

Sauerländer

Das Magazin für Bestwig, Olsberg, Brilon und Winterberg



S.03



S.07



S.09



S.13



SIDO im Sauerland

Mit dem Hip Hop Star kommt ein Hochkaräter nach Olsberg

MÄRGER
mit dem Vermieter?
Mieterverein Sauerland e.V.

... der starke Partner an Ihrer Seite
Tel. 0 23 31 / 2 04 36 - 0

Beratungsstellen u.a. in **Brilon • Olsberg • Meschede**
Mitgliedsbeitrag 54 €/Jahr
Aufnahmegebühr 25 €

AGO Lagerverkauf 20% auf alles

**Algen und Moosentferner
Profi Druckluftsprüher
Schimmelentferner Schimmelstop
Fernhaltespray für Hunde und Katzen**

Interview mit dem AGO Experten Reiner Wildemann zum neuartigen Dachreinigungsverfahren.

Herr Wildemann, Sie wenden zur Reinigung von Dachflächen ein neuartiges Verfahren an. Die Dachfläche eines Hauses ist ja bekanntermaßen das erste Bauteil welches dem Betrachter ins Blickfeld rückt. Warum haben Sie

bitte, wie Ihr Verfahren zur Dachflächenreinigung funktioniert.

R.W.: Die Firma AGO wendet ein seit mehr als 14 Jahren bewährtes Mittel an. Mit einer Speziallanze wird ein ökologisch einwandfreies Reinigungsmittel (AGO Quart) im Sprühverfahren auf die Dachflächen aufgetragen. Hierzu ist ein Betreten der Dachfläche nicht notwendig.

**Preiswerte Dachreinigung mit AGO Quart
Wir kommen zu Ihnen nach Hause.**

R.W.: Die Reinigung einer Dachfläche mit unserem Verfahren kostet oft weniger als ein 10tel der bekannten Verfahren. Je nach Lage und Größe der Dachfläche sollte der Kunde zwischen 2,50 € und 3,50 €/q Quadratmeter Dachfläche kalkulieren.

Wie lange arbeitet die Firma AGO mit dieser Technik?

AGO Quart kann auf allen wassertragfähigen Flächen eingesetzt werden. Fachleute sind sich darüber einig, dass ein Hochdruckreiniger zur Behandlung solcher Oberflächen absolut ungeeignet ist. Um massiven Beschädigungen vorzubeugen, sollte man auf diese Art der Reinigung im Steinbereich grundsätzlich verzichten.



zu den bekannten Verfahren eine Alternative entwickelt?

R.W.: Herkömmliche Hochdruckreinigungen von Dachflächen beschädigen nicht selten den Dachziegel bzw. den Dachstein. Aufgeraute Oberflächen müssen aufwendig versiegelt werden um die Funktion des Daches nicht zu beeinträchtigen. Die Kosten für solche Arbeiten belaufen sich in der Regel auf bis zu 4.000,- € bei einer Dachfläche von 100 qm. Meist ist der Dachziegel jedoch technisch vollkommen intakt, so dass mit einer Reinigung das gewünschte Ziel bereits erreicht ist. Aus diesen Gründen, haben wir ein Verfahren entwickelt, das den Geldbeutel des Hausbesitzers schont und besonders effektiv ist.

Algen, Moose und Flechten sterben innerhalb kürzester Zeit ab und werden durch die natürliche Witterung nach und nach abgetragen. Selbst hartnäckigste Flechten verschwinden so von der Dachfläche. Viele unserer Kunden beschreiben Ihre Dächer nach unserer Behandlung als nahezu neuwertig.

Wie lange hält denn der Reinigungseffekt vor?

R.W.: Da AGO Quart, das von uns angewendete Spezialmittel, über einen langen Zeitraum wirksam bleibt und die Materialien nicht angreift, verwirren die Dachflächen erst Jahre später wieder. Viele Kunden benötigen eine erneute Reinigung erst nach 5-10 Jahren.

Mit welchen Kosten muss denn ein Hausbesitzer rechnen?

R.W.: Mehr als 10 Jahre Erfahrung und über 400 gereinigte Dächer haben unsere Kunden überzeugt. Aufgrund der kostengünstigen Lösung freuen wir uns über eine erhöhte Nachfrage.

Findet Ihr Spezialmittel AGO Quart auch in anderen Bereichen Anwendung?

R.W.: AGO Quart wird seit 15 Jahren auch erfolgreich bei der Reinigung von Hausfassaden und allen Flächen rund ums Haus eingesetzt. AGO Kunden nutzen die hohe Wirksamkeit überall dort, wo Moose, Algen und Flechten ein Problem darstellen. AGO Quart reinigt selbstständig, alle Natur- und Kunststeinarten, Kunststoffe, Zeltstoffe, Markisen, Grabsteine, Waschbetonplatten etc..

Arbeitet die Firma AGO auch überregional?

R.W.: Mehr als 50 AGO Partnerunternehmen bieten die verschiedenen Dienstleistungen in ganz Deutschland an. Auf unserer Internetseite kann sich der Hausbesitzer den für ihn zuständigen Partner herausuchen und ein kostenloses Angebot erstellen lassen.

Ihr Fazit rund um das Thema ist also?

R.W.: Unser Motto „Sauberkeit rund um Haus und Garten“ findet bei einem stetig wachsendem Kundenkreis Anklang. Neben der Sauberkeit steht für unsere Kunden auch der Werterhalt rund um die Immobilie im Vordergrund. Unsere Produkte stehen dem Hausbesitzer dabei seit Jahren erfolgreich zur Seite.



Beschreiben Sie unseren Lesern doch



Lagerverkauf! Ständig 20% auf alles!

AGO • Briloner Str. 5-8 • 59909 Bestwig/Nuttlar • Direkt an der Bundesstraße 7 auf dem Gelände von Schneider Korn • Mo.-Fr. 8 - 13 Uhr und 15 - 18 Uhr

Liebe Leserinnen und Leser,

Rosenmontag erst im März, Pfingsten erst am zweiten Juni-Wochenende: Dieses Jahr feiern wir Ostern spät, Ostersonntag erst am 20. April. Doch nicht genug dieser „Merkwürdigkeiten“: Erinnern Sie sich noch an das Frühlingswetter zu Weihnachten? Haben Sie in diesem Jahr schon eine Schneeflocke gesehen? Viele nicht, aber die japanische Kirsche lässt ihre Blütenblätter rieseln, die ersten Rosenknospen treiben, Frühlingsblüher gaukeln den Fortschritt der Jahreszeit vor. Natürlich hat das alles nichts miteinander zu tun, lassen Wetterkapriolen und Kalender-Besonderheiten „Verschwörungstheorien“ blühen.

