



Wandern auf dem Bierweg

Die Heimat zu Fuß zu erkunden, wird immer beliebter – Seite 6

OBERBERGISCHE ORTE Seite 14

Marienheide überrascht in vielfacher Hinsicht

AUS DER REGION Seite 18

Wiehl und Bielstein pflegen ihr Wir-Gefühl

GESELLSCHAFT Seite 28

Federbettensammler Jürgen Brüning

Investieren Sie doch mal in die Zukunft unseres Planeten.

Jetzt zu nachhaltigen Finanzen beraten lassen – von Ihrer Sparkasse.

Mehr auf sparkasse-gm.de/mehralsgeld

Weil's um mehr als Geld geht.



**Sparkasse
Gummersbach**

IMPRESSUM

Herausgeber, Vertrieb und Druck

Welpdruck GmbH
Dorfstraße 30, 51674 Wiehl
Telefon 02262 7222-0
vertrieb@der-medienverlag.de
info@welpdruck.de
Amtsgericht Köln, HRB 57879
Geschäftsführer: Michael Welp

Erscheinung, Auflage

4 x jährlich, 42.000 Exemplare

Redaktion

Dieter Lange (Leitung)
Anna-Lena Schäfer
Marie-Luise Dörfel
redaktion@der-medienverlag.de

Layout

Marco Reifenberg
Vitamin D | Büro für Design
Zirrer Straße 17, 51674 Wiehl
info@vitamind.de

Verteilung

kostenlos an alle Haushalte
im Verteilgebiet

Titelbild

Der Bierweg oberhalb von
Faulmert; © Christina Rothe

Der Herausgeber haftet nicht für eventuell erlittenen Schaden, der aus Fehlern und/oder Unvollständigkeiten aus dem Inhalt dieses Magazins hervorgeht. Zugleich ist der Herausgeber nicht verpflichtet, unverlangt eingesandte Artikel oder Bilder zurückzusenden. Der Inserent ist für die von ihm eingereichten Texte, Bilder oder Logos, etc. selbst verantwortlich. Der Inserent schützt die Welpdruck GmbH vor allen Forderungen, die aus dem Verstoß gegen Rechte Dritter im Bezug auf Marken, Patente, Urheberrechte oder anderer Rechte hervorgehen sollten. Eine Vervielfältigung abgedruckter Texte ohne vorherige Absprache und Zustimmung mit der Welpdruck GmbH ist unzulässig und strafbar. Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht automatisch die Meinung des Verlages wieder.

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

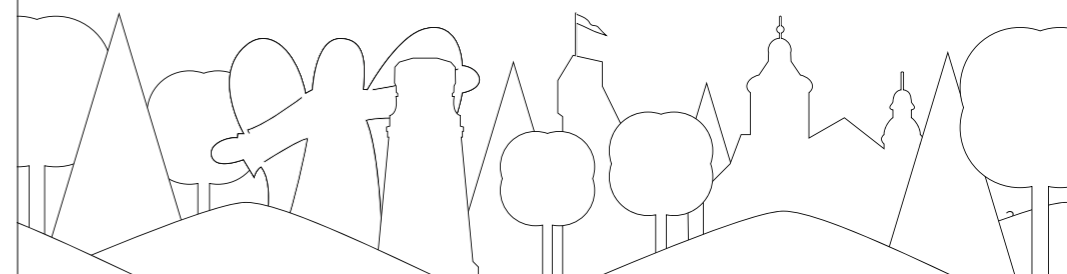
ein heißer und (zu trockener) Sommer liegt fast hinter uns – und die Diskussion, ob die Hitze und die Trockenheit eine Folge des oft zitierten Klimawandels sind, dürfte weiter an Fahrt aufnehmen. Aber auch sonst haben wir einen „heißen Sommer“ erlebt, denn der Krieg in der Ukraine dauert mit unverminderter Härte an und ein Ende ist leider immer noch nicht abzusehen. Nicht abzusehen sind aber auch die Folgen von Putins Angriffskrieg. Denn die Energiekosten haben sich jetzt schon verdoppelt, teilweise sogar verdreifacht – und die kalte Jahreszeit hat noch gar nicht begonnen. Und auch die übrigen Lebenshaltungskosten sind enorm gestiegen, wie die Inflationsrate von über 7% zeigt. Wahrlich keine optimistischen Zukunftsaussichten, woran auch das ein oder andere Entlastungspaket der Bundesregierung nichts ändert.

Und auch die Diskussionen zum Thema Corona sind nicht gerade dazu angetan, von einer Entspannung zu reden – im Gegenteil: Der nächste Herbst und der nächste Winter kommen bestimmt – und damit möglicherweise auch wieder Einschränkungen (Maskenpflicht u.a.), sollten die Inzidenzzahlen wieder in die Höhe schnellen. Bleibt nur zu hoffen, dass uns ein erneuter Lockdown erspart bleibt – denn das könnte für viele Einzelhändler, Gastronomiebetriebe und Unternehmen das endgültige Aus bedeuten.

Liebe Leserinnen und Leser, wir freuen uns aber, Ihnen die neueste Ausgabe unseres Lokalmagazins präsentieren zu können, was in diesen unruhigen und ungewissen Zeiten wahrlich nicht selbstverständlich ist. Und wir sind überzeugt, dass Sie sich wieder über interessante und abwechslungsreiche Artikel freuen können. Eine kleine Kostprobe? Wir stellen die „grüne“ und wasserreiche Gemeinde Marienheide (Seite 14) vor, wir laden Sie zum Wandertag auf dem Bierweg rund um Bielstein ein und stellen Ihnen die neuen „Durstlöscher“ auf diesem Rundwanderweg (Seite 6/8) vor. Zudem berichten wir über die Ziele des neu gegründeten „Ernährungsrat Bergisches Land“ (Seite 10) und über die Aktionswoche „Heimat-Shoppen“ in der Stadt Wiehl (Seite 18).

Liebe Leserinnen und Leser, wir wünschen Ihnen viel Freude bei der Lektüre und wünschen Ihnen einen schönen Herbst, wobei sich die Natur natürlich auch nach ein paar Regentage sehnt. Und bei allen düsteren Aussichten, bleiben Sie optimistisch und – vor allem – gesund.

**Ihr Verlags- und Redaktionsteam
der medienverlag**





6



10



14



20

**Gemeinsam
für unsere Region**

6 OBERBERG AKTIV
Wandern auf dem Bierweg

14 OBERBERGISCHE ORTE
Grüne Gemeinde Marienheide

8 AUS DER REGION
Durstlöscher auf dem Bierweg

17 VEREINSLEBEN
Frauenchor Oberbantenberg

10 GESELLSCHAFT
Regional und sicher: Ernährung für das Bergische Land

18 AUS DER REGION
Wiehl und Bielstein pflegen
Wir-Gefühl: „Wir sind Wiehl“

20 GESICHTER & GESCHICHTEN
Dienstjubiläum: Volksbank-
Pressesprecher Thomas Knura

23 BUCHTIPP
„Beinahe Alaska“ von Arezu
Weitholz

24 GESELLSCHAFT
Vorstellung des Buches
„Frauen der AWO“

26 OBERBERG AKTIV
Esther Schittko: Sport ist Mord!
Oder?

28 GESELLSCHAFT
Federbettensammler
Jürgen Brüning

30 GESUNDHEIT
„Stille Killer“ – was uns fett und
krank macht!

34 AUS DER REGION
CVJM Ründeroth – „together
on tour“

20. Treckertreffen in Wiehl-Hengstenberg

Text: Michael Welp Fotos: Harald Hoyer

Nach zwei Jahren Corona-Zwangspause freuen sich die Treckerfreunde Hengstenberg auf das 20. Treffen mit vielen Gästen. Die Treffen 18 und 19 konnten leider nur gemäß der zu dem Zeitpunkt bestehenden Corona-Schutzverordnungen stattfinden und waren somit eher nur interner Natur, im kleinen Kreis der Veranstalter aus der Dorfgemeinschaft. Dank der zuletzt aber überwältigenden Resonanz und der anhaltenden Begeisterung der Teilnehmer, und weil gerade auch bisher ganz wenige solcher Treffen erst wieder stattgefunden haben, hoffen die Treckerfreunde auf viele Besucher und Gäste.

Es stehen über 300 Stellplätze für Traktoren mit landwirtschaftlichen Gerätschaften zur Verfügung, die auf den Dorfwiesen präsentiert werden können. Für Besucher, die mit dem PKW kommen, stehen 150 Parkplätze zur Verfügung. Die fußläufige Erreichbarkeit zur Ausstellungsfläche ist gesichert und beschildert. Zum 20. Treffen gibt es wieder diverse Geschicklichkeitsspiele, die es mit Mensch und Maschine zu bewältigen gilt, begleitet wird alles durch ein unterhaltsames Musikprogramm. Natürlich gibt es auch wieder Technik zu bestaunen, Firmen aus der Forst- und Gartentechnik stellen ihre neuesten Innovationen aus dem gesamten Bereich vor und stehen beratend für Fragen rund um dieses Thema zur Verfügung. Für das leibliche Wohl wird ebenfalls bestens gesorgt. Die bekannten „Spezialitäten“ inkl. Erbsensuppe aus der Gulaschkanone warten auf hungrige Gäste. Das Fest findet wie immer nur ausschließlich am Samstag statt, und natürlich unter den am Tag der Veranstaltung gültigen Vorgaben aus der Corona-Schutzverordnung.

Hengstenberg freut sich auf seine Besucher und Gäste am Samstag, den 17. September 2022 und wünscht allen eine gute und trockene Anreise.

Weitere Infos:

i www.treckerfreunde-hengstenberg.de



**20. Historisches
Oldtimer
Traktoren-Treffen**

Samstag, 17. Sept. 2022
Beginn: 11.00 Uhr
am Dorfgemeinschaftshaus Hengstenberg

**Treffen und Ausstellung alter
Traktoren und Landmaschinen**
Für das leibliche Wohl wird bestens gesorgt

Zutritt nach den tagesaktuellen Bedingungen der gültigen
Coronaschutzverordnung.
Kontakt: www.treckerfreunde-hengstenberg.de

**der Treckerfreunde
Hengstenberg
in Wiehl-Hengstenberg**
Hengstenberger Schleicher fahren Deutz und Eicher
Veranstalter: Dorfgemeinschaft Hengstenberg e.V.



v.l.n.r. Bernie Müller (Metzgerei Müller), Doris Bilobrowec (SGV), Corinna Kawczyk (Stadt Wiehl), Christina Rothe (Erzquell Brauerei).

Wandern auf dem Bierweg

Text: Christina Rothe, Moritz Müller, Michael Welp **Fotos:** Michael Welp

Die bergische Heimat zu Fuß zu erkunden wird immer beliebter und so sind in den letzten Jahren, durch die Naturarena Bergisches Land GmbH, diverse Wanderwege, die sog. Streifzüge, entstanden. Einer davon ist der Streifzug mit der Nummer 17, der Bierweg in und um Bielstein.

Die hier am Ort angesiedelte und den Namen des Weges prägende Erzquell Brauerei lädt in Verbindung mit dem Heimatverein Bielstein e.V. und der Naturarena/Das Bergische im Rahmen der 8. Bergischen Wanderwoche zu einem Wandertag auf dem Bierweg, der nach Expertenmeinung zu den landschaftlich schönsten Streifzügen mit atem-

beraubenden Fernblicken zählt, rund um Bielstein ein. Am 11. September 2022 gibt es auf dem Bierweg neben vielen Informationen rund um das Thema Bier auch verschiedene Stationen, an denen sich die Wanderer mit Erfrischungen und Proviant versorgen können.

Start und Ziel für die Wanderungen ist der Brauereihof. Im Laufe des Tages werden Wanderführungen angeboten. Der Weg ist aber gut ausgeschildert, so dass dieser natürlich auch selbstständig begangen werden kann. Auf dem Brauereihof erwartet die Besucher ein Angebot an Speisen und Getränken sowie Livemusik. Dafür sorgen die örtlichen Gastronomen und die Vereine aus der Umgebung. Auch wer nicht wandern möchte, ist natürlich herzlich willkommen.

Seit dem Jahr 1900 wird im Bierdorf Bielstein Bier gebraut. Der Bierweg bietet Einblicke in die Geschichte der örtlichen Erzquell Brauerei und in die Kunst des Brauens. Dabei führt

er auf die Spur jener Zutaten, die seit Jahrhunderten gemäß dem Reinheitsgebot von 1516 zum Bierbrauen verwendet werden: Gerste, Hopfen und Wasser.

So begleitet der 13,4 Kilometer lange Rundweg den Wanderer zu der Quelle, die das Wasser für das Bier aus Bielstein liefert. An einem Hopfenfeld am Weg wachsen Hopfenpflanzen, die Wanderer bestaunen können. Hintergründe zu den Rohstoffen und warum mitten im Bergischen Land Kölsch gebraut werden darf, erklären die sieben Infotafeln am Wegesrand. Auf dem Bierweg finden Sie in regelmäßigen Abständen die Zunft Kölsch Bierhöhlen (siehe Bericht in diesem Heft), die in die Erde eingelassen wurden.

