bis zum Festsaal, diesmal im Bürgerzentrum.

Aus kontrolliert integriertem Anbau!
ab Mai wieder!
Frischer Spargel
auf Wunsch auch geschält.
OBI in Brilon
und gegenüber
HIT in Olsberg
Spargelkulturen Gebr. Grewing
33129 Delbrück - Tel. 02948/1256

Sicherheit ist bezahlbar,
sie nicht zu haben,
ist unbezahlbar
VERKEHRSÜBUNGSANLAGE
Kaiserkuhle
Buchen Sie jetzt!
Motorradsicherheitstraining
am 01.05., 05.05., 20.05. o. 30.05.
Hüding 35 Tel: 02952/2880 Mobil: 0172/2342800
59602 Rüthen Fax: 02952/3959 Mail: g.frisse@kaiserkuhle.de

Arbeitnehmer und Rentner
betreuen wir von A - Z

im Rahmen einer Mitgliedschaft
bei der **Einkommensteuererklärung,** wenn Sie Einkünfte ausschließlich aus nichtselbstständiger Tätigkeit haben und die Nebeneinnahmen aus Überschusseinkünften (z.B. Vermietung) die Einnahmegrenze von insgesamt 13.000 bzw. 26.000 € nicht übersteigen.

Beratungsstelle Ramsbeck • Ansprechpartnerin: Frau Scholz-Hermes, Raviele 2, Ramsbeck • Tel. (02905) 461
kostenloses Info-Tel. 0800 - 1817616, info@vlh.de, www.vlh.de

A. Steiger GmbH
Steuerberatungsgesellschaft

Mechthild Muschik
Steuerberaterin

Norbert Rieping
Steuerberater

In der Helle 23 a
59929 Brilon

Telefon 0 29 61 / 97 15-0
Telefax 0 29 61 / 97 15-24

www.steiger-brilon.de
E-Mail: a-steiger-brilon@etl.de

Sascho kommt zum Muttertag

Oberkrainer-Enkel spielt und sing in der Konzerthalle Olsberg

Das Talent ist Saso Avsenik in die Wiege gelegt worden: Sein Opa ist Musikerlegende Slavko Avsenik, der „Erfinder“ des Oberkrainer-Sounds. Voller Frische und Begeisterung tritt der Enkel nun sein musikalisches Erbe an. Zusammen mit seinen Oberkrainern gastiert Saso – ausgesprochen „Sascho“ - zu Muttertag in der Konzerthalle Olsberg. Karten für dieses mitreißende Konzert sind ab sofort erhältlich.

Oberkrainer-Musik steckt voller Temperament und Feuer. Virtuos gespieltes Akkordeon dominiert Polkas, Walzer und Märsche, die nicht selten mit Jazzelementen versetzt sind. Slavko Avsenik machte diesen fesselnden Stil weltberühmt: Mehr als 35 Millionen Platten haben seine Original Oberkrainer verkauft.

Umso glücklicher ist der 82-jährige Großmeister, dass Saso die Tradition fort führt. In typisch „avsenikscher“ Körperhaltung fliegen die Finger des 18-Jährigen über die Tasten des Akkordeons. Auch das Team kann sich sejen lassen: Die sieben jungen Musiker entwickelten sich in ihrer Heimat Slowenien innerhalb kürzester Zeit zum Top-Act. In Andy Borgs „Musikantenstadl“ feierten sie TV-Premiere und heimsten bereits das „Musi-Edelweiß“ des ORF als Newcomer des Jahres 2012 ein. Sasos Vater Gregor Avsenik, ein Ausnahme-Gitarrist, unterstützt ab und an die Gruppe – auch als Solo-Spieler.

In Olsberg präsentieren Saso Avsenik und seine Oberkrainer am 12. Mai einen Strauß unvergänglicher Melodien: das „Trompetenecho“, „Auf der Autobahn“, „Hinterm Hühnerstall“, „Feuerwehrpolka“, „Großglocknerblick“ und viele weitere beschwingte Oberkrainer-Hits. Der Konzerttitel ist zugleich Programm und zeugt von großer Authentizität: „Es ist so schön, ein Musikant zu sein!“

Im Eintrittspreis sind zwei Stücke Kuchen und Kaffee enthalten – für einen gemütlichen Muttertags-Nachmittag ab 14 Uhr. Das Konzert beginnt um 16 Uhr. Tickets gibt es im Vorverkauf bei der Olsberg-Touristik und unter Telefon 02962/97370.

Geld beim Finanzamt abholen

Einkommensteuererklärung für 2012 bis 31. Mai einreichen

Das Geld für den Sommerurlaub – oder zumindest ein Teil davon – liegt beim Finanzamt. Allerdings erhält es nur derjenige, der seine Einkommensteuererklärung fristgerecht abgibt. Die Steuererklärung für 2012 muss bis zum 31. Mai 2013 beim Finanzamt eingereicht werden. Wer die Steuererklärung mit Hilfe eines Steuerberaters oder Lohnsteuerhilfevereins macht, hat noch bis zum 31. Dezember 2013 Zeit.