Kümmern wir uns also zunächst um den Kalender: Der Mond bestimmt den Termin des Osterfestes. Kirchliche Vordenker entschieden auf dem Konzil von Nicäa im Jahr 325, dass sich Ostern am Mondverlauf orientieren und am ersten Sonntag nach dem ersten Vollmond nach Frühlingsbeginn gefeiert werden soll. Der Frühlingsanfang wurde auf den 21. März festgelegt, obwohl er astronomisch variieren kann.

Und wann ist der früheste mögliche Ostertermin? Wenn der erste Frühlingsvollmond mit dem 21. März zusammenfällt und der nächste Tag ein Sonntag ist, kann der früheste Ostertermin der 22. März sein. Das ist jedoch selten und in den Jahrhunderten nur viermal vorgekommen, in den Jahren 1818, 1761, 1693 und 1598. Der späteste aller Oster-Termine ist der 25. April. Das kommt vor, wenn am 20. März Vollmond war. Dann ist der nächste Vollmond im Frühling erst 29 Tage später. Im Jahr 2038 wird dies am 19. April der Fall sein. Erst am darauf folgenden Sonntag ist dann Ostern: Am 25. April. Zuletzt lag Ostern 1943 auf einem 25. April, 2011 haben wir Ostern am 24. April gefeiert, davor war dieser Tag zuletzt im Jahre 1859 „auskoren“, das nächste Mal wird dieses Datum erst 2095 für das Osterfeuer sorgen.

Nun müssen wir uns noch um das Wetter kümmern: „Alles im grünen Bereich“, sagen die einen, „Klimawandel“ die anderen. Nach einigen durchaus imposanten Wintern haben wir nun die „light“-Version erlebt. Doch die hat es auch immer mal wieder gegeben. Haken wir also den Winter ab, freuen wir uns auf ein schönes Frühjahr, wünscht Ihr Team vom SAUERLÄNDER!

IMPRESSUM

Die Illustrierte für Olsberg | Bestwig | Brilon und Winterberg im 15. Jahrgang

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

Nelmannwall 4 | 59494 Soest
Telefon: 02921-3609-0
Fax: 02921-3609-29

Email: info@fkwwerlag.com

Herausgeber:

Rüdiger Deperade

Anzeigen:

Rüdiger Deperade

(verantwortlich)

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 eingesandte Manuskripte und Fotos wird keine Haftung übernommen. Von ungestaltete Anzeigen sind urheberrechtlich geschützt und dürfen nur mit unserer ausdrücklichen schriftlichen Genehmigung weiterverwendet werden.

Auflage: 16.500

Titelbild: SIDO kommt am 14.

März nach Olsberg

Poetisch-politische Lieder

Musikalische Reise nach Portugal und Chile

In dieser Konzertsaison laden die Städte Brilon und Meschede im März und April zu einer musikalischen Reise nach Portugal und Chile ein.

Das poetisch-politische Lied wird vom Altmeister der Nelkenrevolution in Portugal, Vitorino Salomé, und von der jungen chilenischen Liedermacherin Pascuala Ilabaca y Fauna aus Valpareiso präsentiert. Salomé tritt am 14. März in der Stadtkirche Brilon auf, Pascuala Ilabaca y Fauna am 12. April im Bürgerzentrum Alte Synagoge in Meschede.

Die Konzerte verstehen sich als praktischen Beitrag zur Umsetzung des UNESCO-Übereinkommens zum



Die chilenische Liedermacherin Pascuala Ilabaca y Fauna aus Valpareiso kommt am 12. April ins Bürgerzentrum Alte Synagoge in Meschede. Salomé tritt am 14. März in der Stadtkirche Brilon auf.

Schutz und zur Förderung der Vielfalt kultureller Ausdrucksformen. Für die Weltmusikreihe erscheint ein Programmheft zu den Konzerten. Es enthält Beschreibungen der torenden Ensembles, die musikalische Besetzung, Erläuterungen der Stile und Instrumente sowie die kulturellen Hintergründe der Musik und der Künstler, bebildert und mit allen Terminen, genauen Angaben zum Auftrittsort und zu den lokalen Organisationen. Es bildet die gemeinsame Arbeit des Netzwerkes ab. Die Koordinationsstelle liegt in der Hand von alba KULTUR Köln, Birgit Ellinghaus. Die Programmhefte sind erhältlich bei der BWT Brilon und im Bürgerbüro Meschede.

ElektroFachHandel GmbH
 Bundesstraße 168
 59909 Bestwig
 Tel: 02904-711376
 efh-bestwig@t-online.de

bei Elektro Hegener
www.facebook.com/ElektroFachHandelBestwig
 Bei uns erhalten Sie die aktuellen Angebote von
sky
 Sichern Sie sich das beste Programm zum besten Preis.
 Ihr Partner für:
Unterhaltungselektronik & Elektro-Hauseräte



Bei der Gewerbeschau Bestwig
 präsentieren wir Ihnen eine
 Weltn Neuheit!

VORWERK
 Ludger Kramer
 Ihre Kundenberater
 vor Ort
 Telefon:
 0173 - 25 27 45 7
 E-Mail: ludger.kramer@
 kobold-kundenberater.de
www.saugwischen.de

QM-Ausbildung
www.cqa.de

Besuchen Sie uns!
 Gewerbeschau Bestwig
 29. + 30. März 2014

WILMES
 VERKAUF ■ VERMIETUNG ■ SERVICE

HAPERT KRINNER TCM IFC Gansow
 ANWENDUNGSGERÄTE

www.Wilmes-Mietservice.de
 59955 Winterberg ☎ 02983/974 665

Qualität mit hoher Sicherheit

GAYKO
 • Fenster
 • Markisen
 • Wintergärten
 • Rollläden
 • Überdachungen
 • Tore

Markisen zu Winterpreisen

Ausstellung auch
 Samstag 10.00-
 12.00 Uhr geöffnet.