Aber nicht nur gegen den Durst gibt es leckere Sachen aus Bielstein, denn wer wandert bekommt natürlich Hunger. Dafür bietet sich als idealer Begleiter die herzhafte Wanderwurst der örtlichen Metzgerei Müller an. Und man stillt damit nicht nur den Hunger, sondern unterstützt gleichzeitig den Erhalt der Wanderwege. Denn 50 Cent von jeder verkauften Wurst gehen als Spende an den „Wandercent“, den der Naturpark Bergisches Land 2018 zum Erhalt der Wanderwege ins Leben gerufen hatte. Insgesamt wurden in den vergangenen Jahren bereits über 1200 Wanderwürste verkauft. Und so konnte die Metzgerei Müller schon insgesamt 600,00 € für den „Wandercent“ spenden und somit einen Beitrag zur Attraktivitätssteigerung der Wanderwege in der bergischen Region leisten. Die Idee mit der Wanderwurst hatte seinerzeit Corinna Kawczyk, die unter anderem als Tourismusbeauftragte bei der Stadt Wiehl tätig ist und das Metzgerehepaar Bernie und Herbert Müller mit ihrem Vorschlag begeisterte.



Ein zünftiges Picknick mit regionalen Spezialitäten.

Doch mindestens genauso wichtig ist der Geschmack: „Bei der Wanderwurst handelt es sich um eine kräftig gewürzte Dauerbrühwurst nach Art einer bayrischen Bierwurst im Naturfaserdarm mit einem Hauch Knoblauch, die im Naturrauch über Buchenholz geräuchert wird“, erklärt Metzgermeister Herbert Müller und fährt fort: „Sie ist ideal zum Wandern, hat einen schönen Biss und schmeckt einfach wunderbar.“ Die Wanderwurst ist circa 300 Gramm schwer, passt in jeden Wanderrucksack und kann mit jedem Taschenmesser gut geschnitten werden.

So kann man gut gerüstet den wunderschönen Weg um Bielstein begehen und die traumhaften Ausblicke genießen.



Ein starker Wille kann Berge versetzen. Der letzte ganz besonders.

Ein Testament oder ein Vermächtnis zugunsten der Hospiz- und Trauerarbeit in Wiehl und Oberberg sind Möglichkeiten, die individuelle Begleitung und Betreuung schwerkranker und sterbender Menschen langfristig finanziell zu sichern. Wenn auch Sie sich über Ihr eigenes Leben hinaus engagieren wollen, lassen wir Ihnen gerne unsere Testamentsbroschüre zukommen. Wir beraten Sie gerne. Ihren persönlichen Ansprechpartner erreichen Sie unter 0 22 62 - 30 56 108.

JOHANNES HOSPIZ OBERBERG STIFTUNG

Hauptstraße 27 · 51674 Wiehl · www.hospiz-oberberg-stiftung.de · info@jho-stiftung.de
Spendenkonto: Deutsche Bank AG IBAN: DE05 3607 0050 0250 5014 00

Das Wohnzimmer von Bielstein

Restaurant - Gasthaus - Partyservice



Haus Kranenberg Inhaber: Familie Kahl

Bielsteiner Straße 92 - 51674 Wiehl-Bielstein
Telefon: 02262 79 76 59 8 WhatsApp: 0170 59 29 817
info@Haus-Kranenberg.de - www.Haus-Kranenberg.de



Geöffnet: Mi - Sa, 11:00 Uhr bis 14 Uhr / 17:00 Uhr bis Ende offen, Sonn- und Feiertags 11:00 Uhr bis 21:00 Uhr durchgehend geöffnet mit warmer Küche



Die Betreiberfamilie Kahl kümmert sich um die Befüllung an den einzelnen Stationen.

Durstlöcher auf dem Bierweg

Text: Anna-Lena Schäfer Fotos: Michael Welp

Für Wanderer bietet der „Bierweg“ seit Ende Juni eine zünftige Erfrischung: In sogenannten Hopfenhöhlen finden sie kühles Kölsch am Wegesrand. Auf Anregen der Erzquell Brauerei installierte das Bergische Wanderland fünf solcher Höhlen, die über den Betreiber Haus Kranenberg in Bielstein gebucht und befüllt werden können.

Auf 13,4 Kilometern führt die Nummer 17 des Bergischen Wanderlands rund vier Stunden durch die Wiehler Dörfer und Hügel rund um die Erzquell Brauerei. Entlang des Weges wird auf sieben Informationstafeln erklärt, wie Bier hergestellt wird und was die einzelnen Inhaltsstoffe bewirken. Zudem erläutern die Tafeln am Wegesrand die Lagerung und Haltbarkeit und halten interessante Fakten über Bier aus aller Welt bereit. Ihren Durst löschen konnten Wanderer bisher vor allem am Ende des Rundweges bei der Einkehr ins Haus Kranenberg in Bielstein. Damit der Bierweg seinem Namen alle Ehre macht, gibt es nun zudem unterwegs kühle Getränke. Dafür wurden sogenannte Hopfenhöhlen in den Boden eingelassen. Jede dieser Höhlen bietet Platz für insgesamt 15 Flaschen á 0,33 Liter.

Frisches, kühles Wegbier

Die Befüllung der Höhlen wird durch das Haus Kranenberg übernommen. „Wir liefern das Bier in Kühltaschen direkt aus unserem Kühlhaus in die Höhlen. Durch die Einbautiefe bleibt es im Boden weiterhin genussgerecht gekühlt“, erläutert Christian Kahl, Inhaber des Haus Kranenberg. „Ein Flaschenöffner befindet sich ebenfalls in der Höhle, sodass die unter der Erde gekühlten Getränke direkt frisch genossen werden können.“ Es gibt drei Befüllungsvarianten: Entweder eine Höhle mit 15 Flaschen Zunft Kölsch, eine Variante mit anteilig mehr alkoholischen Getränken (neun Flaschen Zunft Kölsch, drei Flaschen Fassbrause, drei Flaschen Sportsfreund) oder eine Option mit anteilig mehr antialkoholischen Getränken (drei Flaschen Fassbrause, drei Flaschen Sportsfreund, drei Flaschen Golden Malz und sechs Flaschen Zunft Kölsch).

Hopfenhöhle vorab online buchen

Um die Bierhöhlen nutzen zu können, ist eine Online-Buchung vorab notwendig. „Wanderer können eine oder mehrere Hopfenhöhlen über unsere Webseite buchen und erhalten anschließend einen Code, um das Zahlenschloss daran zu öffnen“, so Christian Kahl. Einen Ruhetag gibt es nicht: Die Hopfenhöhlen können an jedem Tag der Woche genutzt werden. Der Preis beträgt 30 Euro für eine gefüllte Höhle mit 15 Flaschen.

Auch wenn die eigentliche Wandersaison im Herbst noch gar nicht richtig begonnen hat, werden die Hopfenhöhlen bereits sehr gut angenommen. „Da wir nie wissen, wann genau die Wanderer am gebuchten Tag vorbeikommen, kann eine Höhle pro Tag nur einmal vergeben werden“, so Kahl weiter. „Wir empfehlen deshalb, die Höhlen einige Tage im Voraus zu buchen. Aktuell ist die Anfrage groß und die Höhlen für die nächsten Tage sind bereits komplett ausgebucht.“ Er rät zudem, vorab in den Kalender auf seiner Buchungs-Webseite zu schauen und zu prüfen, ob die gewünschte Höhle für den jeweiligen Tag noch frei ist. Anschließend erfolgen Buchung und Bezahlung ganz einfach über den Onlineshop. Bald werden zudem Gutscheine erhältlich sein, die online gekauft und per Post zugeschickt bzw. im Haus Kranenberg abgeholt werden können.

Entspannter Platz für ein Püschchen

Die fünf Hopfenhöhlen sind neben Bänken entlang des Bierwegs platziert, sodass Wanderer direkt einen Platz für

eine kurze Pause finden. Nach der Quelle in Mühlen befinden sich die nächsten zwei Bierhöhlen in Hengstenberg und Faulmert – passend, um nach dem langen Anstieg bei schöner Aussicht zu verschmaufen. Weitere Höhlen gibt es in der Nähe von Krahm und auf der Jennecken Höhe oberhalb von Wald. Christian Kahl und seinem Team ist es ein besonderes Anliegen, dass auch die Bänke und Flächen rund um die Stationen Instand bleiben. „Bisher sind alle sehr vorbildlich und hinterlassen die Bänke rund um die Hopfenhöhlen sauber“, so der Betreiber. „Wir bitten darum, die Flaschen nach dem Verzehr wieder in die Höhlen zu stellen und die Kronkorken mitzunehmen bzw. in einem Mülleimer zu entsorgen.“ Sollte es vor Ort Fragen oder Probleme geben, erhalten Wanderer bei der Buchung eine Telefonnummer und können sich beim Haus Kranenberg melden. „Sollte mal etwas nicht wie geplant laufen – beispielsweise das Schloss klemmen oder eine Höhle aufgebrochen worden sein – sind wir telefonisch jederzeit erreichbar und bieten schnelle Hilfe.“

Da können wir nur noch sagen: Prost! Auf dass Wanderlustige auf dem Bierweg nun stets ein kühles Getränk zur Hand haben und keine Flaschen mehr mit sich schleppen müssen.

Weitere Infos:

www.bergischer-bierweg.de
www.haus-kranenberg.de



GUT ZU WISSEN
WO ES HERKOMMT

REGENSBURGER KNÖPFE
GRILLHAXEN

FEIERN SIE MIT UNS IHR OKTOBERFEST

PFEFFERBEISSER
KRUSTENBRATEN
GRILLSCHINKEN

BAYRISCHER LEBERKÄSE
BAUERN-, BLUT- UND LEBERWÜSTCHEN
MÜNCHNER WEISSWURST

Metzgerei Müller | Bielsteiner Straße 90 | 51674 Wiehl-Bielstein | Telefon 022 62-22 72 | www.metzger-mueller.com
 Filiale Wiehl | Weiherplatz 8 | 51674 Wiehl | Telefon 022 62-97872



Regional und sicher: Ernährung für das Bergische Land

Der neue „Ernährungsrat Bergisches Land“ will bezahlbare, nachhaltige Lebensmittel im Bergischen Land möglich machen

Text: Marie-Luise Dörfel **Fotos:** Ernährungsrat Bergisches Land

Der Blick auf die Etiketten von Obst und Gemüse und anderen Produkten zeigt: Unsere Lebensmittel kommen nicht nur aus der EU, sondern werden aus allen Kontinenten, ebenso wie die Futtermittel für Tiere – besonders Soja – vor allem aus Süd- und Nordamerika importiert. Neben den vielen Herausforderungen hinsichtlich der Produktionsbedingungen, der fairen Bezahlung, der Behandlung von Produzenten, den Tierwohlbelangen oder der Kinderarbeit zeigt jetzt auch die Logistik ihre Schattenseiten: Was bisher ebenso reibungs- wie geräuschlos funktioniert hat, ist über die Corona-Zeit und den Ukraine-Krieg für viele unsanft aus der Selbstverständlichkeit geholt worden. Lieferketten (nicht nur im Ernährungssektor) wurden und werden brüchig, Lieferengpässe, die Erfahrung von Knappheit in unserer Überflussesgesellschaft und Preiserhöhungen waren und sind die Folge. Und die Auswirkungen der Energiekrise werden erst im Herbst und Winter richtig offensichtlich werden.