Die meisten Arbeitnehmer, die eine Einkommensteuererklärunmg einreichen, dürfen auf eine Rückerstattung hoffen. Foto: Thomas Klauer / pixelio.de

Für viele ist die Einkommensteuererklärung eine lästige Pflicht. Aber eine lohnende. Arbeitnehmer können im Schnitt mit Rückerstattungen von rund 800 Euro rechnen. Allerdings sind sie nicht verpflichtet, eine Steuererklärung einzureichen, da sie ohnehin schon Lohnsteuer gezahlt haben. Sie sind nur dann zur Abgabe der Steuererklärung verpflichtet, wenn:

- sie Lohnersatzleistungen (z.B. Arbeitslosengeld, Elterngeld) von mehr als 410 Euro bekommen haben,
- sie Nebeneinkünfte z.B. aus Vermietung oder selbstständiger Arbeit von mehr als 410 Euro im Jahr erzielt haben,
- sie Lohnsteuerklasse III / V oder VI besteuert werden,
- sie auf der Steuerkarte einen zusätzlichen Freibetrag haben eintragen lassen.

Selbstständige und Rentner müssen eine Steuererklärung einreichen, wenn sie ein Jahreseinkommen von mehr als 8004 Euro erzielt haben.

Die Abgabe der Einkommensteuererklärung lohnt sich für die meisten Arbeitnehmer schon wegen der steuerlichen Absetzbarkeit von Werbungskosten. Unter Werbungskosten versteht man vor allen Dingen Ausgaben, die im direkten Zusammenhang mit dem Einkommenserwerb stehen. Das sind vor allem Fahrtkosten für den Weg zum Arbeitsplatz. Dabei müssen Arbeitnehmer nicht mehr genau nachhalten, wann sie mit dem Auto oder öffentlichen Verkehrsmitteln zur Arbeit gekommen sind, sondern sich nur noch für eine Beförderungsart entscheiden. Zu den Werbungskosten zählen außerdem Kosten für Fortbildungen, Bewerbungen oder Arbeitsmitteln. Dabei ist es immer ein Rechenbeispiel, ob es sich lohnt, alle Werbungskosten einzeln aufzuführen oder den Pauschbetrag von 1000 Euro einzusetzen. Besonders Berufspendler kommen schnell über die 1000 Euro.

Krankenversicherte können sich einen Teil ihrer Beiträge zurückholen. Foto: djd/hkk Erste Gesundheit

Steuerlich absetzbar sind auch die Sonderausgaben. Darunter fallen zum Beispiel Beiträge zur Kranken- und Berufsunfähigkeitsversicherung, Spenden, Kirchensteuer, Unterhalt und auch die Kosten für die Kinderbetreuung. Pro Kind und Jahr können dafür 6000 Euro angegeben werden, von denen das Finanzamt maximal zwei Drittel als steuerlich absetzbar anerkennt.
Ein weiterer Posten sind die außergewöhnlichen Belastungen, zu denen u.a. die Pflege Angehöriger, Krankheitskosten oder die Ausgaben für Haushaltshilfen oder Handwerker zählen. Auch diese sind zum Teil von der Steuer absetzbar. Gleiches gilt für die Beiträge zur Kranken- und Pflegeversicherung von Kindern, die sich in Ausbildung befinden.

Unterm Strich kommt so schnell eine Summe von mehr als 800 Euro zusammen. Die Abgabe der Steuererklärung für 2012 lohnt sich also in den meisten Fällen – auch für diejenigen, die nicht zur Abgabe verpflichtet sind. Und ein wenig „Urlaubsgeld“ vom Finanzamt kann jeder gut gebrauchen.

Anzeige

Volksbank Sauerland investiert in Brilon

„Wollen mit Qualität vor Ort und individuellen Lösungen überzeugen“

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.

Unsere Mitglieder sind zugleich unsere Miteigentümer und entscheiden deshalb bei allen wichtigen Fragen mit. Werden auch Sie Mitglied und Miteigentümer der Volksbank Sauerland eG und profitieren von umfassender Transparenz, weitgehenden Mitbestimmungsrechten und exklusiven Mehrwerten. Sprechen Sie einfach mit Ihrem Berater, rufen Sie an oder gehen online: www.vb-sauerland.de.

Volksbank Sauerland eG

Die Volksbank Sauerland hat in Brilon eine neue Heimat gefunden: Ein kompetentes Beraterteam steht künftig der Kundschaft in exponierter Lage zur Verfügung. Die neue Filiale residiert in moderner Umgebung in der Bahnhofstraße, die bisherige Anlaufstelle in der Derkerestraße wird als SB-Filiale weitergeführt.