FENSTERBAU HEIMES
 59909 Bestwig-Velmede - Tel. 0 29 04/7 01 80
 Große Ausstellung an der B7 - www.heim-es-fenster.de
 Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

„Schaufenster der Region“

Werbegemeinschaft Bestwig organisiert Gewerbeschau in Velmede

Eine Publikumsmesse für Jung und Alt ist die Verkaufs- und Gewerbeausstellung der Werbegemeinschaft Bestwig am 29. und 30. März. Die „heiße Phase“ der Vorbereitungen hat nun begonnen. Rund 50 Fachaussteller aus allen Branchen haben sich angemeldet.

Die Besucher erwarten ein umfangreiches Feld aus Produkten und Dienstleistungen rund um die Schwerpunktthemen Energie, Bauen, Elektro, Wohnen und Garten sowie Fahrzeuge und Gesundheit. Das macht die nunmehr neunte Verkaufs- und Gewerbeausstellung zu einem echten „Schaufenster der Region“. Auf rund 2.000 Quadratmeter Ausstellungsfläche präsentieren sich die Unternehmen. In der Velmeder Schützenhalle, im Zelt und auf der Außenfläche haben die Besucher viel zu sehen. Rund um die Messe rankt sich ein abwechslungsreiches Rahmenprogramm mit Unterhaltung für die ganze Familie.

Die Bestwiger Verkaufs- und Gewerbeausstellung gehört zu den größten ihrer Art im Hochsauerlandkreis und wird rein ehrenamtlich organisiert. Alle zwei Jahre macht sich der zweite Vorsitzende Burkhard Hogrebe darum verdient. Seit Monaten schon haben er und sein Team Betriebe angesprochen, Anmeldungen gesammelt und Standpläne gemacht. Bis auf wenige Standplätze ist inzwischen alles belegt.

Trotz jahrelanger Erfahrung sind Hogrebe und der erste Vorsitzende Olaf Badelt in den nächsten Wochen sehr beschäftigt: Baugenehmigungen für Zelte einreichen, Parkplatzregelung, Wände der Stände aufbauen, Stromversorgung legen, den



Die Bestwiger Verkaufs- und Gewerbeausstellung gehört zu den größten ihrer Art im Hochsauerlandkreis und lockt alle zwei Jahre interessierte Besucher an.

Betrieben Rede und Antwort stehen und vieles mehr gehören dazu.

Künftig rührt die Werbegemeinschaft darum auch die Werbetrömmel. Erstmals hat sie einen Messe-Guide erstellt, in dem sich die teilnehmenden Unternehmen vorstellen. Er gibt einen Vorgeschmack auf die Veranstaltung. Teilnehmerliste und Lageplan zeigen genau, wo welcher Betrieb zu finden ist. Erhältlich ist er in den Filialen der Sparkasse Hochsauerland in Bestwig, bei der Gemeinde Bestwig und am Tag der Veranstaltung selbst. Der Eintritt zur Veranstaltung ist frei.

You are welcome

PADERBORN LIPPSTADT AIRPORT



Angabe vorbehaltlich Zwischenverkauf, Preisänderungen und Druckfehler. Kein Rechtsanspruch bei anverkauften Plätzen.

EINFACH NICHTSTUN! ITS Club Calimera

Familienurlaub und Badespass an Djerbas endlosen Stränden. Fliegen Sie mit dem Reiseveranstalter ITS direkt vom Paderborn-Lippstadt Airport nach Djerba und lernen Sie Tunesiens schönste Seiten kennen. Beratung & Buchung in Ihrem Reisebüro.

airport-pad.com

HILGENHAUS Gardinen - Betten - Matratzen - Polsterei - Sonnen- u. Insektenschutz - Heimtextilien

Besuchen Sie uns auf der Gewerbeschau in Bestwig:

Ob fröhliche Muster oder elegante Designs. Wir zeigen Ihnen die neuesten Trends an Wohntextilien!

Briloner Str. 13 • 59909 Bestwig - Nuttlar • Tel. 0 29 04 - 23 39 • www.hilgenhaus.de



WIR pflegen DAS LEBEN

Eine vertraute Umgebung und ein angenehmes Umfeld spielt in der Seniorenresidenz Erikaneum eine große Rolle, denn es geht um das Wohlbefinden unserer Bewohner. Wir bieten professionelle Pflege in einer familiären Atmosphäre.

Wir bieten

- > 88 Pflegeplätze
- > Betreutes Wohnen
- > Vollstationäre Pflege
- > Kurzzeitpflege, Verhinderungspflege, Urlaubspflege
- > Pflege von demenzkranken Menschen
- > Palliativpflege

Genießen Sie die dritte Lebensphase mit der Sicherheit gut versorgt zu werden.

Besuchen Sie uns und lassen Sie sich unverbindlich beraten. Ihr Team des PHÖNIX-Hauses Erikaneum.

Solitaria Seniorenresidenzen
Hauptstraße 62
59939 Dilsberg
Telefon: 0 29 62/983-0
Fax: 0 29 62/983-200
www.phoenix.nu

Senioren- und Pflegenetz
PHÖNIX
haus erikaneum

Von Paderborn in die Sonne

Neu: Nonstop nach Djerba und Varna - Über München in die Welt

Dem Alltag entfliehen und Sonne, Traumstrände und kulturelle Vielfalt genießen. Im Sommer hebt die Fluggesellschaft Nouvelair wieder mittwochs von Paderborn nach Djerba ab.



plan vom Flughafen Paderborn/Lippstadt zwölf weitere Direktziele wie Antalya, Burgas, Enfidha, Fuerteventura, Gran Canaria, Heraklion, Ibiza, Kos, Lanzarote, Palma de Mallorca, Teneriffa Süd und München an.

Über den Airport München können Reisende jedoch weitere zahlreiche Urlaubsziele unproblematisch, bequem und

schnell erreichen.