Es wird also dringend Zeit, die Lebensmittelproduktion und die Wertschöpfung wieder zurück in die Regionen vor Ort zu holen, um neben sauberen Produktionsbedingungen auch eine faire Wertschöpfung für alle möglich zu machen. Mit dem Ende April neu gegründeten „Ernährungsrat Bergisches Land e.V.“ soll dies nun auch hier in der Region vorangetrieben werden. Die Ernährungsräte, die es nicht nur in Deutschland, sondern auch in Österreich, Italien, der Schweiz, Luxemburg und den Niederlanden gibt, arbeiten inzwischen in 45 Städten und Regionen daran, dass Lebensmittelversorgung wieder regional, fair und ökologisch wird. Dr. Barbara Steinrück, Diplom-Agrar-Ingenieurin, eine der Initiatorinnen und Vorsitzende des Ernährungsrates Bergisches Land, fasst es so zusammen: „Unser Ziel ist es, im Bergischen Land wieder Produktions- und Vermarktungsstrukturen wie beispielsweise kleine regionale Molkereien oder Schlachtereien aufzubauen, die es Menschen ermöglichen, an bezahlbare, hier produzierte Lebensmittel zu kommen und die Wege für alle kurz zu halten. Dabei müssen für die Bauern, Erzeuger und Weiterverarbeiter faire Rahmenbedingungen geschaffen werden, denn zu guter Ernährung gehört auch, dass die Produzierenden auskömmlich von ihrer Arbeit leben können.“ Die Aufgabe ist groß und vielfältig, denn, so Barbara Steinrück: „alte Strukturen sind schnell zerstört und lassen sich nicht so schnell wieder unter neuen Vorzeichen reaktivieren“. Dazu, so unterstreicht sie, ist auch die Politik gefragt, denn die muss die entsprechenden Rahmenbedingungen zum Beispiel für regionale Schlachtereien schaffen, Vergabe-Verordnungen neu formulieren oder in der Landwirtschaft die regionalen Strukturen und

ökologisch arbeitende Betriebe stärken. Kein Wunder, dass die Ernährungsräte in NRW zur Landtagswahl einen Forderungskatalog für die Parteien aufgestellt hatten. „Wir werden die Politik jetzt, nachdem die neue Landesregierung im Amt und der Koalitionsvertrag unter Dach und Fach sind, an die Einhaltung der Zusagen, die vor der Wahl getroffen wurden, erinnern und diese einfordern.“ Der Ernährungsrat Bergisches Land ist kein Verein von „Öko-Romantikern“, sondern hier kommen Akteure aus verschiedensten Bereichen zusammen: Zum einen natürlich engagierte Bürger und Bürgerinnen, denen gesunde, gute, regionale Ernährung am Herzen liegt. Zum anderen sind (Ernährungs-)Fachleute, Politik, (Agrar-)Wirtschaft und Wissenschaft, Verbände, Vereine, Köche, Verantwortliche von Kantinen und Großküchen und viele andere mehr am Start, um eine nachhaltige Ernährungsstrategie für die Region zu entwickeln.

Sechs Ziele hat sich der Ernährungsrat Bergisches Land gesetzt. Neben der Sicherstellung der lokalen und regionalen Versorgung und Förderung der Autarkie und Selbstversorgung unter anderem auch, „das Wissen und Können um

gesunde und gesunderhaltende Ernährung zu stärken“, „Dialog und Austausch mit Bildung und Erziehung, Politik und Verwaltung zu fördern“ oder auch „Forum zu sein für Austausch und Interessenausgleich aller Beteiligten: vom Acker, über die Verarbeitung, den Handel bis auf den Teller“. Damit am Ende „gesunde, lokale, klima- und tierwohlorientierte sowie fair produzierte und gehandelte Lebensmittel für alle“ auf den Tisch kommen können.

Was sich theoretisch anhören mag, setzt der Bergische Ernährungsrat aktuell in zwei Perspektivgruppen (PG) ganz praktisch um. In der PG Ernährungsbildung „Essbare Bildung“ geht es konkret um die Ernährung von Kindern und Jugendlichen in Kindergärten, Kitas und Schulen. „Hier arbeiten wir u. a. eng mit Kindergärten zusammen und entwickeln Projekte, um mit den Kleinen und Kleinsten zu gärtnern und zu kochen. So lernen sie spielerisch, wie man zum Beispiel Möhren anbaut, wie lange es dauert, bis die Möhren gewachsen und erntereif sind und wie man sie weiterverarbeiten kann“, erklärt Barbara Steinrück, die schon mit dem „Bauernhof im Koffer“ Basisaufklärung über Landwirtschaft

Der Gipfel ist das Ziel!

Auch weite Wege beginnen mit einem ersten Schritt.
Darum lassen Sie uns gemeinsam den für Sie richtigen Weg finden.

Sie möchten etwas für Ihre Gesundheit tun, Fitness erhalten oder wieder aufbauen?
Sie möchten wieder Freude an der Bewegung haben trotz aller geltenden Einschränkungen und Sorgen?
Sie haben schon an Ihren Zielen gearbeitet und fragen sich wie es weiter geht?

Unsere gesamte Personal Training Lounge steht Ihnen in der gewünschten Zeit exklusiv zur Verfügung. Selbstverständlich genießen Sie meine ungeteilte Aufmerksamkeit. So sind individuelles Training, korrekte Übungsausführung und Coronakonformität garantiert.

Zur Person:

- Master Personal Trainer
- Fitnesstrainer A-Lizenz
- Functional Trainer
- Lizenz für Reha-Sport-Orthopädie
- Rückenschullehrer
- Osteoporosetrainer
- Trainer für Therapie und Prävention
- Ernährungstrainer
- Fitnessmasseur
- Live-Video-Coach

Esther Schittko
ESKO-PERSONAL-TRAINING

Ihr Partner für

- Fitness
- Gesundheit
- Rehabilitation

Im Bergischen Land

Telefon 02262 699 855
www.esko-personal-training.de

an Kindergärten und Grundschulen anbietet. „Das ist ganz wichtig, denn dieses frühe Wissen, das in Schulprojekten vertieft werden kann, sensibilisiert die Kinder, schafft Einblicke in Naturzusammenhänge und macht deutlich, dass es natürliche Erntezyklen gibt. Erdbeeren wachsen bei uns nun mal nicht im Winter und sind nur durch teure Gewächshauskultur oder den Import aus allerherrenländer zu Weihnachten möglich. Wenn ich später als erwachsener Mensch den Erntekalender im Kopf habe und weiß, was jetzt bei uns vor Ort wächst, dann kann ich auch viel preiswerter einkaufen.“ Gute Lebensmittel vor Ort einkaufen, die entsprechenden Vermarktungsstrukturen schaffen, einen Ausgleich zwischen neuen und bestehenden Akteuren schaffen, all das gehört unter anderem zu den Themen, mit denen sich die zweite PG „Erzeugung / Regionalvermarktung“ beschäftigt. Beide PGs sind offen und freuen sich auf neue Interessenten, die sich beteiligen und mitgestalten wollen. Möglichkeit dazu gibt es bei der PG Ernährungsbildung jeden 1. Mittwoch im Monat, bei der PG Regionale Vermarktung jeden 3. Donnerstag im Monat jeweils online. Anmeldung ist per E-Mail möglich unter bildung@ernaehrungsrat-bergisches-land.org oder regio@ernaehrungsrat-bergisches-land.org.

Wer den Ernährungsrat Bergisches Land zunächst erst einmal unverbindlich kennenlernen möchte, der kann eine der vielen Veranstaltungen nutzen, an denen sich der Bergische Ernährungsrat beteiligt und sich präsentiert. So am 4. September 2022 auf dem Bergischen Landschaftstag auf dem Gelände von Schloss Homburg in Nümbrecht oder bei den



„WandelTAGen #Rheinberg“ vom 22. September bis 9. Oktober 2022. Die WandelTage sind ein „Import“ aus der Region Minden und eine Kooperation mit den dortigen Initiatoren der Veranstaltung. Ziel der Tage ist es, nicht nur neue Formen der nachhaltigen Ernährung zu zeigen, sondern auch allen anderen Ansätzen nachhaltigeren Lebens und Wirtschaftens ein Forum zu bieten: Den Wandel von einem Ort zum anderen sichtbar und erlebbar zu machen, zum Beispiel in der Imkerei Rosenau oder auf einer Fahrradtour zu landwirtschaftlichen Betrieben. Als einer der Höhepunkte findet am 25.09.2022 das Erntedank-Fest am Turmhof in Rösrath statt: Besucher und Besucherinnen können unter anderem regionale Köstlichkeiten probieren und für Kinder ist ein umfangreiches Programm geplant, darunter Äpfel trocknen, Obst- und Gemüsearten, einen Saison-Kalender gestalten, Sackhüpfen und vieles mehr. Die WandelTage sind Mitmachtage und weitere Stationen aus dem Bergischen Land können noch angemeldet werden. Interessierte wenden sich bitte an Silvia Fröhning und Barbara Steinrück.

Mehr zu den „WandelTAGen #Rheinberg“, weiteren Veranstaltungen wie gemeinsamen Apfelenten und zum Ernährungsrat Bergisches Land unter www.ernaehrungsrat-bergisches-land.org

<p>Sa 16.09.2022 20:00 Uhr Völkerball A Tribute to Rammstein - Konzert</p>	<p>Mi 26.10.2022 20:00 Uhr Der Trafikant Schauspiel - Bühne 32</p>
<p>17.11. - 20.11.2022 Sonnenmarsch Dark-Rock-Oper</p>	<p>Halle 32 Gummersbach Tickets: www.koelnticket.de, AggerTicket im Forum GM www.halle32.de</p>

Praxis für Physiotherapie
Steffanie Smith
Tel. 02291/90 15 10

Bei uns sind Sie in guten Händen...

Mozartweg 20 - 51545 Waldbröl - smith-physio.de

Behrens **Schreiben Schenken Spielen**

Schul- und Bürobedarf · Schulbücher · Lotto
Zeitschriften · Tabakwaren · Geschenkartikel
Spielwaren · Kinderbücher · Fotokopien · Post

Öffnungszeiten:
Mo-Fr: 7.30-12.30 Uhr & 14.30-18.00 Uhr, Sa: 7.30-12.30 Uhr

WIR FREUEN UNS AUF IHREN BESUCH!
Bielsteiner Str. 88 | 51674 Wiehl-Bielstein | Tel. 02262 6 83 83



TEEPUNKT
BIELSTEIN

Öffnungszeiten:
Mo - Fr.: 09.00 - 12.30 Uhr und 14.30 - 18.00 Uhr
Sa.: 9.00 - 12.30 Uhr

Teepunkt Bielstein • Bielsteiner Str. 88 • 51674 Wiehl
Telefon 02262 7523026 • BehrensBielstein@t-online.de

IHR PFLEGEDIENST FÜR DAS HOMBURGER LAND

Ambulanter **Pflegedienst**
Sandra Zeiske

Professionelle Pflege mit Herz

Unsere Einzugsgebiete:
Wiehl, Nümbrecht, Reichshof,
Gummersbach, Bergneustadt

Sandra Zeiske
Bechstraße 1
51674 Wiehl-Bielstein

Tel. 02262/999996
info@pflegedienst-s-zeiske.de
www.pflegedienst-s-zeiske.de

Grüne Gemeinde Marienheide

Text und Fotos: Marie-Luise Dörrfel

Die Gemeinde Marienheide im Oberbergischen Kreis überrascht als hochattraktiver Standort in vielfacher Hinsicht. Zur Gemeinde gehören nicht nur der namensgebende Hauptort, sondern weitere 51 (!) Orts- und Hofschaften. Der Ort Marienheide selbst findet seine Ersterwähnung 1417 in einer Urkunde und soll auf einen Einsiedler namens „Henricus in der Mergenheyd“ zurückgehen, dem Maria, die Heilige Muttergottes, in einem kleinen Bildnis erschienen sein soll. Dieses Ereignis ließ Marienheide zu einem Wallfahrtsort werden, dessen historische Wallfahrtskirche St. Mariä Heimsuchung bis heute jährlich am 1. Juli-Wochenende zur Wallfahrtsoktav viele Pilger anzieht. Bis zum 10. Juli ziehen sich die Pilgermessen hin. Fünf Patres leben übrigens noch im angrenzenden Kloster Marienheide und werden zur Wallfahrtswoche von vielen Ehrenamtlichen unterstützt.

Seen und viel Wald

Marienheide kann sich mit Fug und Recht eine „grüne Gemeinde“ nennen, denn 86 Prozent des Gemeindegebietes bestehen aus Wäldern, Wiesen und Gewässern. Direkt vor den „Toren“ liegen die Bruchertalsperre und der Lingeseesee. Die Bruchertalsperre ist eine der kleinen Talsperren. Ihr Rundweg ist nur 3,5 km lang und so perfekt für Jogger und Spaziergänger geeignet, die kürzere Strecken bevorzugen. Der Weg ist abwechslungsreich und zahlreiche Infotafeln weisen auf interessante Naturzusammenhänge hin.

Der Lingeseesee, an den die Ortschaft Linge direkt angrenzt, ist Bade- und Naturparadies und mehrere Campingplätze bieten Dauer- und Gelegenheitscamping genügend Möglichkeiten für entspannte Aufenthalte in der Natur. Dank der weichen Uferzonen kann man besonders auf der Lambacher Seite wunderbar auch mit kleinen Kindern baden. Außerdem bieten sich die schönen Ecken unter den Bäumen am Ufer hervorragend für ein Picknick an. Schöner kann man kaum am See sitzen und die Natur genießen. Darüber



hinaus gibt es zwei Cafés für alle diejenigen, die sich lieber bewirten lassen möchten.

Etwas weiter von Marienheide entfernt liegen Genkel- und Aggertalsperre. Die Genkeltalsperre ist eine reine Trinkwassersperre und versorgt die nahe Umgebung mit frischem Wasser. Zwei Rundwege von 10 bzw. 14 km führen um den See herum. Sie sind gut ausgebaut und perfekt zum Joggen, Wandern und Radfahren.

Die Aggertalsperre ist natürlich auch ein Dorado für Jogger, Wanderer und Radfahrer, bietet aber über den Bootshafen auch „Wasserratten“ viel Platz für Wassersportaktivitäten. Zudem haben Hobbytaucher den Aggerstausee für sich entdeckt.