„Unser Ziel ist es, unseren Anspruch als Qualitätsführer zu dokumentieren und in unserem Geschäftsgebiet von Brilon bis Voßwinkel die Beratungskompetenz, Servicequalität und Kundennähe konsequent und nachhaltig zu stärken und auszubauen“, erklärt Volksbank Sauerland Marketing-Chef Helmut Schulte. Dabei hält die Genossenschaftsbank an ihrem bewährten und geschätzten Konzept fest: „Bei Investitionen entwickeln wir gemeinsam mit den Kunden individuelle Finanzierungslösungen. Für die persönliche Zukunftsvorsorge bieten wir finanzielle und individuelle Sicherheit. Mitglieder und Kunden können dabei auf ihren persönlichen Berater vertrauen, der sie vor Ort betreut und alle Regelungen flexibel den Lebensphasen anpasst, um gemeinsam erfolgreich zu sein. Nähe, der persönliche Kontakt und ein bewährtes Geschäftsmodell sind für uns ganz wichtige Garanten“.

Die Beratungskompetenz am neuen Standort wird mit neuen Mitarbeitern aufgestockt und weiter verbessert. Weitere Finanzdienstleistungen wie Versicherungen, Immobilien, Außenhandel und Bausparen werden ebenfalls vor Ort nach Terminvereinbarung umgesetzt.

„Unser Anspruch ist es, Mitglieder und Kunden ganzheitlich zu betreuen. Individuelle Probleme und finanzielle Fragen lösen wir durch unser starkes Angebot und mit den Partnern im genossenschaftlichen Verbund“.

Makellos am Hochzeitstag

Vorbereitungen entscheidend: Kleine Feiern aber mit Stil im Trend

Immer mehr Deutsche heiraten - doch auch immer mehr lassen sich mit dem Eheversprechen reichlich Zeit. Da wilde Partys ab einem Alter von 30 Jahren nicht mehr das Wichtigste sind, ist die Zeit der großen Feste mit Hunderten von Gästen und Liveband offenbar vorbei: Lediglich 35 Prozent der Deutschen wollen eine Hochzeit im großen Stil feiern.

Kulinarisch allerdings geht es bei der Eheschließung traditionell zu: Weit mehr als die Hälfte - 59 Prozent - bestehen auf einem festlichen Essen im Restaurant. Und 57 Prozent wollen auf die obligatorische Hochzeitstorte nicht verzichten.

An ihrem Hochzeitstag will jede Frau die Schönste sein. Schon Wochen und Monate vorher beginnt die „Jagd“ nach dem elegantesten Kleid, den richtigen Schuhen und passenden Accessoires. Am wichtigsten aber ist, dass die Braut selbst makellos erstrahlt. Und dafür sind nicht nur ein gutes Make-up und eine raffinierte Frisur nötig, sondern auch ein wenig Vorbereitung.

Ein glatter, reiner Teint, gesundes, glänzendes Haar unfeste, sorgfältig manikürte Fingernägel bilden die Basis für das perfekte Styling. Eine gesunde Ernährung mit viel frischem Obst und Gemüse und reichlich Vitaminen beispielsweise macht von innen schön und lässt nebenbei noch ein paar unerwünschte Pfündchen schmelzen. Dazu sollte man viel trinken, das macht die Haut prall und verhindert trockene Stellen und raue Lippen. Ergänzen kann man die Beautykost mit einer Kombination von abgestimmten Vital- und Aufbaustoffen für Haut, Haare und Nägel.

Eine auf den Hauttyp abgestimmte Pflege und ein- bis zweimal wöchentlich aufgetragene Spezialmasken sorgen für eine geschmeidige und glattere Haut. Auch die Haare benötigen rechtzeitig Aufmerksamkeit. Gepflegte und gesunde Haare sind eine wichtige Voraussetzung dafür, dass es mit der Brautfrisur auch wirklich klappt. Leider steht es mit der Haarpracht vor der Hochzeit nicht immer zum Besten. Pflegerituale kommen in der hektischen Vorbereitungszeit mitunter zu kurz und auch der Stress selbst lässt Bräuten im wahrsten Sinn des Wortes die Haare zu Berge stehen. Ist noch etwas Zeit bis zum großen Tag, dann sollte man den Haaren jetzt nicht nur von außen eine Extraportion Pflege schenken. Nachschneiden und färben lassen sollte man sie spätestens eine Woche vor der Hochzeit, dann bleibt noch Zeit für eine Korrektur. Als letzte Maßnahme steht dann ein bis zwei Tage vor der Hochzeit eine sorgfältige Maniküre auf dem Programm, damit auch die Fingernägel perfekt in Form sind. (djd/pt)d

Foto: © Olga Ekaterincheva - Fotolia.com

Das Alter rechtzeitig vorbereiten

Pflegebedürftigkeit nimmt zu, weil die Menschen älter werden

Im Jahr 2030 - also schon in 17 Jahren - dürften etwa 3,4 Millionen Menschen in Deutschland pflegebedürftig sein. Dies sind eine Million mehr als heute, bis 2050 kommen weitere 800.000 hinzu. Diese Zahlen ergeben sich aus einer aktuellen Studie der Bertelsmann Stiftung.