Am Paderborn-Lippstadt Airport abheben, nur einmal umsteigen und nahezu jedes Ziel auf der Welt erreichen: Die Fluggesellschaft Lufthansa macht das möglich. Allein via München kann der Fluggast weltweit rund 60 Destinationen mit schnellen Umstiegsmöglichkeiten von bis zu zwei Stunden ansteuern. Ziele wie Hong-

kong, Malta, Mailand, Moskau und Vancouver sowie die beiden neuen Ziele Bodrum in der Türkei und Malezia Terme in Süditalien sind damit im Sommer 2014 bequem zu erreichen. Neben dem Drehkreuz in München besteht auch am Drehkreuz Palma de Mallorca die Möglichkeit zum Umstieg in die weite Welt. Von hier aus werden insbesondere Ziele zum spanischen Festland angeboten.

Passagiere schätzen am Paderborn-Lippstadt Airport unter anderem das kostengünstige und stressfreie Parken, die kurzen Wege vom Check-in bis hin zum Flugzeug, die schnelle An- und Abreise sowie die familiäre und freundliche Atmosphäre vor Ort. Service wird am Paderborn-Lippstadt Airport groß geschrieben!

Durchstarten nach halben Jahrhundert

Ausgewogene Ernährung und Bewegung im Mittelpunkt

Hat man das halbe Jahrhundert geschafft, ist man heute noch längst nicht alt. Im Gegenteil, ab 50 möchten viele Menschen noch mal richtig durchstarten. Wenn die Kinder flügge und die Karriereziele erreicht sind, bleibt vor allem mehr Zeit für einen selbst. Um diese aber auch genießen zu können, sind Fitness und Gesundheit Voraussetzung. Dafür kann man einiges tun. Hauptsächlich stützt sich das Wohlbefinden auf drei Säulen.

An erster Stelle steht eine ausgewogene Ernährung. „Besonders geeignet sind zum Beispiel Gemüse, Salat, Pilze, Obst und Milchprodukte sowie mageres Fleisch und Fisch“, empfiehlt Ernährungsberaterin Heike Lemberger. Allerdings benötigen Männer aufgrund ihrer größeren Muskelmasse mehr B-Vitamine und Magnesium, da diese Stoffe den Herzmuskel schützen und bei der Stressbewältigung helfen. Frauen hingegen haben nach den Wechseljahren ein erhöhtes Osteoporose-Risiko und sollten auf genügend Vitamin D und Calcium achten.

Als zweite Säule des Wohlbefindens spielt regelmäßige Bewegung eine große Rolle. Dreimal pro Woche Sport - etwa Schwimmen, Tanzen, Walken, Radfahren, Pilates, Krafttraining oder Aquagymnastik - bringen Herz und Kreislauf in Schwung, stärken das Muskel- und Skelettsystem, halten fit, aktiv und beweglich. Außerdem macht körperliche Aktivität, besonders gemeinsam mit anderen, einfach Spaß. Die dritte Säule zielt vor allem auf das Wohlbefinden von Geist und Seele ab. Dafür sind ausgleichende Entspannungstechniken wie Yoga, Tai-Chi oder Autogenes Training geeignet. Auch Hob-



Wandern ist eine der schönsten und gesündesten Freizeitaktivitäten. Foto: djd/Pfizer Consumer Healthcare GmbH/goodluz-Fotolia.com

bys, die oftmals leidenschaftlich gepflegt werden, stimmen viele Menschen froh.

Ein guter Schlaf ist ebenso wichtig wie eine ausgewogene Ernährung und Bewegung. Denn eine gesunde Nachtruhe macht beispielsweise leistungsfähiger und erfolgreicher im Beruf. Die entsprechenden Tipps gegen Schlafstörungen reichen von Yoga, progressiver Muskelentspannung bis hin zu Ratschlägen, wie man den

Tag reizarm ausklingen lassen kann. Gesunde Rituale und leichte Kost am Abend sind andere Möglichkeiten, um sich auf die Nacht einzustimmen.

Generell gilt auch das alte Sprichwort: Wie man sich bettet, so liegt man. Manchmal auch auf der falschen Matratze. Dann wacht man im durchgelegenen Bett morgens wie gerädert auf. So genannte punktelastische Matratzen geben genau da

nach, wo der Körper es am meisten braucht. Nicht zu hart und nicht zu weich sollte die Matratze also sein.

Solche punktelastischen Matratzen gehen ergonomisch mit der Körperhaltung mit. Das sorgt für eine entspannte Schlafposition. Nach der Nacht bleibt keine Mulde in der Matratze zurück. Ohne Körperwärme geht die eingedrückte Fläche einfach wieder zurück in ihren Ursprungszustand. (djd/pt).



Fotos: Center Parcs

Das Beste für Gäste und Mitarbeiter

Wohlfühlen steht an erster Stelle

Im Park Hochsauerland in der Nähe der Wintersportorte Willingen und Winterberg stellen sich 300 engagierte Mitarbeiter der Herausforderung eines Urlaubsparadieses mit 561 Ferienhäusern, einem Vier-Sterne-Hotel mit Tagungsbereich sowie einem überdachten Erlebniszentrum in subtropischem Ambiente mit Gastronomie, Shops, Supermarkt, Südseebadeparadies und vielfältigen Sportangeboten.

Besuchen Sie neben **Zumba, Bauchkiller, Pilates, Yoga & Co** aber auch gern unsere **Aquafitness im Aqua Mundo**. Schwimmen bei Center Parcs ist ein ganzer Tag voller Badespaß. Unser subtropisches Schwimmbad, eine unvergleichliche Wasserwelt zum planschen, toben, rutschen, schwimmen oder einfach entspannen, eingerahmt von riesigen Palmen und anderen exotischen Pflanzen, eröffnet sich auf 4.000 m². Bei 30°C Lufttemperatur und einer Wassertemperatur zwischen 28°C und 33°C ist Spaß haben ganz einfach.

Und anschließend noch gemütlich in eines der sieben thematisch verschiedenen gastronomischen Angebote eintauchen und die Zeit genießen. Seit Oktober 2010

betreibt die ECP Deutschland GmbH die Restaurants, den Supermarkt und die Bäckerei. Die ECP Deutschland GmbH ist eine Tochter der 1991 in Frankreich gegründeten Firma Elior. In der Zusammenarbeit zwischen Center Parcs und Elior auf unserem Park Hochsauerland haben wir die optimale Symbiose zweier Firmen, um unseren Gästen einen unvergesslichen Aufenthalt in wunderschöner Umgebung zu bieten. Auch ein Tagesausflug lohnt sich. Denken Sie auch bei Ihren Firmen- oder Familienfeiern, Veranstaltungen und sonstigen Gelegenheiten an einen Besuch bei uns.