Jenseits der Seen und Gewässer ist Marienheide fester Anlaufpunkt regionaler und überregionaler Wanderwege. Dazu gehören der Jakobsweg sowie der Heidenweg, der von Leipzig nach Köln führt. „Die Straße der Arbeit“, ein 280 km langer Museumsweg, der Wupperweg mit 125 km und die Themenradroute „Wasserquintett“, die fünf Stauseen miteinander verbindet, laufen ebenfalls Marienheide an.

Kurz zusammengefasst: Die Gemeinde Marienheide ist für Outdoorfans ein perfekter Ausgangspunkt und es lohnt sich, dort nicht nur am Wochenende hinzukommen.



Sogar ein UNESCO Weltkulturerbe...

Das vermutet man nun wirklich nicht! In Marienheide versteckt sich ein Immaterielles UNESCO Weltkulturerbe, nämlich das Drehorgelmuseum in Kempershöhe. Seit Orgelbau und Orgelmusik 1997 zum Immateriellen UNESCO Weltkulturerbe erklärt wurden, gehört auch das Drehorgelmuseum zu diesem erlauchten Kreis. Die Privatsammlung von Doris van Rhee und Dr. Ullrich Wimmer zeigt historische Drehorgeln, Musikdosen, Selbstspielklaviere und Automaten und gibt einen faszinierenden Einblick in die Geschichte der selbstspielenden Instrumente aus dem 18. bis 20. Jahrhundert. Gute Laune und manches heitere Schmunzeln sind garantiert bei den Vorführungen.

Kunsthistorisch Interessierte finden aber auch weitere Anlaufpunkte in Marienheide, denn neben der bereits erwähnten, auch architektonisch besonderen Wallfahrtskirche gibt es das Haus Dahl, ein historisches Bauernhaus, die bunte Wehrkirche Müllenbach, die zu den fünf „bonten Kerken“ in Oberberg gehört und zudem mit einer um 1050 gegossenen Glocke die älteste, noch genutzte Glocke Oberbergs beherbergt oder das Denkmal „Lambach Pumpe“, eine Erfindung von Gottlieb Lambach aus Marienheide, der 1880 eine wassergetriebene „Wassersäulenmaschine“ erfand, um Wasser in höher gelegene Ortschaften zu pumpen.

Die Gemeinde Marienheide heute: Gut aufgestellt

Lebens- und liebenswert ist sie, denn sie bietet Jung und Alt gute Grundlagen für das tägliche Leben. Solide Unternehmen wie August Rüggeberg oder die Maschinenfabrik Hermann Linden und viele weitere größere und kleinere Betriebe schaffen Arbeits- und Ausbildungsplätze.

Schulen, Kindergärten und Kitas, Senioren- und Pflegeeinrichtungen, Ärzte und Läden sind vor Ort. Ein vielfältiges und lebendiges Vereinsleben, das von Sportvereinen über kulturelle Vereine bis hin zu Dorfgemeinschaften und Dorfvereine reicht, bietet für Interessierte jede Menge Möglichkeiten, sich innerhalb der Gemeinde zu vernetzen, anzukommen und das Leben mitzugestalten.

Mitgestalten ist übrigens ein wichtiges Stichwort innerhalb der Gemeinde: Mit dem Bürgerpreis wird seit 2018 außerordentliches, ehrenamtliches Engagement gewürdigt, denn in Marienheide hat man verstanden, dass eine Gemeinde lebendig und attraktiv wird, wenn Menschen sich für ihr

MITEINANDER
PFLEGEN

Ambulanter Pflegedienst
Cornelia Kumm

Tel.: 02262/7 170961
 Fax: 02262/7 170962
 Mobil: 0160/96274646
 E-Mail: info@miteinander-pflegen.de
 Web: www.miteinander-pflegen.de

Öffnungszeiten:
 Mo., Di., Do. 09.00 – 12.30 Uhr
 14.30 – 17.30 Uhr
 Mi. & Fr. 09.00 – 12.30 Uhr
 Dörner Str. 31 • 51674 Wiehl



Umfeld engagieren – egal ob im Sport, in der Kultur oder einfach im nachbarschaftlichen Umfeld. Ohne Ehrenamt läuft nichts und der Bürgerpreis macht dieses sichtbar!

Bestens vernetzt

Besser könnte eine Gemeinde kaum liegen: In rund 20 Minuten erreicht man die A 45 bei Meinerzhagen und hat damit die schnelle Anbindung ans Ruhrgebiet und den Frankfurter Raum. In ungefähr gleicher Zeit ist man aber auch auf der A 4 Richtung Köln und damit im nächsten Ballungsgebiet. Gummersbach als Kreisstadt des Oberbergischen Kreises ist vor der Haustür. An Nahverkehrsmitteln stehen sowohl Regionalbahnverbindungen nach Köln und Lüdenscheid (RB 25) als auch Busverbindungen Richtung Meinerzhagen, Gummersbach, Engelskirchen / Lindlar, Wipperfürth und Remscheid-Lennep zur Verfügung. Über den Sonderlandeplatz für Flugzeuge bis zu einem Fluggewicht von 5,7 t und einem Heliport genau auf der Grenze zwischen Meinerzhagen und Marienheide ist sogar der Luftweg offen.

Aber nicht nur verkehrstechnisch ist die Gemeinde ideal aufgestellt, sondern auch der Glasfaserausbau für schnelles Internet wird massiv vorangetrieben.

Einfach auf den Punkt gebracht:
Marienheide lohnt sich!



Frauenchor Oberbantenberg

100 Jahre plus 1 – Hochkarätiger Chorgesang

Text: Ulrike Menn Foto: Lina Sommer

Sein 100-jähriges Jubiläum will der Frauenchor Oberbantenberg in diesem Jahr mit einem Konzert in der Bielsteiner Aula am Sonntag, den 23. Oktober um 17:00 Uhr begehen. Aufgrund der Pandemie hatte man sich entschlossen, die Feierlichkeiten um ein Jahr zu verschieben. Als Gastchor haben die Sängerinnen den Männerchor Bayer Leverkusen eingeladen, der ebenso wie der Frauenchor unter dem Dirigat von Claudia Rübben-Laux steht.

Gegründet wurde der Frauenchor im Jahr 1921 als Kirchenchor in der Kirchengemeinde Oberbantenberg zum Zwecke der Verschönerung und reichen Ausgestaltung der Gottesdienste“. Lehrer Thönes dirigierte zu Anfang 19 Frauen und junge Mädchen. Bereits nach drei Wochen konnte man sich über die doppelte Anzahl freuen. In diesem Sinne verbrachte der Chor seine ersten Jahre, bis die Probearbeit aufgrund des 2. Weltkrieges eingestellt wurde. Ab 1946 hielt man wieder Probeabende ab und 1952 übernahm der junge Oberbantenberger Musiker Werner Koester das Dirigat. Er führte den Kirchenchor zu einem erfolgreichen Konzertchor. Unter seiner 47-jährigen Leitung veranstaltete der

Chor zahlreiche Konzerte, gestaltete Gottesdienste, nahm an Leistungssingen teil und erreichte sechsmal den Meisterchortitel des Chorverbands Nordrhein-Westfalen.

1999 folgte Dr. Dirk van Betteray als Chorleiter nach und führte den Chor auf hohem musikalischen Niveau weiter. Zwei weitere Meisterchortitel folgten, aber auch die Mitwirkung bei anspruchsvollen Chorwerken wie der Carmina Burana auf Schloss Homburg, der alljährliche „Gemütliche Nachmittag“ und eigene Karnevalssitzungen begleiteten den vielseitigen musikalischen Weg in insgesamt 14 Jahren.

Seit 2013 leitet Musikdirektorin Claudia Rübben-Laux aus Leverkusen den Chor mit ebenso erfolgreicher Hand. Als erster und einziger Frauenchor in NRW errang sie mit den Sängerinnen den 10. Meisterchortitel. Mit ihr ist es gelungen, die Balance zwischen traditioneller und moderner Chormusik auszubauen. Ob Kirche oder Autohaus, ob Ständchen oder Leistungssingen – stets steht die Musik und der damit verbundene Wunsch, Menschen zu unterhalten und zu erfreuen im Mittelpunkt. Die derzeit 38 aktiven Sängerinnen freuen sich darauf, ihrem Publikum auf dem Jubiläumskonzert ihr breitgefächertes Repertoire darzubieten und laden heute schon recht herzlich dazu ein.

Weitere Infos:

i www.frauenchor-oberbantenberg.de

IMMOFINANZ **manfred SCHILD**
IMMOBILIENVERMITTLUNG | FINANZ-SERVICE

Ihr zuverlässiger Partner.

Wir sind Ihr fachkundiger Ansprechpartner wenn Sie...

- eine Immobilie verkaufen oder kaufen möchten,
- eine günstige Finanzierung für den Kauf, Bau, die Modernisierung oder Umschuldung einer Immobilie benötigen,
- ein Haus mit einem zuverlässigen Partner bauen möchten.

Wir sind Ihnen dabei gerne behilflich!

☎ 02261-947730

Hindenburgstr. 18 | 51643 Gummersbach | info@immofinanz-schild.de

vitaminD
BÜRO FÜR DESIGN



WIR VERLEIHEN
IDENTITÄT

Logoentwicklung
Corporate Design
Imagewerbung

Vitamin D | Büro für Design | Zirrer Str. 17 | 51674 Wiehl
Telefon 02262 6995266 | info@vitamind.de | vitamind.de



v.l.n.r. Christian Borch und Marlene Weiner im Gespräch mit Dieter Lange.

Wiehl und Bielstein pflegen Wir-Gefühl: „Wir sind Wiehl“

Text: Dieter Lange Foto: Michael Welp

Die beiden einstigen Gemeinde-Hauptorte pflegen heute ein gemeinsames Nebeneinander und haben die letzten Jahrzehnte ein Wir-Gefühl entwickelt. Dafür bieten der Wiehler Ring e.V. (WIR) und der Gewerbering Bielstein ein gutes Beispiel: Denn beide Zusammenschlüsse der örtlichen Einzelhändler, Gastronomen und Dienstleister veranstalten in Zusammenarbeit mit der Stadt Wiehl und der Industrie- und Handelskammer (IHK) Köln gemeinsam die Wiehler Aktionswoche „Heimat-Shopper“. Diese Aktionswoche, bei der die Region ihre Leistungsfähigkeit unter Beweis stellt, findet von Samstag, 10. September bis Sonntag, 18. September 2022 statt. Unternehmen, Einzelhändler, Gastronomie und Dienstleister aus Wiehl, Bielstein, Oberwiehl und Drabenderhöhe beteiligen sich bei dieser besonderen Aktionswoche.

Angesichts des zunehmenden Online-Handels, der Corona-Pandemie, der steigenden Energie- und Verbraucherpreise und der Rohstoffknappheit ist es Marlene Weiner, der neuen Vorsitzenden des Wiehler Ring e.V., und Christian Borch, dem Vorsitzenden des Gewerbering Bielstein, wichtig, „den örtlichen Einzelhandel zu stärken und die Region noch attraktiver zu machen“, sagen sie einstimmig. „Die

einzelnen Orte können sich auch in vielen Bereichen ergänzen.“ Und Weiner hat auch sofort ein Beispiel parat: „Bielstein hat beispielsweise ein leistungsfähiges Haushaltswarengeschäft“, während Borch darauf hinweist: „Dafür gibt es in Wiehl mehrere Schuhgeschäfte.“ Insgesamt geht es aber beiden Einzelhandelssprechern um ein Ziel: „Wir wollen unsere gesamte Stadt Wiehl attraktiver machen, damit die vielen Unternehmen auch für Mitarbeiter etwas mehr bieten können.“ In dem Zusammenhang loben Weiner und Borch auch die Zusammenarbeit mit der Stadt Wiehl, speziell mit Karin Madel vom Wiehler Citymanagement und dem Orga-Team mit Geschäftsinhaber:innen aus beiden Gewerberingen.

Die Region stärken und einen Gegenpol zum ausufernden Online-Handel zu setzen, das ist auch das Ziel der deutschland-weiten Kampagne „Heimat Shoppen“, die von der IHK initiiert wurde. Dabei soll mit zahlreichen Aktionen gezeigt werden, dass Kunden durch ihren Einkauf in der heimischen Region ihr eigenes Lebensumfeld selbst mitgestalten und ihre Heimatstadt attraktiver machen können. Weiner und Borch loben die Aktivitäten, die die Teilnehmer und Partner speziell für die Aktionswoche entwickelt haben und anbieten: „Das reicht von Rabattaktionen über Sonderangebote

bis hin zu Präsenten, Konzerten und Netzwerkveranstaltungen. Für Christian Borch, der in Bielstein ein Immobilienbüro betreibt, ist es auch ganz wichtig, „dass wir mit einer solchen Aktion die vielen Neubürger in der Stadt Wiehl ansprechen und von der Leistungsfähigkeit des örtlichen Einzelhandels, der Gastronomie und der Dienstleister überzeugen“. Und dass die Stadt Wiehl ein attraktiver Wohnort ist, bestätigen ihm seine Kunden: „Rund die Hälfte unserer Kunden für den Wohnort Wiehl sind Kölner, Düsseldorfer und Bonner.“

Ein sehr abwechslungsreiches Programm für die Aktionswoche wurde auf die Beine gestellt (siehe separaten Infokasten). Dafür danken Weiner und Borch besonders den Sponsoren, die diese Aktionswoche unterstützen. Besonders Weiner freut sich: „Es werden alle Generationen angesprochen: Kinder, Jugendliche und Erwachsene jeden Alters!“ Sie ist die Ausbildungsexpertin und unterstützt Unternehmen und Jugendliche für mehr Fachkräfte in der Region.