Pflege im Alter ist teuer, die gesetzliche Pflegeversicherung deckt nur einen Teil der Kosten. In der Pflegestufe III sind es beispielsweise maximal 1.550 Euro im Monat, ein Heimplatz kostet aber mindestens 3.000 Euro oder sogar deutlich mehr. Wer das Pflegerisiko rechtzeitig absichert, zahlt geringere Beiträge.

Aber nur 1,8 Millionen Deutsche besitzen eine private Pflegezusatzversicherung. Abhilfe soll der neue „Pflege-Bahr“ schaffen: Jede private Pflegeversicherung, die bestimmte Kriterien erfüllt, wird vom Staat mit einem Zuschuss gefördert. Alle wichtigen Versicherer bieten solche Produkte an.

Die Einführung der gesetzlichen Pflegepflichtversicherung war sicher ein Schritt in die richtige Richtung - doch wer Pflege finanzieren muss, merkt nur allzu schnell, dass die gesetzlichen Leistungen hinten und vorn nicht reichen. Zur Veranschaulichung: In der Pflegestufe II leistet die gesetzliche Pflegeversicherung für einen ambulanten Pflegedienst monatlich bis zu 1.100 Euro. Dies kann aber eigentlich gar nicht ausreichen. Denn wer in dieser Pflegestufe von einem ambulanten Pflegedienst versorgt wird, muss durchschnittlich von zwei Hausbesuchen pro Tag sowie weiteren Leistungen ausgehen. Kosten von etwa 1.600 bis 2.000 Euro monatlich sind dann üblich. Tatsache ist aber, dass die Pflege in vielen Fällen nicht durch Angehörige organisiert werden kann. Gleichwohl ist ein Pflegefall nicht immer mit dem direkten Weg ins Heim verbunden. Es gibt verschiedene Formen der Pflege, zum Beispiel die ambulante Pflege, die stationäre Pflege in einem Pflege- oder Altenheim oder die teilstationäre Versorgung.

Für welche dieser Formen man sich entscheidet, sollte wohl überlegt sein und hängt sowohl vom Gesundheitszustand als auch von den räumlichen und finanziellen Möglichkeiten des Pflegebedürftigen und seinen Angehörigen ab.

Wenn die häusliche Versorgung eines Pflegebedürftigen nicht allein zu bewältigen ist, helfen ambulante Pflegedienste. Das Leistungsangebot der häuslichen Pflegedienste erstreckt sich über verschiedene Bereiche: Für Senioren, die selbständig leben, in gewissen Alltagssituationen jedoch Unterstützung benötigen und spezielle Dienstleistungen für den Eintritt der Pflegebedürftigkeit nutzen möchten, ist das betreute Wohnen die richtige Wahl.

Beim betreuten Wohnen ist trotz des hohen Maßes an Eigenständigkeit bei Bedarf Hilfe zur Hand. In der Regel bieten Betreute Wohnungen ein seniorengerechtes Wohnumfeld, das sich in einer speziellen Wohnanlage befindet. Die Bewohner führen ihren Haushalt selbstständig und verfügen über einen abgeschlossenen Wohnraum – Sie sind nicht pflegebedürftig.

In Pflegeheimen erfolgt die Unterbringung der Bewohner meist in Doppel- oder Einzelzimmern. Das Leistungsspektrum reicht von der pflegerischen Versorgung über die medizinische Behandlungspflege und sozialen Betreuung bis hin zur hauswirtschaftlichen Versorgung der Pflegebedürftigen.

Einige Pflegeheime bieten zudem auch Kurzzeitpflegeplätze an. Sie ermöglichen eine im Bedarfsfall kurzfristige Unterbringung und Pflege in einer stationären Einrichtung. Die Kurzzeitpflege ist ein Angebot zur Unterstützung und Entlastung pflegender Angehöriger. Wenn für einen vorübergehenden Zeitraum die Pflege im häuslichen Bereich nicht möglich ist, kann der Pflegebedürftige in eine Kurzzeitpflegeeinrichtung aufgenommen werden. Eine Kurzeitpflege kann auch unmittelbar nach einem stationären Krankenhausaufenthalt oder bei Situationen in Anspruch genommen werden, wenn vorübergehend die häusliche Pflege nicht möglich ist.