Elior und Center Parcs haben sich neben der Zufriedenheit unserer Gäste auch das Wohlergehen unserer Mitarbeiter und Auszubildenden als Ziel gesetzt. Unsere Auszubildenden nehmen an internen und extern organisierten Schulungen teil, werden in allen Belangen ihres Berufes geschult und somit qualifiziert für eine Karriere. Eine Übernahme nach der Ausbildung streben wir immer an. Alle Mitarbeiter nehmen an unserem Personalentwicklungsprogramm teil und haben die Chance sich weiter zu qualifizieren. Zudem legen wir auch gro-

ßen Wert auf soziales Engagement. So spenden wir und vor allem unseren Mitarbeiter die Einnahmen der Weihnachtstombola, aus Charity Events an soziale Zwecke. Auch haben im letzten Jahr 10% der Mitarbeiter auf ihr Weihnachtsgeschenk zu

Gunsten der Aktion Lichtblicke verzichtet.

In beiden Unternehmen ist das Arbeiten eine Herausforderung mit Abwechslung und vielen Möglichkeiten auch über den normalen Alltag hinaus. Seien Sie auch dabei.

Zum 01.08.2014 bietet Center Parcs die Ausbildungsberufe:

- Fachangestellter für Bäderbetriebe (m/w)
- Elektroniker für Energie und Gebäudetechnik (m/w)

Bewerbungen richten Sie bitte an:
Center Parcs Bungalowpark Hochsauerland GmbH
 Sonnenallee 1, 59964 Medebach
 Tel: 02982-954054

Zum 01.08.2014 bietet Elior die Ausbildungsberufe:

- Hotelfachmann/-fachfrau
- Koch/Köchin
- Verkäufer/in mit Schwerpunkt Lebensmittel
- Fachkraft im Gastgewerbe (m/w)

Bewerbungen richten Sie bitte an:
ECP Deutschland GmbH
 Sonnenallee 1, 59964 Medebach
 Tel: 02982-954015

„Ich weiß es doch auch nicht“

„Scharfrichter unter den deutschen Kabarettisten“ in Bestwig

Wilfried Schmickler, Jahrgang 54, präsentiert sein fünftes Solo-Programm: „Ich weiß es doch auch nicht!“ Am 23. März verkündet er im Bürgersaal Bestwig Einsichten und Diagnose.

Der Mann leidet am Burn-Over-Syndrom und diese Eigendiagnose erscheint sehr glaubwürdig angesichts der zahllosen offenen Fragen, die sich dem überforderten Zeitgenossen stellen. „Ich kümmer mich drum“ verspricht Wilfried Schmickler zu Beginn seines zweistündigen Querfeldein-Rennens.

„Aber ich sage Ihnen gleich: Ich kann mich nicht um alles kümmern.“ Da ist es, das Dilemma. Es gibt eben zu viele Aufreger. Und Schmickler regt sich auf. In seinem aktuellen Programm erweckt das kabarettistische Schwer-



gewicht erneut den Eindruck, als habe man einem kompromisslosen, scharf analysierenden, mitunter choleri-

schen Moralisten vor dem Auftritt noch eine Adrenalin-Spritze in den Brustkorb gerammt.

Mit anderen Worten: Schmickler ist umwerfend gut, wieder einmal. Aber hat er uns jemals enttäuscht? Wie er auch – so leidenschaftlich wie er geht kaum jemand zur Sache.

Seit 2001 hat Schmickler alle wichtigen Auszeichnungen erhalten: Deutscher Kleinkunstpreis, Prix Pantheon, Deutscher Kabarett-Preis, Salzburger Stier. Die Laudatoren sehen ihn als „Überzeugungstäter“ und „Scharfrichter unter den deutschen Kabarettisten“, finden ihn blitzschnell, gnadenlos, genau, subtil, perfide, provokant, spitzfindig, direkt, derb, rotzfrech und poetisch. Kurzum: es wird ein höchst unterhaltsamer Abend. Und Schmickler dieser große böse laute Mann, er singt sogar! Ganz ohne Furor, ganz sanft, sehr berührend. Authentisch.

SIDO kommt nach Olsberg

Hip Hop Star macht in der Konzerthalle Station: Verlosung

SIDO kommt nach Olsberg: Der Hip Hop Star wird am 14. März in der Konzerthalle die Fans begeistern.

Der Auftritt wird von breiter Sponsoren-Unterstützung ermöglicht, die natürlich dabei waren, als auf das SIDO-Ereignis aufmerksam gemacht wurde. „Die Erfahrung lehrt, dass solche hochkarätigen Konzerte im Sauerland Ruck-Zuck ausverkauft sein werden“, hieß die Einschätzung. Die neue Scheibe „dreissigelfachtzig“, SIDOS Geburtsdatum, steht im Mittelpunkt der neuen CD. Die Konzerthalle Olsberg hat sich schon überregional in der Szene einen guten Namen gemacht, und bietet alles was ein Großkon-



zert an Anforderungen stellt. Ebenso dankt er den Sponsoren, ohne die ein solches Megaevent nicht möglich wäre.

Wer dabei sein möchte, sollte sich sputen, die Veranstaltung war bereits ausverkauft, nun wurde Platz für ein kleines Restkontingent geschaffen. Karten gibt es an der Konzerthalle bei der Olsberg Touristik (02962 - 973 0), der BWT- Brilon Wirtschaft u. Tourismus, (02961/969 0) und den CTS Vorverkaufsstellen. Wir verlosen zwei Mal zwei Eintrittskarten für die Veranstaltung. Die Teilnahmebedingungen finden Sie im Internet unter www.fkwverlag.com.



Meschede ist eins von vielen Magazinen die von Senefelder Misset mit Nachhaltigkeit produziert werden.



Senefelder Misset is FSC-, PEFC- en ISO 14001-zertifiziert



Zorgeloos... Senefelder Misset

Prepress | Press | Afterpress | Logistics | Publishing Support

T: 0031 314355 616 F: 0031 314355 643 E: info@senefelder.nl I: www.senefelder.nl

Frühling fordert Fitnesskur für das Auto

Auch Motorräder sollten vor Saisonbeginn geprüft werden

Wenn die Meteorologen den Frühling ansagen, wird es Zeit für die automobilen Fitnesskur. Auch wenn der Winter bislang recht mild war, haben Split, Salz und Steinschläge Lack und Scheiben leiden lassen.