Nach langer Pause – auch für die Gastronomie – organisiert der Kulturkreis Wiehl den musikalischen Kneipenbummel in dieser Woche. Marlene Weiner und Christian Borch sind überzeugt: „Da ist für jeden Geschmack etwas dabei, angefangen von Livemusik über einen Wandertag und ein großes Angebot zum Weltkindertag bis zur beliebten AutoMobil-Show in Wiehl mit vielen heimischen Autohändlern, die ihre umfangreiche Produktpalette präsentieren.“

Programm

Wiehler Aktionswoche 2022 „Wir sind Wiehl“

Samstag, 10. September 2022:

Ortskern Bielstein: ab 13 Uhr. **Fassanstich** mit Bürgermeister Ulrich Stücker. **Genuss & Versteigerung & mehr**, ab 17 Uhr: **Livemusik**.

Sonntag, 11. September 2022:

„Entdecke den Bierweg Bielstein“, **Wandertag** ab 10 Uhr: Veranstalter: Erzquell Brauerei

Mittwoch, 14. September 2022:

Rathausplatz Wiehl: ab 16 Uhr After-Work-Treffen (Heimatverein Wiehl) mit Baustelleninfo Straßenumgestaltung Wiehl (Stadt Wiehl).

Freitag, 16. September 2022:

Musikalischer Kneipenbummel Wiehl, ab 19 Uhr. Veranstalter: Kulturkreis Wiehl.

Samstag/Sonntag, 17./18. September 2022:

Große **AutoMobilSchau** in der Wiehler Innenstadt.

Sonntag, 18. September 2022:

Verkaufsoffener Sonntag im Wiehler Zentrum (13-18 Uhr) und Weltkindertag im Stadion Wiehl (11-17 Uhr); Veranst.: Jugendamt der Stadt Wiehl.

i



SAISON-ERÖFFNUNG

www.schuhmoden-seitz.de




Pünktlich zur Saison-Eröffnung ist unser neuer, schicker Bürgersteig endlich fertig. Genießen Sie unsere Schaufenster! Anfahrt bis zum Jahresende noch via Parkplatz Sparkasse.



Zur Person

Thomas Knura wurde 1961 in Waldbröl geboren, ist verheiratet und hat einen erwachsenen Sohn. Nach dem Abitur begann er 1982 eine Ausbildung zum Bankkaufmann an der damaligen Raiffeisenbank Denklingen. 1987 wechselte er als Kundenberater zur Raiffeisenbank Waldbröl mit weiteren Aufgaben in den Bereichen Innenleitung, Organisation und Marketing. Er war als Leiter Marketing aktiv in die Fusionen zur Raiffeisenbank Oberberg-Süd, mit der Raiffeisenbank Wiehl und schließlich der Volksbank Oberberg eingebunden. Seit 2010 ist Knura für die Unternehmenskommunikation der Volksbank Oberberg verantwortlich. In der Freizeit hat sich Knura als Geschäftsführer und Darsteller beim Schau-Spiel-Studio Oberberg ganz seinem Hobby Theater verschrieben.

40-jähriges Dienstjubiläum: Volksbank-Pressesprecher Thomas Knura

Statt Lehrerberuf eine beeindruckende Bankkarriere

Text: Dieter Lange Fotos: Katharina Hein, Christian Melzer

Aus Anlass des 40-jährigen Dienstjubiläums ihres Pressesprechers Thomas Knura gab die Volksbank Oberberg einen kleinen Empfang. Dabei ließ der Vorstandsvorsitzende Ingo Stockhausen mit launigen Worten die berufliche Karriere seines Schulfreundes Revue passieren, mit dem er 1981 am Waldbröler Hollenberg-Gymnasium das Abitur „gebaut“ hatte. Als Pressesprecher nehme Thomas Knura nicht nur eine „exponierte Stellung“ innerhalb der Volksbank Oberberg ein, vielmehr sei er auch das „Sprachrohr und das Gesicht der Bank“, meinte Stockhausen in seiner Laudatio. In dieser Funktion beweise der Jubilar täglich Spontaneität, Sensibilität und Seriosität nach außen, aber auch die Zusammenarbeit mit dem Vorstand sei von gegenseitigem Vertrauen und Partnerschaft geprägt, lobte er.

Aus Anlass seines Jubiläums gab Thomas Knura der Redaktion nachstehendes Exklusiv-Interview:

Herr Knura, Sie haben gerade Ihr 40-jähriges Dienstjubiläum bei der Volksbank Oberberg gefeiert. Dabei wollten Sie ursprünglich in den Lehrerberuf einsteigen. Wie kam es zu diesem Kurswechsel?

Thomas Knura: Ich hatte gerade in Bonn mein Studium begonnen, als mir in der damals noch eigenständigen



Raiffeisenbank Denklingen eG, wo ich bereits während der Ferien gejobbt hatte, ein Ausbildungsplatz angeboten wurde. Möglicherweise hatte ich einen einigermaßen passablen Eindruck dort gemacht. Heimatverbunden, wie ich war und angesichts der zu dieser Zeit voll entbrannten „Pillenknick“-Diskussion griff ich zu.

Ihre Banklaufbahn haben Sie bei der damaligen Raiffeisenbank Denklingen begonnen, wechselten dann zur Raiffeisenbank Waldbröl, mit der die Denklinger Raiffeisenbank nur wenige Jahre später fusionierte. Waren Sie also eine Art „Vorhut“, um den Zusammenschluss der beiden Genossenschaftsbanken vorzubereiten?

Ich wurde in der Tat von meinem damaligen Vorgesetzten mit den Worten „Dann gehst du schon einmal vor, nach der Fusion sind wir ja dann wieder eine Bank“ mit organisatorischen Aufgaben nach Waldbröl „entsandt“. Diese Fusion kam aber gar nicht zustande, was jedoch nicht an mir lag! Erst einige Jahre später wurden wir über den Zusammenschluss Raiffeisenbank Oberberg-Süd und Raiffeisenbank Wiehl wieder vereint.

Während Ihrer 40-jährigen Banklaufbahn haben Sie einige Fusionen miterlebt und begleitet. Gab es aus heutiger Sicht einen bestimmten Erfolgsfaktor, warum diese Zusammenschlüsse alle ohne große Reibungsverluste und relativ geräuschlos für die Kunden und die Mitarbeiter über die Bühne gegangen sind?

Aus meiner Mitarbeitersicht war neben vielen anderen Komponenten ein ganz wichtiger Erfolgsfaktor das konsequente Einbinden der Mitarbeiter*innen der fusionierenden Institute, also der Personen, die sich finden und gemeinsam ihre zukünftigen Arbeitsplätze gestalten sollten. Die Vorstände erweckten niemals den Eindruck, allein seligmachend zu sein, sondern bedienten sich cleverer Weise ihrer Fachleute. So wurde aus einem Bankenzusammenschluss ein Gemeinschaftsprojekt auf dem Weg zu einer gemeinsamen Bank.

Ihnen wird ja als Geschäftsführer und Darsteller des Schau-Spiel-Studios Oberberg schauspielerisches Talent attestiert. Haben Sie nicht mal überlegt, Ihr Hobby zum Beruf zu machen und eine Profilaufbahn als Schauspieler einzuschlagen?



Der komplette Vorstand der Volksbank Oberberg gratulierte Thomas Knura (2.v.l.) zum 40-jährigen Dienstjubiläum (v.r.n.l.): Ingo Stockhausen, Manfred Schneider und Frank Dabringhausen.

Vor meinem Abitur habe ich kurzzeitig mit dem Gedanken gespielt, mich bei einer Schauspielschule zu bewerben, zumal mein damaliger Deutschlehrer und Leiter der Theatergruppe am Hollenberg-Gymnasium mich gerne in diese Richtung protegieren wollte. Heute bin ich angesichts der



Helfen mit Herz.

AWO
Kreisverband
Rhein-Oberberg e.V.
Helfen mit Herz.

AWO Kreisverband Rhein-Oberberg e.V.
Hüttenstraße 27 | 51766 Engelskirchen
Telefon: 02263 9624-0
info@awo-rhein-oberberg.de
www.awo-rhein-oberberg.de

Finden Sie uns auch auf

f AWO Rhein Oberberg | i aworheinoberberg

überbordenden Anzahl von Bühnen- und Filmdarsteller*innen mit äußerst dürftigen Einkommen in der Kulturszene dankbar, diesen Schritt nicht gemacht zu haben. Dadurch konnte ich mir über die vielen Jahre ein erfüllendes Hobby im Kreise vieler Theaterfreund*innen erhalten.

Sie fungieren seit 2010 als Leiter der Unternehmenskommunikation und sind als Pressesprecher so etwas wie die Stimme und das Gesicht der Volksbank Oberberg. Ist Ihnen in dieser Funktion Ihr schauspielerisches Talent schon mal von Nutzen?

Mein ehemaliger Chef und Mentor Klaus Gläser hat dies immer behauptet und ich bin geneigt, ihm nicht zu widersprechen. Der Umgang mit Publikum, Kreativität, Spontaneität aber auch ein gewisses Improvisationstalent und Perfektionsdrang in Wort und Schrift sind Dinge, die ich für die Bühne brauche bzw. dort entwickelt habe und die mir und meiner Arbeitgeberin auch im beruflichen Alltag durchaus von Nutzen sind.

Wenn Sie auf diese Zeit zurückblicken: Was war in dieser Zeit das Ereignis, das Ihnen am positivsten in Erinnerung geblieben ist – und auf was bzw. welche Nachricht, die Sie kommunizieren mussten, hätten Sie verzichten können?

2004 ereignete sich die Geschichte mit der kleinen Jenny. Das fünfjährige Mädchen aus unserer Kundschaft

konnte aufgrund einer bakteriellen Infektion während der Schwangerschaft nicht alleine laufen und war auf einen Rollstuhl angewiesen. Jennys Eltern setzten ihre Hoffnung unter anderem auf eine Delphintherapie und auch Jenny wünschte sich nichts mehr als eine Begegnung mit den lustigen grauen Wassergesellen. Eine Sammlung unserer Mitarbeiter*innen anlässlich der Weihnachtsfeier und ein großzügiger Zuschuss der Volksbank Oberberg halfen mit, diesen Wunsch zu erfüllen. Das Ergebnis dieser Spendenaktion konnte ich dann an Jenny persönlich übergeben. Diese strahlenden Augen, die mich hinter einem riesigen blauen Sparschwein voller Dankbarkeit und Freude aus dem Rolli heraus anblickten, kann ich noch heute jederzeit aus meinem Gedächtnis abrufen und haben mich in den darauffolgenden Jahren bei allem Erfolg demütig, bodenständig und dankbar bleiben lassen.

Und im negativen Bereich?

Auf die vereinzelt Begegnungen mit einigen Zeitgenoss*innen, die menschliche Nähe suchten, nur um sich fälschlicherweise daraus persönliche Vorteile zu erhoffen, hätte ich dagegen gerne verzichtet. Aber letztendlich hatten auch sie ihr Gutes, schärften sie doch mein Gespür im Umgang mit meinen Mitmenschen.



Lesen Sie doch mal rein!

Text: Mike Altwicker **Foto:** Lina Sommer

Was macht den Menschen aus? Dass er vergisst und verdrängt, schwärmt und erzählt? Dass er unbeschwert und frei ist? Dass er lacht und dass er lebt?

Die Geschichte:

Eine Fotografin geht auf der Suche nach dem perfekten Foto auf eine Expeditionskreuzfahrt von Grönland nach Alaska. In der Stille und der Weite auf hoher See melden sich die nicht zu Ende gedachten Gedanken und offenen Fragen ihres Lebens. Aber findet man an Bord und in der kühlen Weiten der Arktis wirklich Antworten? Unter den Mitreisenden sich schräge und nervige, aber auch lebenswürdige Menschen, jeder mit seinem Schicksal beschäftigt, manche nur um sich selbst kreisend. Als das Schiff wegen unvorhersehbaren Witterungsverhältnissen umkehren muss, erkennt die Hauptfigur den wahren Sinn des Lebens.