Hilfreich sind auch verschiedene Hilfsmittel, die es Pflegebedürftigen ermöglichen, zumindest in der Wohnung mobil zu bleiben. Der Sanitärhaushandel bietet ein entsprechendes Sortiment und Beratung, Information bei der Kranklenkasse.(djd/pt)

In jungen Jahren denkt niemand gerne an das Thema Pflege - je früher eine Zusatzversicherung abgeschlossen wird, umso günstiger ist sie. Foto: djd/Ergo Direkt Versicherungen

Tag des Hörens: Beruf und Karriere im Fokus

Bundesweiter Aktionstag am 14. Mai – Hören ist Lebensqualität

Bereits zum dritten Mal findet am 14. Mai der bundesweite „Tag des Hörens“ statt. Auch diesmal steht der Aktionstag wieder unter dem Motto „Ich geHÖRE daZU“.

Besonders im Fokus steht dabei das Thema „Beruf und Karriere“. Entsprechend hat der Bundesverband eine Befragung initiiert, die sich mit dem Einfluss guten Hörens auf das eigene Arbeitsumfeld auseinander setzt.

Wer nicht gut hört, bringt sich schnell ins Abseits. Und das gilt nicht nur für Rentner, sondern auch für viele Berufstätige. Immerhin leben in Deutschland etwa 14 Millionen Menschen mit einer Hörminderung. Doch nur rund 20 Prozent von ihnen tragen ein Hörgerät. Was fatale Folgen haben kann, denn eine unversorgte Schwerhörigkeit kann sich auf das Wohlbefinden negativ auswirken.

Das ist inzwischen sogar wissenschaftlich belegt. Die 2012 durchgeführte Studie "Hören ist Leben", hat bestätigt, was Hörgeräteakustiker und die Betroffenen selbst seit langem wissen: Ein unversorgter Hörverlust beeinflusst das Sozialleben negativ. Das gilt besonders im beruflichen Umfeld.

Zu den Problemen, mit denen Menschen mit reduziertem Hörvermögen am Arbeitsplatz zu kämpfen haben, zählt neben den alltäglichen, oftmals gefährlichen Missverständnissen vor allem die soziale Isolation.

Hörgeräte steigern die Kommunikations- und damit die Leistungsfähigkeit der Betroffenen an ihrem Arbeitsplatz und im Privatleben auf diskrete Weise. Die Geräte sind heute so klein, dass sie oft nahezu unbemerkt dafür sorgen, dass Menschen trotz

Gutes Hören steigert die Lebensqualität. Moderne Hörgeräte sind so klein, dass sie kaum auffallen.

ihrer Hörminderung im Büro, in der Produktion, in Besprechungen und im Gespräch mit Kunden wieder richtig hören. So können Diskussionen ohne Missverständnisse geführt, Aufträge fehlerfrei angenommen und Kundengespräche positiv gestaltet werden. Nicht zu vergessen sind die wichtigen Warnsignale, die dank moderner Technik ohne Probleme wahrgenommen werden können.

Mit der Teilnahme von mehr als 850 Fachbetrieben wurde bei der dritten Auflage seit 2011 ein neuer Rekord aufgestellt. Die Hörgeräteakustiker bieten am „Tag des Hörens“ kostenlose Hörtests und eine fundierte Beratung zu allen Themen rund um Hörtechnologie sowie die Optimierung des eigenen Gehörs an.

Interessierte finden alle teilnehmenden Filialen auf der Website des Bundesverbandes der Hörgeräte-Industrie unter www.ear-fidelity.de/tdh2013/hoertests-ihrer-umgebung. Der „Tag des Hörens“ bildet in diesem Jahr den Auftakt für die Hörtour der Fördergemeinschaft Gutes Hören.

Die schönste Jahreszeit verlängern

Wetter- und Sonnenschutz auf Balkone, Terrassen, Geräte und das Auto

Vom Alltag abschalten und bei einem Glas Wein auf der heimischen Terrasse entspannen: So sieht für viele der perfekte Feierabend aus. Leider ist hierzulande die Witterung oft so wechselhaft, dass aus dem Chill-out unter freiem Himmel doch wieder nichts wird.

Ein Elektroantrieb mit Funk-Fernbedienung wie bei Klaiber macht die Bedienung einer großen Cassettenmarkise einfach. Foto: djd/Klaiber Sonnen- und Wetterschutztechnik

Wer die Gartensaison deutlich über einige heiße Sommertage hinaus verlängern möchte, benötigt dafür einen sicheren Unterschlupf, der sich jeder Witterung anpasst. Einfach und flexibel können Terrassen und Balkone zum Beispiel mit Dachsystemen komplett aus Glas nachgerüstet werden.