Aber auch Batterie und Beleuchtung wurden im Winter besonders beansprucht. Scheibenwischer, Reifen und Stoßdämpfer hatten Stress. Damit die automobilen Sommerzeit problemlos beginnen kann, hilft der Frühjahrs-Check im Kfz-Meisterbetrieb.

Die erste Sichtkontrolle nach der intensiven Wagenwäsche macht Lackschäden oder Steinschläge an der Frontscheibe sichtbar. Für klaren Durchblick sorgen neue Wischerblätter und die gründliche Reinigung der Scheiben von innen und außen. Der Batterietester klärt den Ladezustand der Batterie, Pol-Spray schützt vor Korrosion.

Ganz wichtig bei der Inspektion sind die Füllstände von Kühlwasser, Motoröl, Bremsflüssigkeit und Scheibenwischwasser. Bei Bedarf wird nachgefüllt. Die Werkstatt weiß, welche Sorten geeignet sind. Ob ein Ölwechsel ansteht, hängt von den empfohlenen Intervallen ab.

Frühlingszeit ist Pollenzeit. Deshalb wird der Innenraumfilter unter die Lupe genommen. Dort lagern sich Staub, Ruß und Pollen ab. Ein sauberer Filter verringert die Verbreitung von Keimen und gleichzeitig das Sicherheitsrisiko beschlagener Scheiben. Der Innenraumfilter sollte spätestens nach 15.000 Kilometern ausgetauscht werden.

Die Stoßdämpfer hatten im Winter auch wegen der Schlaglöcher viel Arbeit.



Mit einem gründlichen Check wird das Auto auf den Frühling vorbereitet. Foto: ProMotor.

Durch hohen Verschleiß kann der Bremsweg länger werden. Auch Querlenker, Federbeine oder Spurstangen wurden belastet.

Ein Poltern an der Vorderachse kann auf beschädigte Koppelstangen oder ausgeschlagene Lager an den Lenkern

zurückzuführen sein. Der Wechsel auf die Sommerreifen bietet daher die beste Gelegenheit für eine Überprüfung.

Was für die Autos gilt, zählt erst recht für Motorräder. Mit der Frühlingssonne werden sie wieder aus den Garagen

geholt. Doch bevor die ersten Touren anstehen, sollten sie in der Werkstatt gründlich durchgecheckt werden.

Besonderes Augenmerk gilt den Reifen. Sie tragen wesentlich zur Sicherheit bei und dürfen nicht älter als sechs Jahre sein, da sie sonst ausgasen können. Die Folge: längere Bremswege, besonders bei Nässe. Aber auch jüngere Reifen müssen auf eventuelle Schnitte und ihre Profiltiefe (mindestens 1,6 Millimeter) überprüft werden.

Neben den Reifen müssen alle Flüssigkeiten sowie die Lichtanlage überprüft werden. Ganz wichtig sind natürlich auch die Bremsen. Die Beläge, die Bremswirkung, der Druckpunkt und der Freilauf der Räder sollten vor der ersten Tour gecheckt werden. Ebenso muss die Antriebskette korrekt gespannt und geschmiert sein.

Viele Werkstätten bieten so einen Frühlings-Check für Autos beziehungsweise Motorräder kostengünstig an.



Neue Wischerblätter sorgen für freie Sicht. Foto: ProMotor_Timo Volz

Zimmer frei? Vermieten Sie via Internet!



Sie brauchen eine neue Homepage?
Sprechen Sie mit uns.

F.K.W. Verlag
Fachverlag für Kommunikation und Werbung GmbH
Nelmannwall 4
59494 Soest

www.fkw.de
info@fkw.de

Foto: ianna gelczyk / pixelio.de

Neuer Wohnraum unterm Dach

Effiziente Dämmung hält Kälte und Hitze draußen

Platz ist in der kleinsten Stube, sagt eine alte Volksweisheit. Das ist zweifellos richtig. Sollte dieser Platz aber doch einmal zu eng werden und es muss neuer Wohnraum geschaffen werden, kann der Dachausbau die geeignete Alternative sein.

Gründe warum neuer Wohnraum geschaffen werden soll, gibt es viele: Nachwuchs kündigt sich an, es soll ein Hobbyraum her oder ein Arbeitszimmer. Unterm Dach finden sich meistens die nötigen Reserven – und Dachzimmer über auf die meisten Menschen eine ganz besondere Faszination aus: Freier Blick, dem Himmel und den Sternen ganz nah und doch geschützt wie in einer gemütlichen Höhle.

Um die Raumreserven unter dem Dach zu nutzen, muss natürlich eine effiziente Dämmung her, die die Kälte im Winter, aber auch die Hitze im Sommer draußen lässt und zwölf Monate im Jahr für ein angenehmes Raumklima sorgt. Eine einfache Dämmung zwischen den Dachsparren ist häufig bereits vorhanden und kann auch weiter genutzt werden. Allerdings reicht sie in der Regel nicht aus, wenn unterm Dach neuer Wohnraum entstehen soll. Dann sollte zusätzliche eine Auf- oder Untersparrendämmung angebracht werden.

Eine Aufsparrendämmung empfiehlt sich besonders dann, wenn das Dach ohnehin eine neue Eindeckung



Warme Tage genießen: Ein Dachaustritt, der sich auch nachträglich installieren lässt, macht es möglich.
Foto: djd/VELUX



Gut gedämmt, entsteht unterm Dach neuer Wohnraum mit einem angenehmen Raumklima. Foto: djd/Paul Bauder

bekommen soll. Sie hüllt das Dach lückenlos wie eine Haube ein und ist daher der effektivste Schutz vor Kälte und Wärme. So lassen sich auch die Energiekosten spürbar senken. Wenn das Dach neu eingedeckt werden soll, ist dies auch eine günstige Gelegenheit, gleichzeitig eine Solaranlage zu installieren. Die Untersparrendämmung empfiehlt sich dann, wenn die Dachhaut nicht verändert werden soll und die Dachräume noch nicht ausgebaut sind.