Die Bewertung:

Allein wegen Herrn Mücke muss man dieses Buch lesen; wie gerne hätte ich ihn mit nach Hause genommen. Seufz! Arezu Weitholz ist ein Sprachgenie: ob als Lyrikerin, als Songwriterin (Herbert Grönemeyers Album „Mensch“) oder eben in ihren unbeschreiblich schönen Romanen. Wenige Worte reichen ihr, um vor unserem inneren Auge Menschen lebendig werden zu lassen, Szenerien zu erschaffen. Es ist als würde man eine Schneeflocke unterm Mikroskop betrachten. Fast zu schön, um wahr zu sein. Eine Autorin, die man kennen muss!

Arezu Weitholz
Beinahe Alaska
Goldmann Verlag
€ 11,00



CI-KONZEPTE
Einrichtungen

beraten – planen – einrichten

Christoph Ihne
Hauptstr. 52
51674 Wiehl
Tel. 0171 54 95 404
info@ci-konzepte.de
www.ci-konzepte.de

Lager/Verwaltung
Industriegebiet
„Alte Ziegelei“
Brüderstraße 13
51588 Nümbrecht
Tel. 02293 8173774





Autor Peter Ruland (r.), die AWO-Kreisvorsitzende Beate Ruland (Mi.) und die AWO-Kreisgeschäftsführerin Evelyn Timm (l.) bei der Vorstellung des Buches „Frauen der AWO“.

„Frauen der AWO“: Hinter jedem Namen steht ein engagiertes Leben

Text: Dieter Lange **Foto:** Eva King/AWO-Kreisverband Rhein-Oberberg

Als Regionalhistoriker hat sich der Engelskirchener Peter Ruland schon durch zahlreiche lokalhistorische Veröffentlichungen einen Namen gemacht. Kürzlich stellte der pensionierte Grundschulrektor sein neuestes Werk „Frauen der AWO“ vor, an dem er drei Jahre mit „sehr großem ehrenamtlichen Engagement und sehr viel Herzblut“ gearbeitet hat, wie seine Ehefrau Beate, die Vorsitzende des AWO-Kreisverbandes Rhein-Oberberg, bei der Buchvorstellung im Ründrother AWO-Otto-Jeschkeit-Altenzentrum hervorhob. Unterstützt wurde der Autor dabei von Beate Ruland, die ihren Mann bei den Recherchen hilfreich zur Seite stand, der Öffentlichkeitsreferentin des AWO-Kreisverbandes, Eva Kring (Fotorecherche) und Tobias Blumberg (Layout).

In dem Buch „Frauen der AWO“ werden die Biografien von Frauen der Arbeiterwohlfahrt, der SPD und der Arbeiterbewegung vorgestellt, die den Namen von insgesamt

25 Kindertagesstätten der AWO im Oberbergischen Kreis tragen. Wie Peter Ruland berichtete, entstand die Idee, die Lebensgeschichten und das Wirken dieser mutigen und starken Frauen zu erforschen und niederzuschreiben, 2019 anlässlich der Feiern zum 100-jährigen Bestehen der Arbeiterwohlfahrt. Die AWO wurde bekanntlich am 13. Dezember 1919 von der SPD-Abgeordneten Marie Juchacz, eine der ersten Frauen in der Weimarer Nationalversammlung, als „Hauptausschuss für Arbeiterwohlfahrt in der SPD“ gegründet. Marie Juchacz prägte nicht nur die Frauenbewegung in Deutschland, sondern war auch eine vehemente Kämpferin für soziale Gerechtigkeit. Juchacz, die nach dem 2. Weltkrieg zur Ehrenvorsitzenden der wiedergegründeten Arbeiterwohlfahrt gewählt wurde, starb 1956 im Alter von 76 Jahren in Düsseldorf und ist auf dem Kölner Südfriedhof beigesetzt. An die AWO-Gründerin erinnern im Oberbergischen die beiden Kindertagesstätten in Lindlar und Waldbröl. Neben Marie Juchacz gab es aber noch viele Frauen in der Arbeiterbewegung, die Bedeutendes für die Menschen getan haben,

deren Wirken aber meist im Hintergrund blieb. Um an diese starken Frauen zu erinnern, habe der AWO-Kreisverband den Kindertageseinrichtungen den Namen von bekannten und weniger bekannten Frauen der AWO und der Arbeiterbewegung gegeben, erinnerte Beate Ruland, die konstatierte: „Hinter jedem Namen steht ein engagiertes Leben.“ Oft hätten aber selbst die Kita-Mitarbeiter/innen und die Eltern der betreuten Kinder nicht gewusst, welche Vita sich hinter den Namensgeberinnen der jeweiligen Kita verberge. Und AWO-Geschäftsführerin Evelyn Timm erhofft sich eine größere Identifikation mit der jeweiligen Einrichtung, weil man dank der Recherchen von Ruland nun das „Leben und die Vitas der Namenspatinnen“ kennt.

Peter Ruland erinnerte im Rahmen der Buchvorstellung an die gesellschaftliche Situation und die bittere Armut, in der speziell die Arbeiterschaft zu Beginn des 20. Jahrhunderts und nach dem 1. Weltkrieg lebte. Die vorgestellten Frauen hätten nicht nur die Arbeiterwohlfahrt seit ihrer Gründung 1919 geprägt, sondern auch wichtige sozialpolitische Entwicklungen herbeigeführt. Teilweise haben sie auch unter schwierigsten Bedingungen in der Weimarer Republik und den Anfangsjahren der AWO für die Umsetzung ihrer Ideen gekämpft.

Zu den vorgestellten AWO-Frauen gehört auch eine Oberbergerin: Erna Schmitz (1898-1989), nach der das AWO-Familienzentrum in der Gartenstraße in Wipperfürth benannt

ist. Die gebürtige Wuppertalerin war eine typische Frau der Arbeiterwohlfahrt. Die in Wipperfürth lebende Erna Schmitz gründete bereits 1922 den AWO-Ortsverein Wipperfürth. Für ihr hervorragendes soziale Engagement und ihre Hilfsbereitschaft war Erna Schmitz, die kurz vor Erreichen ihres 91. Geburtstages verstarb, bekannt und wurde deshalb auch „der rote Engel von Wipperfürth“ genannt. Ihr soziales Engagement wurde 1973 mit der Verleihung des Bundesverdienstkreuzes auch offiziell gewürdigt.



Das Buch „Frauen der AWO“ wurde in einer Auflage von 2.500 Stück gedruckt. Es ist kostenlos über den AWO-Kreisverband und bei den jeweiligen AWO-Kindertageseinrichtungen erhältlich.

Weitere Infos: Eva Kring
presse@awo-rhein-oberberg.de

Gasprüfung Hauptuntersuchung Campinggas Zubehöreinbauten Wartung Vermietung Verkauf			
		Nebensaison 130,00 Euro/Tag	Hauptsaison 155,00 Euro/Tag
zzgl. 139,00 Euro Servicepauschale**		zzgl. 139,00 Euro Servicepauschale**	
MALIBU Reisemobil I 441* zul. Gesamtgewicht: 3.500 kg L x B x H: 665 / 227 / 294 cm Anzahl Sitz-/Schlafplätze: 4/4		MALIBU Van 640 LE* zul. Gesamtgewicht: 3.500 kg L x B x H: 635 / 205 / 259 cm Anzahl Sitz-/Schlafplätze: 4/2	
* oder ähnliches Fahrzeug, ** Die Servicepauschale beinhaltet: Außenreinigung nach Rückkehr, gereinigter und gefüllter Frischwassertank, 1 x 11kg Gasflasche, WC-Chemie, Service-Check, persönliche Einweisung, Stellplatzführer. Die Kauton in Höhe von 1.500,00 Euro ist spätestens bei Übergabe in bar zu hinterlegen.			
Autohaus Halstenbach GmbH · Robert-Bosch-Straße 5 · Industriegebiet Bomig-West · 51674 Wiehl · 02261 73051 · info@autohaus-halstenbach.de			



Steckbrief Esther Schittko:

- Master Personal Trainer
- Fitnesstrainer A-Lizenz
- Functional Trainer
- Lizenz für Reha-Sport-Orthopädie
- Rückenschullehrer
- Osteoporosetrainer
- Trainer für Therapie und Prävention
- Ernährungstrainer
- Fitnessmasseur
- Live-Video-Coach

www.trainiere-mit-erfolg.de

Sport ist Mord!

Text und Fotos: Esther Schittko

Wer hat diesen Ausspruch nicht schon einmal gehört oder selbst gesagt bzw. als Ausrede benutzt? Daher möchte ich heute einmal im Einzelnen darauf eingehen und Ihnen meine persönlichen Ansichten zu diesem Ausspruch darlegen.

Ist Sport Mord?

- Ja, wenn wir Sport mit viel und falschem Ehrgeiz ausführen, nur um uns vor Anderen zu beweisen oder besser zu werden als eine bestimmte Person oder uns sehr ungeduldig antreiben, bis Verletzungen uns stoppen.
- Ja, wenn wir falsche Bewegungsabläufe oder Übungsausführungen immer wieder machen. Auch das führt auf Dauer zu Verletzungen oder unnötigem Verschleiß.
- Ja, wenn wir unseren Gesundheitszustand und Nebenwirkungen von Medikamenten nicht beachten und bestimmte Sportarten trotzdem fleißig weiter betreiben und damit unserem Körper Schaden zu fügen.
- Ja, für diejenigen, über den wir im Fitnessstudio lästern oder rücksichtslos mit unangemessenen Blicken anstarren, nur weil er oder sie nicht in unser Schönheitsbild passt, zu dünn, zu rund, zu schwitzig, zu kleinwüchsig usw. ist. Unsere Verurteilung lässt betroffene Personen ein Unwohlgefühl verspüren, sie hören auf, an ihren Zielen zu arbeiten und das ist dann von uns an dieser Person verursachter „Sport Mord“!

- Ja, für die, die unter unqualifizierter Betreuung mit nicht ausreichenden Fachkenntnissen sind, auf diese jedoch vertrauen und sich drauf verlassen, dass das, was ihnen beigebracht worden ist, richtig und korrekt in der Ausführung und angepasst in der Dosierung ist, um an vorhandenen Beschwerden zu arbeiten oder die gesteckten Ziele dauerhaft zu erreichen. Auch so sind Schäden vorprogrammiert, und das ist „Sport Mord“, verursacht von Fachleuten mit mangelnden Fachkenntnissen.
- Ja, wenn wir Sport nur theoretisch auf der Couch betreiben, ergänzt von Chips, Schokolade, Gummibärchen, Käse, Salami und dazu Wein, Sekt, Cola oder Bier genießen, ohne den angeschauten Sport jemals in praktisch und physische Bewegung umzusetzen.
- Ja, wenn wir ihn aus falschen Gründen betreiben, z.B. um zu beeindrucken oder zu einer Gruppe dazuzugehören oder in einem ungesunden Wettbewerb unter Geschwistern, Freunden oder unvernünftigen „Challenges“, ohne dabei Regeln und Grenzen zu beachten. Das führt oft zu extremen Verletzungen, die nachfolgend das ganze Leben mit Schmerzen begleiten können oder die betroffene Person unbewusst in Lebensgefahr bringen.
- Ja, wenn wir nur durch physische Bewegung Sport treiben, uns extrem fordern und mehr wollen, aber die psychologische Balance total vernachlässigen, und nicht parallel daran arbeiten, uns mental aufzubauen, um eine Balance von Körper, Geist und Seele zu erlangen. Die Psyche beeinflusst sehr viel, positiv wie negativ, was physisch mit unserem Körper passiert und ist unabdingbar, wenn wir nachhaltige sportliche Erfolge haben wollen.

- Ja, wenn wir zu spät damit anfangen, dadurch hektisch agieren und versuchen, alles von A bis Z zu machen, ohne Geduld hin und her springen, bis zur Überbelastung übertreiben und mit extremer Ermüdung oder Verletzungen enden. Diese Folgen werden noch wahrscheinlicher, wenn die Regelmäßigkeit fehlt oder wir mit dem Beginn bis zu dem Punkt gewartet haben, an dem die körperlichen Schmerzen so schlimm sind, dass sie trotz Medikamenten kaum noch aushaltbar sind.
- Ja, wenn wir unsere Prioritäten im Leben setzen, planen, was wir alles machen oder erleben wollen, aber vergessen, dass wir all diese Dinge nur machen können, wenn wir gesund genug sind und es auch noch ohne vermeidbare Schmerzen genießen können. Unsere Gesundheit sportlich zu fördern sollten wir daher nicht als letzte Priorität in unsere „To-do-Liste“ einplanen. Machen wir dies, überholt uns bald der Schmerz, zwingt uns alle Pläne zur Seite zu schieben, aufzugeben oder uns zumindest in Rehabilitation zu begeben, um den Körper, falls noch möglich, wieder zurück in die Spur zu bringen.

Sport selbst ist nicht Mord!

Wird Sport zum Mord, verursachen wir dies selbst, nicht der Sport! Daher ist es immer wichtig, rechtzeitig anzufangen, mit Sport und Bewegung und sich nicht vom inneren Schweinehund und seiner Schwester, der negativen mentalen Einstellung, steuern lassen, so dass man Sport-Mord begeht. Gesundheit sollte ganz früh in die Prioritätenliste eingeplant sein, und wer es alleine nicht schafft, greift auf fachliche und qualifizierte Unterstützung zurück.