Bei schlechtem Wetter wird das Glasdach komplett verschlossen, so dass man darunter gut geschützt die frische Luft genießen kann. Strahlt die Sonne vom Himmel, lassen sich die Glasscheiben einzeln nach Belieben öffnen. Um eine dauerhaft sichere Funktion zu gewährleisten, sollten sich Hauseigentümer durch Handwerker vor Ort beraten lassen. Die Fachleute übernehmen die gesamte Planung und auch die Montage - nicht nur auf der Terrasse.

Wer möchte, kann mit transparenten Seitenfaltwänden aus der Überdachung ein ganzjährig nutzbares, geschlossenes Glashaus auf der Terrasse machen. Als Schutz vor zu starker Sonne können auf Wunsch auch Beschattungsanlagen vieler bekannter Markisenhersteller ergänzt werden. Nach dem langen Winter freut man sich auf die Zeit im Grünen: Gemütlich unter der Markise zu sitzen und das schöne Wetter auszukosten, tut Körper und Seele gut. Der Vorteil eines solchen Aufbaus ist das Zusammenspiel von Sonnenschutz mit der zuverlässigen Abwehr von Regen. Sonnenlicht tut dem Menschen gut. Doch zu viel davon kann schädlich sein. Gerade vor den aggressiven Sonnenstrahlen während der Mittagshitze sollten sich Freiluftfans hüten. Welcher Sonnenschutz im eigenen Garten am besten zum Einsatz kommt, hängt davon ab, an welchem Platz man seine Freizeit gern verbringt und wie dort die baulichen Gegebenheiten sind. Für Balkone und kleine Terrassen empfehlen sich Markisen.

Bei der Arbeit, beim privaten Surfen auf dem Tablet-PC, beim Spielen mit Xbox oder Wii und beim Fernsehen: Immer mehr Zeit verbringt man vor allen Arten von Bildschirmen. Für die Augen kann das unangenehme Folgen haben. Das sogenannte „Büroaugen“-Syndrom, erstmals in den USA beschrieben, betrifft heute viele Menschen. Um das „Büroaugen“-Syndrom zu vermeiden oder zu lindern, sollten möglichst optimale Bedingungen für das Auge geschaffen werden. Neben einem guten Bildschirm und eventuell einer Sehhilfe spielen auch die Beleuchtung und eine lichttechnisch gute Platzierung des Monitors eine wichtige Rolle. Steht er in Blickrichtung eines Fensters, bieten Lamellenjalousien eine gute Möglichkeit, das eintretende Tageslicht zu steuern oder starke, die Augen belastende Sonnenstrahlung fernzuhalten.

Pünktlich zu den sonnigen Tagen sind auch sie wieder da: Stechmücken, Fliegen und andere Insekten zählen zu den unangenehmen, weil lästigen Begleiterscheinungen der warmen Jahreszeit. Kaum jemand, dem nicht schon einmal durch die summenden Gäste die Nachtruhe geraubt wurde - Mückenstich und Juckreiz inklusive. Bevor Insekten in Innenräumen zur Plage werden, sollte man rechtzeitig handeln. Chemische Hilfsmittel wie Pestizide sind dabei nicht notwendig. Viel umweltfreundlicher ist es, den ungebetenen Gästen einfach den Zugang zum Haus zu versperren, etwa mit Schutzgeweben.

Fachbetriebe nehmen dazu vor Ort die Maße, selbst bei besonderen baulichen Situationen. Die Terrassentür kann auf diese Weise den ganzen Tag über geöffnet bleiben, so dass frische Luft ins Haus gelangt und Stechmücken und anderes Getier draußen bleibt. Nicht nur vor Insekten sind die eigenen vier Wände damit wirksam geschützt: Auch Pollen werden, beim Einsatz spezieller Pollenschutzgewebe, größtenteils aufgehalten.

Für Terrassenüberdachungen, aber auch Carports bieten sich vielfache Varianten an: Ob aus Holz oder Metall, das schützende Dach kann den Anforderungen angepasst werden. Ein Vorteil des Carports ist, dass durch die offene Bauweise angrenzende Gebäude deutlich mehr Licht erhalten und Feuchtigkeit am Fahrzeug schneller abgeführt werden kann, das Fahrzeug trocknet schneller. Im Allgemeinen werden Carports leichter genehmigt als Garagen. Meist reicht auch ein Punktfundament für statische Anforderungen aus. (djd/pt).

Vogel fällt auf Stukenland

Anna-Schützen aus Nuttlar feiern mit dem Königspaar Bathen

Markus Kramer und Katharina Kramer-Bathen feiern als Königspaar mit den Schützen aus Nuttlar.

Zum Ende ihrer Regentschaft erleben Markus Kramer und Katharina Kramer-Bathen die aufregendsten Tage als Majestäten der Anna-Schützen aus Nuttlar.