Ein Schlafzimmer, ein Kinderzimmer oder ein Arbeitszimmer lässt sich meistens ohne allzu großen Aufwand schaffen. Räume lassen sich unkompliziert und schnell mit Leichtbauwänden realisieren. Gipsbauplatten, Metall-Profile und Dämmung ergeben eine stabile, Schallgeschützte Wand. Ein weiterer Vorteil: In den Hohlräumen zwischen den Platten können die Versorgungsleitungen beispielsweise für Telefon und Internet, TV und Elektro aber auch Wasserleitungen „unsichtbar“ verlegt werden.

Wird das Dachgeschoss ausgebaut, sollten höchste Ansprüche an das Wohnklima gestellt werden. Dafür sorgt nicht nur die effektive Dämmung, sondern auch die Fenster. Durch alte Fenster entweicht oft viel Wärme. Moderne Modelle weisen hingegen hervorragende Wärme-

durchgangswerte auf, sorgen für ein angenehmes Raumklima, lassen sich einfach bedienen und bieten auch eine optisch überaus ansprechende Lösung.

Elegant, komfortabel und praktisch ist z.B. ein Dachaustritt und wirkt fast wie ein Balkon. Mit einfachen Handgriffen öffnet sich das bodentiefe Fenster und mit einem Schritt

nach vorne lässt sich die frische Luft genießen.

Auch wenn das Dach nicht ausgebaut werden soll und der Winter sehr mild war: Zu Frühlingsbeginn sollte dennoch geprüft werden, ob die Dachziegel noch festsitzen oder ob sich kleine Lücken gebildet haben, durch die z.B. Feuchtigkeit eindringen kann.



Dachdämmungen sind etwa im Rahmen einer neuen Dacheindeckung mit überschaubarem Aufwand realisierbar. Foto: djd/Paul Bauder

Alte Gläser sind Energiefresser!
Glas tauschen und Energie, Geld und Steuern sparen!

glas bau & verglasungs gmbh

Heizölverbrauch pro m² Fensterfläche und Heizperiode

1,4 Liter	30 Liter	60 Liter
Energiesparglas	Isolierglas	Einbruchglas

Wir tauschen Ihr Fensterglas von gestern gegen modernes Wärmeschutzglas! Sauber, schnell und ohne "Baustelle"!

Alle Heizkosten: 5 • 59028 Brilon-Albert:
Tel. 0291 1-9603-0 • Fax. 0291 1-9603-99
info@gbv-brilon.de • www.gbv-brilon.de

VERANSTALTUNGEN

MESCHEDE

Sonntag, 9. März
Jewish Soul
11 Uhr Bürgerzentrum Alte Synagoge. Jüdische Musik trifft auf Melodien aus Marokko, Spanien und Griechenland.

Mittwoch, 12. März

20 Uhr Haus Markes Eversberg. Bunte Kuh, Kleinkunstshow.

Donnerstag, 13. März

Benefiz-Kammerkonzert mit dem Heeresmusikkorps Kasel für die Renovierung der historischen Randebarockorgel, 20 Uhr Pfarrkirche St. Severinus Calle.

Freitag, 14. März

Kammerkonzert für Cello und Klavier mit Janina Ruh und Boris Kusnezow, 20 Uhr Stadthalle.

Dienstag, 18. März

„Die Kirche in der Zerreißprobe verschiedener Erwartungen“, Vortrag des Kath. Bildungswerks im Dekanat Hochsauerland-Mitte, 19.30 Uhr Gemeinsames Kirchenzentrum.

BRILON

Freitag, 7. März
Bürgerzentrum Kolpinghaus „Selbstaustlöser“

Konzert mit den Brüdern Wingenfelder. Die ehemaligen Frontmänner der Erfolgsband „Fury In The Slaughterhouse“ präsentieren ihr neues Album „Selbstaustlöser“. Herausgekommen ist ein ungemein facettenreiches Album, auf dem die beiden weder ihre Vergangenheit leugnen, noch ihre Vorliebe für melancholische Melodien aus der Zeit mit Fury in the Slaughterhouse. Auftreten werden sie mit ihrer Band.

An- und Verkauf

Flohmarkt mit Flair! So. 16.3, im & am Gastlichen Dorf, Deelbrück Südhagen, Lippstädter Straße, Info & Anmeldung: 05246-8494



ARNSBERG, Freitag, 14. März, 20 Uhr, Sauerland Theater

„Nacht der Operette“ begeistert mit seiner Mischung aus Gesang, Schauspiel, Tanz und Bühneneffekten und setzt sich mit diesem Musiktheatergenre auf eine ganz neue und frische, manchmal auch gewagte Art und Weise auseinander. Die eigens für diese Produktion von namhaften deutschen Bühnen engagierten Gesangssolisten, das dynamische und spritzige internationale Ballett und nicht zuletzt das große Orchester des Warschauer Operettentheaters einführen in die faszinierende Welt der Operette. Ausschnitte aus „Die Fledermaus“, „Die lustige Witwe“, „Im Weißen Rössl“, „Das Land des Lächelns“, „Die Csardasfürstin“, „Der Vogelhändler“, „Der Zigeunerbaron“, „Eine Nacht in Venedig“, „Der Bettelstudent“, „Gräfin Mariza“, aber auch aus Offenbachs „Pariser Leben“, „Die schöne Helena“ und „Orpheus in der Unterwelt“ und vieles mehr begeistern die Zuhörer.

Sonntag, 23. März

Aula Schulzentrum, 17 Uhr
Jugend musiziert

Konzert mit dem Jugendsinfonieorchester der Musikschule des Hochsauerlandkreises.

Samstag, 29. März

Bürgersaal Rathaus, 18.30 Uhr
Konzert „Flautissimo“
„Alles nur geklaut“ mit dem Flötenensemble der HSK-Musikschule.

Samstag, 15. März, Dienstag, 18. März, jeweils 10.30 Uhr

Buchwerkstatt
Wissen macht schlau!: Für Kinder von acht bis elf Jahren. Anmeldung Stadtbibliothek, 02961/794460

An- und Verkauf

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

WINTERBERG

Donnerstag, 13. März
Comedy-Club, Oversum

Unter dem Motto I'M LUCKY, I'M LUKE präsentiert Luke Mockridge sein erstes Solo-Programm. Der 24-jährige Comedy-Newcomer, bereits bekannt aus Sendungen wie: Die große Quatsch Comedy Show, TV Total sowie Markus Lanz unterhält sein Publikum mit einer Mischung aus Erwachsen sein und Kind bleiben. Einen tiefen Eindruck will er nun auch im Sauerland vermitteln. Das Allround-Talent begeistert und sobald er seine Gitarre auspackt und singt braucht man auch keinen Justin Bieber

mehr...