In diesem Sinn:

„Auch weite Wege beginnen mit einem ersten Schritt“.

Ihr Master Personal Trainer

Esther Schittko

Weitere Infos: Telefon 02262 699855 oder www.esko-personal-training.de





Dr. Marc Weisbach, MSc.
Zahnarzt | Master of Science
Kieferorthopädie



DR. WEISBACH

Ihr Zahnarzt in Oberwiehl

Gesunde Zähne und ein starkes Zahnfleisch sind für Ihr körperliches und seelisches Wohlbefinden von zentraler Bedeutung. Wir sind Ihr Partner für eine optimale Mundgesundheit und bieten Ihnen und Ihrer gesamten Familie innovative Zahnmedizin nach den aktuellsten Behandlungsstandards an wie z.B.:

- Prophylaxe
- Ästhetische Zahnmedizin
- Prothetik
- Kieferorthopädie für Erwachsene
- Dentallaser
- Implantologie

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

www.zahnarzt-oberwiehl.de | Derschlag Str. 2 | 51674 Wiehl | T: (0 22 62) 9 32 69





Die Leiterin der Waldbröler Tafel Oberberg Süd, Liane Althoff (2.v.li.) stellte Jürgen Brüning (li.) für die Sammelaktion in Niederbayern einen Kastenwagen und die beiden ehrenamtlichen Tafel-Mitarbeiter Gudrun Schlösser (2.v.r.) und Alfred Freitag (r.) zur Verfügung.

Federbettensammler Jürgen Brüning: Wie eine belächelte Idee eine Erfolgsgeschichte wurde

Text: Dieter Lange Fotos: Archiv Jürgen Brüning

Ehrlich gefragt: Aufrufe nach Kleiderspenden, Geldspenden, auch Blutspenden sind uns im täglichen Leben allgegenwärtig – aber haben Sie schon mal von einem Federbettensammler gehört? Es dürften sicherlich nicht wenige Zeitgenossen sein, die zu schmunzeln beginnen, wenn sie diesen Begriff zum ersten Mal hören. Auch der Oberbantenberger Jürgen Brüning erinnert sich, dass er anfangs belächelt wurde, als er im Freundes- und Bekanntenkreis für seine Idee warb, Federbetten zu sammeln. Und für den 75-jährigen Steuerberater in Ruhestand gibt es dafür mehrere Gründe: „Erstens sind die Gänse- und Entenfedern wertvolle Rohstoffe und gehören nicht auf den Sperrmüll.“ Für Jürgen Brüning kommt aber noch ein wesentlicher Faktor für sein ehrenamtliches Engagement hinzu: „Der Verkaufserlös der gesammelten Federbetten kommt ausschließlich gemeinnützigen Institutionen in der heimischen Region zugute.“ Der Oberbantenberger kann diesbezüglich schon eine erfreuliche (Zwischen-)Bilanz ziehen, denn in den vergangenen sechs Jahren hat er fast 10.000 Euro an diverse soziale Einrichtungen gespendet.

Aber der Reihe nach: Auf die Idee, gebrauchte und ausrangierte Federbetten zu sammeln, kam Jürgen Brüning, als er 2014 im WDR-Fernsehen einen Beitrag über Rüdiger Müller aus Gifhorn in Niedersachsen sah, der als der Erfinder dieser Sammleridee gilt und mittlerweile sogar einen eingetragenen Verein „Federbettensammler e.V. Gifhorn“ begründet hat. „Dieser Fernsehbeitrag war für mich der Anstoß, ebenfalls mit dem Sammeln von Federbetten anzufangen.“ Zufällig fand Brüning den Grundstock für seine Sammlung im familiären Umfeld, denn im Nachlass seiner Großeltern befanden sich noch einige Federbetten. Und von seinem Großvater hatte er im benachbarten Bomig auch eine Scheune geerbt, die Brüning fortan als Zwischenlager für die gesammelten Federbetten nutzt. Zunächst begab sich Brüning auf die Suche nach einem Abnehmer/Verwerter seiner Federbetten. Und er wurde bei der Firma „Daunenkomfort“ in Georghthal im Thüringer Wald fündig, die zu den renommiertesten deutschen Herstellern von hochwertigen Daunenkissen und -decken gilt. Da der deutsche Gesetzgeber einen 30-prozentigen Anteil von Altware bei der Herstellung von Federbetten erlaubt, kam Brüning mit den Thüringern ins Geschäft. Immer wenn er eine Tonne

Federbetten gesammelt hat, kommt die Firma mit einem Klein-Lkw nach Bomig und holt die Ware ab und zahlt dafür pro Kilogramm einen Preis zwischen 1,00 und 1,20 Euro. Da Jürgen Brüning mit dem Geldfluss nichts zu tun haben will, nennt er der Firma jeweils die gemeinnützige Institution, an die der Erlös der gesammelten Federbetten gezahlt werden soll. Auf diese Weise, so sagt Brüning, seien in den vergangenen sechs Jahren schon rund 10.000 Euro gespendet worden, und zwar an folgende Einrichtungen: Tafel Oberberg-Süd, Katholisches Kinderhilfswerk, Kinder- und Jugendhospiz Balthasar in Olpe, Johannes-Hospiz Wiehl, das Ometepe-Projekt der Eheleute Monika und Michael Höhn und ein Kinderhilfswerk in Duisburg.

Bei der Suche nach gebrauchten Federbetten verließ sich Brüning nicht auf seinen großen Freundeskreis, vielmehr machte er für seine Aktion auch Werbung in den Medien. Dankbar ist er zudem, dass auch die Bettenhäuser Loch in Gummersbach-Niederseßmar und Meyer in Olpe sein ehrenamtliches Engagement unterstützen und Sammelstellen für ihn einrichteten – ebenso der Second-Hand-Laden im evangelischen Gemeindehaus in Wiehl. Brüning profitierte auch vom Besitzerwechsel mit anschließendem Umbau des Wiehler Hotel zur Post („Dieser Kontakt kam auf Vermittlung der Stadt Wiehl zustande“), von der Schließung des „Rheinischen Hof“ in Nümbrecht und Hotels in Altastenberg im Hochsauerland und Cochem an der Mosel: „Das waren bisher meine größten Einzelspenden“, berichtet er nicht ohne Stolz.

Bis vor wenigen Wochen beschränkte sich die Sammelaktion des Oberbantenbergers überwiegend auf die heimische Region. Aber Anfang März stand Brüning vor einer besonderen Herausforderung, als er von den Gifhorer Kollegen eine Anfrage erhielt, ob er sich an einer groß initiierten Sammelaktion im niederbayerischen Landshut beteiligen könne. Da die zu erwartende Federbetten-Menge unmöglich in seinem Privat-Pkw passte, suchte Brüning nach einem größeren Transportfahrzeug. Hilfe bekam er schließlich von der Waldbröler Tafel Oberberg-Süd, die ihm für die Sammelaktion in Bayern einen Kastenwagen mit Anhänger zur Verfügung stellte. Damit aber nicht genug: Mit Gudrun Schlösser und Alfred Freitag fanden sich auch noch zwei ehrenamtliche Mitarbeiter/innen der Tafel bereit, Brüning auf seiner zweitägigen Sammelfahrt nach Landshut zu begleiten und zu



Rund eine Tonne Federbetten wurden nach der Sammlung in Niederbayern in der Sammelscheune in Bomig entladen.

unterstützen. „Das war wahrlich keine Hobbytour“, erinnert er sich, denn in dem Landkreis wartete auf das oberbergische Helfertrio insgesamt 71 Sammelstellen.

„Aber diese Aktion hat sich gelohnt“, blickt Brüning rückblickend sehr zufrieden auf diesen Kraftakt zurück: „Wir haben dort sehr schöne Begegnungen gehabt: Die Leute waren durchweg sehr freundlich und von dieser Aktion sehr angetan.“ Als Brüning und seine beiden Helfer nachts um 2.30 Uhr wieder in Bomig ankamen, da hatten sie rund eine Tonne Federbetten zu entladen. Inzwischen hat die Thüringer Firma „Daunenkomfort“ die Ladung in Bomig abgeholt – und die Tafel Oberberg-Süd darf sich über eine vierstellige Spendensumme freuen.

Wenn Jürgen Brüning also Rückblick auf seine nunmehr sechsjährige Sammeltätigkeit hält, dann kann er ein positives Resümee seines ehrenamtlichen Engagements ziehen. Er will sich aber auf diesem Erfolg nicht ausruhen, sondern meint: „Die ganze Sache ist noch ausbaufähig.“

Weitere Infos: www.federbettensammler.de

Jürgen Brüning: Mobil 0151/20018789 oder E-Mail juergen.bruening@gmx.de

i Sammelstelle: Wiehl-Bomig, Dellerweg 3a



„Stille Killer“ – was uns fett und krank macht!

Unser tägliches Essen – ein bitterer Krimi

Text: Marie-Luise Dörrfel **Fotos:** Privat, WDR/Annika Fußwinkel

Der Titel klingt wie ein packender Thriller und der Inhalt liest sich wie ein ebensolcher, denn es geht um „das mächtigste Drogenkartell des 21. Jahrhunderts“. Protagonisten sind jedoch nicht, wie man vermuten könnte, Mafiosi aus Italien und anderen Teilen der Welt. Es sind weltweit agierende Konzerne, die uns jeden Tag mit Leckereien a'la Pizza, Schokoriegel, Toastbrot, Frühstückscerealien, mit Würstchen oder immer neuen Softdrinks beglücken.

In ihrem neuen Buch sezieren der Journalist und Gründer des Instituts für Welternährung IWE, Dr. Wilfried Bommert aus Nümbrecht, und die Journalistin Christina Sartori mit spitzer Feder und profunder Kenntnis der Faktenlage, was uns tagtäglich serviert wird. Und dies vor allem unter dem Blickwinkel dessen, was die Folgen sind. Denn das, was so gut schmeckt, dass Millionen von Menschen auf Fertiggerichte, auf Kinder-(Schoko-)Riegel jeglicher Art, auf Tiefkühlpizza, schnelle Nudelgerichte, Wurst, Schinken, Pommes mit Ketchup und Mayo, Chips & Co. zugreifen, sind im Labor designte Produkte. Sie sind optimiert mit einem Wirkstoff-Cocktail, der nur eines erreichen soll: Abhängigkeit und Sucht!

Die schnelle einfache Mahlzeit, der „Snack“ zwischendurch, all die mund-, topf- und mikrowellengerechten Produkte haben dazu geführt, dass immer mehr Menschen die scheinbar praktische und unkomplizierte Art des Sattwerdens bevorzugen, statt kreativ mit viel Spaß und etwas mehr Zeitaufwand in der Küche individuelle Lieblingsgerichte

vorzubereiten. „To go“ und „instant“ sind überall verbreitet und dank kreativer Marketingabteilungen, die das Ganze in „Omas oder Mamas gute Küche garniert mit grünen Wiesen und Landidyll“ verpacken, scheint alles gesund und hausgemacht zu sein.

Doch der Schein trügt, denn die Auswirkungen dieses Convenience-Lebensstils sind überall zu sehen. Nicht nur in Deutschland, sondern weltweit: Fettsucht und Adipositas nehmen epidemische Ausmaße an, werden zukünftig zur Pandemie werden. Denn jetzt schon sind weltweit rund 40 Prozent der Menschen übergewichtig, davon 13 Prozent adipös. Schätzungen gehen davon aus, dass 2030, also in knapp 8 Jahren, weltweit 3,3 Milliarden Menschen Übergewicht haben werden. Wilfried Bommert formuliert es so: „Wer das System Adipositas verstehen will, muss Suchterkrankungen studieren. Muss wissen, dass Sucht nicht vom Himmel fällt, sondern von Interessen getrieben ist, von Profitinteressen.“

Suchtstoff Zucker

Zucker, so wie er von der Industrie eingesetzt wird, gehört zu den hochgradigen Suchtmitteln und steht in einer Reihe mit Alkohol, Tabak und Heroin. Er ist fester Bestandteil hoch- und ultrahochverarbeiteter Lebensmittel, die ohne Zucker nicht auskommen. Häufig getarnt als „Fructose“, was für den Verbraucher gesünder klingt. Aber genau diese Fructose ist der Stoff, in dem die Gefahr für die Gesundheit liegt. Seitdem die Industrie im vergangenen Jahrhundert entdeckt hatte, dass man aus dem hauptsächlich als Futterpflanze einge-

setzten Mais Zucker gewinnen kann, wird dieser „High Fructose Corn Sirup“ breitflächig Lebensmitteln zugesetzt. Diese Mais-Fructose ist ein synthetisches Produkt aus den Laboren der Lebensmittelindustrie und trickst das natürliche Sättigungsgefühl des Körpers aus. Dieser erkennt es nämlich nicht als Sattmacher, der Magen signalisiert weiterhin „...ich habe Hunger“ und der Mensch isst weiter. Die Leber jedoch, die gleichzeitig von Unmengen Zucker überschwemmt wird, wandelt diesen in Fett um und lagert es im eigenen Gewebe und am Bauch ab. Fettleber, Herz-Kreislaufkrankungen, Diabetes oder Krebs sind nur die gravierendsten Folgen dieser scheinbar natürlichen, aber in Wirklichkeit künstlichen Zuckerart. Und Studien haben gezeigt, dass bereits geringe Mengen ausreichen, um den Körper gesundheitlich negativ zu beeinflussen.