Die treten am Samstag, 4. Mai, zum Jahresfest an und marschieren gegen 15.15 Uhr zum Abholen der Fahnen und der Könige über Rüthener Straße, Kirchstraße, Bundesstraße, Zum Dümel, Alte Briloner Straße. Um 17.30 Uhr beginnt das Festhochamt mit Begleitung der Musikkapelle, anschließend Antreten vor der Kirche und Abmarsch zur Schützenhalle. Dort eröffnet Brudermeister Franz-Josef Blüggel um 20 Uhr das Fest. Dem Zapfenstreich schließt sich die Eröffnung des Festballs durch die Königspaare an.

Mit dem Frühschoppenkonzert und dem Rentner- und Seniorenfrühstück mit Jubilarehrung wird der Festsonntag eröffnet. Um 14.45 Uhr erfolgt der Abmarsch mit Vizekönigspaar zum Abholen des Königspaares und der Jubelkönige. Begrüßung und Konzert schließen sich gegen 16.30 Uhr in der Schützenhalle an, anschließend wird zum Kindertanz eingeladen. Das Königspaar steht noch einmal im Mittelpunkt, wenn am Abend der große Festball mit Königstanz beginnt.

Am Montag, 6. Mai, beginnt um 9 Uhr das Schützenfrühstück im Speiseraum für alle Schützenbrüder, anschließend Antreten an der Schützenhalle und Abmarsch zur Vogelstange. Gegen 10 Uhr beginnt das Vizekönigs- und Königsschießen auf Stukenland, anschließend Königsproklamation in der Schützenhalle. Am Abend treffen sich alle Schützen um 19 Uhr zum Abholen des neuen Königspaares, das um 20.30 Uhr den Königstanz und den Festball eröffnet. Die musikalische Gestaltung des Festes übernehmen der Musikverein Alme, die Spielleutevereinigung Suttrop, das Jugendorchester des Musikvereins Eintracht Olsberg, der Spielmannszug des TuS Belecke.

Kostenlose private Kleinanzeigen für Juni 2013.

einfach untenstehenden Coupon bis zum 15. des Monats ausfüllen, ausschneiden und per Post verschicken, faxen oder persönlich abgeben.

Text

1 _____

2 _____

3 _____

4 _____

Rubrik

- ◯ An- & Verkauf
- ◯ Grüße
- ◯ Er sucht Sie
- ◯ Bands & Musik
- ◯ Sie sucht Ihn
- ◯ Er sucht Ihn
- ◯ Verschiedenes
- ◯ Sie sucht Sie
- ◯ Sonst. Kontakte

Nebenbei bemerkt

☛ Ein Abdruck der Kleinanzeige kann nur dann gewährleistet sein, wenn eine vollständige und korrekte Adressenangabe erfolgte.
Anzeigenschluss ist jeweils der 15. eines Vormonats.

Adresse

Vorname _____ *Name* _____

Straße _____ *PLZ* _____ *Ort* _____

Telefon _____ *Unterschrift* _____

F.K.W. Fachverlag | Nelmannwall 4 | Soest | Tel.: 02921/36090 | info@fkwverlag.com

Gevelinghausen feiert

Ein Jahr lang Schützen regieren

Tim Kreutzmann und Marina Schläppi regierten ein Jahr lang die St. Hubertus-Schützen aus Gevelinghausen. Ihre Königswürde endet mit dem Schützenfest, das wieder zu Fronleichnam vom 29. bis 31. Mai gefeiert wird. Musikalisch führt der Musikverein Antfeld durch das Fest. Besonders die eintrittsfreien abendlichen Festbälle sind durch den Auftritt des Musikvereins beliebt und gut besucht. Zur Unterstützung begleitet der Spielmannszug der Feuerwehr Bigge-Olsberg die Festzüge.

Kreisschützenbund Brilon

08. - 10.Mai Schützenbruderschaft St. Sebastian Hildfeld
08. - 10.Mai Schützenbruderschaft St. Hubertus Thülen
11. - 12.Mai Schützenverein St. Hubertus Küstelberg
18. - 19.Mai Schützenbruderschaft St. Hubertus Rixen
18. - 20.Mai Schützenbruderschaft St. Ludgerus Alme
18. - 19.Mai Schützenverein Altenfeld - Walbecke
18. - 20.Mai Bürgerschützenverein Bredelar
18. - 20.Mai Schützenbruderschaft Engelbertus Medelon
29. - 31.Mai Schützenbruderschaft St. Johannes Altenbüren