BESTWIG
Sonntag, 23. März
Bürger- und Rathaus

Eine phantasievolle Vorstellung über Freundschaft, Liebe und Mut, und den Willen sein Ziel zu erreichen. Für Kinder von 4 bis 10 Jahren. Mit viel Musik, Gesang, Slapstick, wunderschönen Bildern und der Einbeziehung des Publikums bietet Don Kid-schote eine Reise in die Welt des armen, umherziehenden Vagabunden, der so gerne ein glorreicher Ritter wäre. Mit seinem treuen Weggefährten Don Pferd, und dem Abbild seiner großen Liebe Lady Lea macht er sich auf die Reise nach den Abenteuern dieser Welt.

Erotik

Top Girls v. A-Z wo die Auswahl groß ist!
Tel.: 02961/908044, Handy: 0151/17518197
www.girls-haus19.de täglich ab 10 Uhr

Warenkorb hilft Menschen in der Region

Dank an viele Unterstützer und Spender für Olsberger Initiative

Eine positive Jahresbilanz zieht der Olsberger Warenkorb, der daran erinnert, dass auch weiterhin Hilfestellung für die Menschen in der Region nötig und sinnvoll ist. „Obwohl es Viele nicht wahrhaben wollen: die Armut in Deutschland nimmt zu! Auch im Stadtgebiet Olsberg! Fast wöchentlich werden dort neue Ausweise zur Einkaufsberechtigung für Menschen in Not ausgestellt“, heißt es im Jahresbericht von Vroni Heilmeyer.

Es sei aber erfreulich, dass es immer wieder Menschen und Organisationen gibt, die bereit sind, diesen Menschen zu helfen und sich für deren Notlage einzusetzen, heißt es in der Bilanz. So besuchten Pastor Lipinski, Vikar Piekielny, Bürgermeister Fischer, Uschi Becker und Doris Kröpff vom Vorstand der Caritaskonferenz Olsberg den Warenkorb.

Im Frühjahr musste in Elleringhausen der Schrottverein



aufgelöst werden. Die Gruppe spendete den Gesamterlös für die gute Sache des Warenkorbs. Gute Teamarbeit bewiesen in Helmeringhausen die Kolpingfamilie und die KJG bei der BDKJ-Aktion: „Uns schickt der Himmel“.

Lebensmittel- und Sachspenden erhielt der Warenkorb vom Kolping Olsberg, dem Kreis-Imkerverein, der Ortopädietechnik Laufwerk, Baumschule Gockel, vom Weihnachtsmarkt Drönerhorst und den Kunden verschiedener Lebensmittelmärkte. „Die großartigen

Geldspenden von „Stamm's Glühwein-Hütte“, der kfd Elleringhausen, der Caritaskonferenz Olsberg, von Kolping und Kindergarten Bigge sowie vieler Privatpersonen

sind eine große Hilfe für den Zu-Kauf der vielen Lebensmittel, über die sich die Warenkorb-Kunden Woche für Woche freuen“, danken die Initiatoren für Unterstützung. In diesen Dank eingeschlossen sind die Sternsinger-Kinder aus Olsberg sowie der Schützenkönig Ralf Kersting und sein Gefolge. Auch in Bigge, Elleringhausen, Bruchhausen, Antfeld und Gevelinghausen spendeten die Sternsinger, die Elleringhauser und Bigger Firmlinge verteilten ihre selbst hergestellten Lebkuchen- und bewirteten im Zelt eine „Kaffee und Tee-Bude“.



Wingenfelders und die Furies: Selbstaustlöser

Frontmänner- und Brüder-Duo präsentiert sich in Brilon

Ganz enge Freunde erwartet der Konzertveranstalter Gisbert Kemmerling am Freitag, 7. März, ab 20 Uhr auf der Bühne des Bürgerzentrums Kolpinghaus in Brilon: Dann nämlich präsentieren die ehemaligen Frontmänner Wingenfelder der Erfolgsband „Fury In The Slaughterhouse“ ihr neues Album „Selbstaustlöser“.



für melancholische Melodien aus der Zeit mit Fury in the

Slaughterhouse. Auftreten werden sie mit ihrer Band: Kai Wingenfelder – Gesang, Gitarre, Keyboard etc.; Thorsten Wingenfelder – Gitarre, Gesang, Keyboard etc.; Norman Keil – Gitarre, Lutz Sauerbier – Schlagzeug, Volker Rechin – Bass und Sebastian Demin – Keyboard. Sie sind eine außergewöhnliche Live-Erscheinung. Mit einem Mix aus neuen + alten WINGENFELDER-Songs, Eigeninterpretationen von Fury – Klassikern umrahmt von traurig – lustig – schönen Geschichten über das

Leben oder dem was wir manchmal dafür halten, haben sich die WINGENGELDER – Brüder und ihre Band in die Herzen einer treuen Fangemeinde gespielt.

Wingenfelders und die Furies sind schon lange mit Gisbert befreundet. Kemmerling holte die Formation ins Sauerland, als noch niemand sie kannte. Danach starteten WINGENFELDER „Fury in the Slaughterhouse“ kompetenthaft durch, und hielten dem heimischen Konzertveranstalter auch in der Top Liga die Treue.

Erstkassig.

Gesundheitsleistungen, mit denen Sie immer vorne liegen.

knappschaft.de | 08000 200501 (kostenfrei)
und hier vor Ort am Heinrich-Cordes-Platz 4,
57368 Lennestadt



Als Erfinder der Krankenkasse bieten wir unseren Kunden nicht nur umfangreiche Leistungen, servicestärke Betreuung und faire Konditionen. Wir belohnen Sie auch mit einem großzügigen Bonusprogramm, wenn Sie selbst für Ihre Gesundheit aktiv sind. Willkommen bei den Erfindern der Krankenkasse!



KNAPPSCHAFT
DIE ERFINDER DER KRANKENKASSE