Kreisschützenbund Meschede

26. - 28. April Schützenverein Kückelheim
04. - 06. Mai St. Anna Schützenbruderschaft Nuttlar
08. - 10. Mai Schützen Heinrichsthal-Wehrstapel
08. - 10. Mai Schützenbruderschaft Kückelheim (Eslohe)
18. - 20. Mai St. Hubertus Schützenbruderschaft Bremke
18. - 20. Mai Schützenbruderschaft Heringhausen
18. - 20. Mai St. Johannes Oberhenneborn e.V.
18. - 20. Mai St. Georg Schützenbruderschaft Olpe
25. - 26. Mai Schützenverein 1889 e.V. Lenne

Kreisschützenbund Arnsberg

17. - 19. Mai Schützenbruderschaft Kloster Brunnen
18. - 20. Mai Schützenbruderschaft Breitenbruch
18. - 20. Mai Schützenbruderschaft Enkhausen
18. - 20. Mai Schützenbruderschaft Hirschberg
18. - 20. Mai Schützenbruderschaft Linnepe
18. - 20. Mai Bürgerschützengesellschaft Warstein

An- und Verkauf

Briefmarken-/Münzankauf
auch umfangreiche Sammlungen, Hausbesuch, Barzahlung.
Assessor U. Redecker, Im Stahlskamp 82
44581 Castrop-Rauxel, Tel. 02305/81311

Erotik

"Die heißesten Girls der Region!"
Service von A-Z!
Tel.: 02961/908044,
Handy: 0151/17518197
www.girls-haus19.de
täglich · ab 10 Uhr

Ihr Horoskop für Mai

Widder 21.3. - 20.4. Wenn Sie in gereizter Stimmung sind, suchen Sie nach der Ursache und beseitigen diese schnellstens an der Wurzel. Danach wird sich schnell wieder bessere Stimmung bei allen einstellen.

Stier 21.4. - 20.5. Was immer Sie an wichtigen Terminen im Plan haben, nehmen Sie sie gleich in der ersten Maiwoche in Angriff. Setzen Sie Ihre Interessen durch: Berufliche und finanzielle Vorteile sind die Folge.

Zwillinge 21.5. - 21.6. Bewegen Sie sich ab sofort regelmäßig. Dann machen Sie auch nicht mehr so schnell schlapp. Nutzen Sie die freien Tage in diesem Monat.

Krebs 22.6. - 22.7. Sie können Ausgeglichenheit und Stärke ausstrahlen. Sind sie im Einklang mit sich und der Welt, fühlen Sie sich wohl in Ihrer Haut. Davon profitiert Ihre Beziehung.

Löwe 23.7. - 23.8. Das Bestreben, Ihre Mitmenschen von Ihren Meinungen zu überzeugen, kann im Vordergund stehen. Neue Ideen lassen sich auch gut realisieren. Aber seien Sie an den Wochenenden nicht zu arbeitstoll.

Jungfrau 24.8. - 23.9. Lesen Sie wieder einmal ausgiebig in Ihrer Fachliteratur, anstatt nur trübsinnig durch die Gegend zu starren. Weiterbildung schadet nie. Es gibt schließlich noch andere, die auf Ihrem Stuhl sitzen möchten.

Waage 24.9. - 23.10. Wenn Sie rücksichtslos mit Ihren Energien umgehen, wird Ihr Körper sich über kurz oder lang rächen. Nutzen Sie die Freizeit zu Aktivitäten an der frischen Luft.

Skorpion 24.10. - 22.11. Sie sollten als Single über Ihr berufliches Engagement Ihr Privatleben nicht vergessen. Es ist an der Zeit, dass Sie wieder ausgehen und Sympathien und Herzen erobern. Liierte haben mit der Familie zu tun.

Schütze 23.11. - 21.12. Sie haben in allen Lebensbereichen klare Vorstellungen und konkrete Konzepte, die jetzt nur auf ihre Verwirklichung warten. Gehen Sie die Umsetzung bald an.

Steinbock 22.12. - 20.1. Sie wollen Ihre Untergebenen zur Kreativität anhalten, aber die starren Regeln sollen eingehalten werden? In diesem Monat könnten Sie Gelegenheit haben, einige Regelungen zu umgehen. Machen sie das möglichst unauffällig.

Wassermann 21.1. - 19. 2. Versuchen Sie nicht um jeden Preis, mit vitaleren Menschen Schritt zu halten. Gönnen Sie sich lieber einige Tage der Ruhe und Entspannung. Nehmen Sie sich Urlaub und legen möglichst die Füße hoch.

Fische 20.2. - 20.3. Am besten verabreden Sie sich am zweiten Mai-Wochenende mit Freunden und diskutieren über tief schürfende Themen. Das wäre für Sie eine geistige und emotionale Bereicherung. Außerdem würde Sie nicht so leicht in irgendwelche Depressionen verfallen.

WARSTEINER

Veranstalter: Wirtschaft & Marketing Soest GmbH
Auskünfte: Tourist Information Soest, Telefon (0 29 21) 66 35 00 50