Die Glücksformel für die Industrie

50 Prozent Kohlenhydrate (bevorzugt Zucker) + 35 Prozent Fett ist die teuflische Formel, die Milliarden Dollar und Euro in die Kassen der multinationalen Lebensmittelkonzerne spült. Produkte, die so aufgebaut sind, garantieren süchtige Esser, denn sie schmecken fabelhaft und so lecker, dass man gar nicht aufhören kann! Bergeweise landen Cola, Chips, Fertiggerichte, Tiefkühlpizzen und andere Verheißungen im Einkaufswagen und auf den Tellern – die Industrie freuts.

Perfiderweise haben die Marketing- und Produktentwicklungsabteilungen der Industrie bereits die Kleinsten im Visier, suggerieren mit Kinderschokoladen, Milchriegeln, Frühstückscerealien, Fruchtsäften gesunde Kinderernährung und züchten so die Kunden von morgen.

Wilfried Bommert und Christina Sartori sprechen von der „Fress-Formel“, denn 50 Prozent Kohlenhydrate + 35 Prozent Fett sorgen dafür, dass schon Kinder dick werden. Ein Problem, dass nicht nur Deutschland, sondern auch die USA, Brasilien und viele andere Länder auf der Welt betrifft. Aus dicken Kindern werden häufig dicke Erwachsene, im schlimmsten Falle adipöse Menschen, die unter ihrer Fettsucht körperlich und seelisch leiden. Der volkswirtschaftliche Schaden und die Folgekosten für das Gesundheitssystem sind weltweit noch gar nicht zu erfassen.

Zuckerersatzstoffe wie Süßstoffe sind keine Lösung, denn zum einen sind diese als Mastmittel in der südamerikanischen Rinderzucht bekannt, zum anderen haben Studien aus Chile gezeigt, dass auch der menschliche Körper durch Süßstoffe zur Einlagerung von Fett stimuliert wird. Auch wenn gekaufte Forschungsstudien der Großindustrie versuchen, die gesundheitlichen Gefahren der industriellen Nahrungsprodukte klein zu reden oder zu verschleiern, spricht die Realität der immer dicker werdenden Menschen und die zunehmenden gesundheitlichen Folgen eine andere Sprache und die Luft für Konzerne wie Coca-Cola, Nestlé, McDonalds etc. wird dünner.

Raus aus dem Teufelskreis

Weltweite Lieferketten, auch bei Nahrungsmitteln können ein Riesenproblem werden. Mais, Weizen und viele andere Feldprodukte können ohne klimaschädliche synthetische Stickstoffdüngung und Chemikalien gar nicht rentabel angebaut werden, schon am Anfang der Produktionsketten entsteht viel CO₂, dann kommt die Weiterverarbeitung und

W
WIEHLER-WASSER-WELT
www.wiehler-wasser-welt.de

Wiehler Wasser Welt | Außenbereich mit Solebecken
Mühlenstraße 23 • 51674 Wiehl • tel. 0 22 62 - 9 77 22

E EISSPORTHALLE WIEHL

Saisonstart:
September 2022

Infos zu Eislaufzeiten
und neuen Kursen findet
ihr auf unserer Website!

FSW FREIZEIT &
SPORTSTÄTTEN
WIEHL

www.eissporthalle-wiehl.de

schließlich landen, weil billig, immer noch Unmengen von Nahrungsprodukten im Müll, zu viel gekauft, schlecht geworden etc. So entsteht ein Kreislauf, der Mensch und Planet in ihren Existenzen bedroht. Die Alternative hat jeder in der eigenen Hand, denn von der mit der Industrie verflochtenen Politik (Food-Lobby der Big-Food-Kartelle) ist aktuell noch keine Änderung zu erwarten.

Wilfried Bommert, der vor zehn Jahren das Institut für Welt-ernährung IWE gegründet hat, setzt sich intensiv dafür ein, dass die Lebensmittelproduktion wieder regional wird, denn dies ist nicht nur umweltfreundlicher, sondern stärkt den Zusammenhalt von Produzenten und Konsumenten.

Und inzwischen tut sich auch immer mehr im ländlichen Bereich. Fährt man durchs Bergische Land so fallen überall Hofläden auf, an denen frische Milch, Eier, Käse oder Wurst eingekauft werden können. Solawi-Projekte (solidarische Landwirtschaft) entstehen aus Kooperativen zwischen Landwirten und Konsumenten. Frische Lebensmittel, direkt vom Feld oder aus dem Stall. Besser geht es nicht! Und teuer ist das keineswegs. Aber Wilfried Bommert und das IWE

sehen noch ganz andere Stellschrauben, die zu breiterer Akzeptanz für gesunde Ernährung führen könnten: Umstellung der Kantinenernährung weg von Industrieprodukten hin zu frischen, regionalen Zutaten. Vor allem in Kindergärten- und Schulen, überall dort, wo Kinder und Jugendliche gepflegt werden wollen, müssen Industrie-Nahrungsmittel und deren Werbung verbannt werden, um den Einstieg in die Zuckersucht möglichst zu verhindern. Denn wer bereits als Kind schmackhafte frische Lebensmittel und Gerichte schätzen gelernt hat, wird dies auch als Erwachsener beibehalten wollen. Und für Kantinen in Unternehmen, Behörden und Institutionen gilt ähnliches: Frische Gerichte ohne Zusatzstoffe und Zuckerzusätze sind gesünder, halten Mitarbeitende fitter und sorgen für bessere Leistungsfähigkeit. Eine Win-Win-Situation für alle Beteiligten. Und die Kosten? Wie sich inzwischen in Modellkantinen zeigt, sind auch mit Bioprodukten aus der Region kostengünstige, gute Essen zu zaubern. Wilfried Bommert formuliert es so: „Wer meint, gesundes Essen sei unbezahlbar, den frage ich: „Wer soll später die explodierenden Gesundheitskosten der Industrienahrungsmittel bezahlen?“

Der bewusste Genuss ist eine Verneigung vor dem Besonderen.

Bruno Schulz

Zeit für Genuss
pur.
RESTAURANT

Events

- 10.09. Gin-Tasting
- 16.09. Musikalischer Kneipenbummel
- 29.10. Die neuen Weine
- 26.11. Literatur@Rotwein

Bahnhofstr. 7a, 51674 Wiehl | Mi-So 18:00-22:00 Uhr | Sonntag auch 12:00-14:00 Uhr
Fon 02262 / 71 21 696 | E-Mail: tisch@genuss-pur.jetzt | www.genuss-pur.online





„CVJM Runderoth – together on tour“: Erlebnisreiche Sommerfreizeit in der Toskana

Text: Dieter Lange **Foto:** CVJM Runderoth / Matthias Alex

Das Wort Brauchtum mag der Runderother Dr. Matthias Alex zwar nicht in den Mund nehmen, aber wenn er an die Jugendfreizeiten des CVJM Runderoth denkt, ist doch eine gehörige Portion Stolz in seinen Worten zu hören: „Seit sechs Jahren bin ich als Freizeitleiter aktiv, doch der CVJM Runderoth führt schon seit den 1980er Jahren regelmäßig Freizeiten durch. Unsere Freizeiten fanden übrigens, als eine von ganz wenigen in Deutschland, auch während der Coronapandemie im Sommer 2020 und 2021 statt. Dabei war es sicherlich von Vorteil, dass ich durch meine Arbeit im Krankenhaus Erfahrung mit COVID-19 sammeln und die Situation somit recht gut einschätzen konnte.“ Und die Runderother Verantwortlichen um den ehrenamtlichen Freizeitleiter versuchen, in jedem Jahr neue, attraktive Ziele für ihre Freizeiten zu finden – mit Erfolg, wie die jüngste Jugendfreizeit nachhaltig beweist.

So machten sich in diesem Jahr 37 Jugendliche im Alter von 13 bis 17 Jahren zu Beginn der Sommerferien mit einem modernen Reisebus auf den Weg in den Süden, um in der italienischen Toskana zwei äußerst erlebnisreiche Wochen zu verbringen. Begleitet wurden die Mädchen und Jungen von 13 Mitarbeitern. Für das ehrenamtliche Engagement seines Helferteams hat Matthias Alex allerhöchste Anerkennung: „Alle Mitarbeiter opfern nicht nur einen Teil ihres Jahresurlaubs, sondern bezahlen die Reisekosten sogar noch aus der eigenen Tasche. Man merkt es ganz deutlich, alle sind mit Herzblut dabei, weil ihnen die Sache so wichtig ist. Gemeinsam als Team machen wir die Freizeiten zu einem ganz besonderen Erlebnis!“ Dies sei auch ein Grund, weshalb der CVJM Runderoth die Sommerfreizeiten zu einem so günstigen Preis anbieten könne. Die zwei Wochen im idyllischen Landhaus mit riesigem Pool im Herzen der malerischen Toskana kosteten lediglich 595 Euro, Fahrt- und Verpflegungskosten natürlich inklusive. Neben dem



LANG
RAUM IDEE

GARDINEN · SONNENSCHUTZ · BODENBELÄGE · OBJEKTAUSSTATTUNG

LANG GmbH RAUM UND IDEE
Weierplatz 24 · 51674 Wiehl · Tel. +49 2262 9 33 68 · Fax +49 2262 9 32 01
info@lang-raum-und-idee.de · www.lang-raum-und-idee.de

ehrenamtlichen Einsatz des gesamten Helferteams ist dieser Vorzugspreis nur durch Spenden diverser Förderer möglich. Dazu gehörten neben einigen Sponsoren vor allem die Evangelische Kirchengemeinde Runderoth, deren Förderverein, die Gemeinde Engelskirchen, das Jugendamt des Oberbergischen Kreises und das Land NRW, wie Matthias Alex dankend erwähnt. Der CVJM Runderoth als Veranstalter verdiene an diesen Freizeiten nichts: „Wir kalkulieren so, dass wir Plus-Minus-Null über die Runden kommen.“

Dass diese Jugendfreizeiten stets zum bestmöglichen Preis angeboten werden, hat für den Freizeitleiter auch eine soziale Komponente: „Wir wollen auch Kindern und Jugendlichen aus einkommensschwächeren Familien einen solchen erlebnisreichen Urlaub ermöglichen.“ Und für potenzielle Teilnehmer, die diese Kosten nicht selbst aufbringen können, findet man durchaus auch eine Möglichkeit: „Für solche Fälle haben wir einen Diakonietopf.“ Kein Wunder also, dass die Runderother Verantwortlichen deutlich mehr Anmeldungen als Reiseplätze haben und somit schweren Herzens auch die ein oder andere Absage erteilen müssen. „Das Haupteinzugsgebiet bei den Anmeldungen liegt natürlich in der Gemeinde Engelskirchen, aber wir hatten in diesem Jahr auch einzelne Teilnehmer aus den Nachbarkommunen dabei, von Overath bis Gummersbach.“ so Matthias Alex.

Die diesjährige Sommerfreizeit stand unter dem Motto „CVJM Runderoth – together on tour“ und war für die insgesamt 50 Reisenden ein unvergessliches Erlebnis. Bei sonnigem Wetter konnten sich die Jugendlichen nicht nur in verschiedenen Outdoor- und Indoorspielen messen und zugleich Teamwork und Zusammenarbeit beweisen. Sie konn-

ten auch die beeindruckende Natur und Landschaft der Toskana genießen sowie die historischen Städte Florenz, Siena, Vinci, San Gimignano, Pisa und Virareggio besuchen.

Wie Matthias Alex berichtet, wurde sich in den Meetings und im Spotlight-Jugendgottesdienst mit verschiedenen christlichen und gesellschaftlichen Themen beschäftigt. „Dieses Jahr standen „Symbole des Glaubens“ im Mittelpunkt. Dabei sind wir insbesondere auf das CVJM-Dreieck, den Ichtys, das Kreuz, das Abendmahl und die Taube eingegangen. Gemeinsam haben wir Bezüge zu tagesaktuellen Themen hergestellt und konnten viel mit- und voneinander lernen.“

Übrigens: Nach der Freizeit ist vor der Freizeit. Zwar wird das genaue Reiseziel der geplanten Jugendfreizeit 2023 erst im November bekannt gegeben, aber den Termin (21.06. - 09.07.2023) und das Reiseland (Norwegen) verrät Matthias Alex schon mal. Für ihn steht bereits heute fest, dass der diesjährige Preis aufgrund der allgemeinen Kostensteigerungen und der fünf Tage längeren „Jugendfreizeit XL“ nicht zu halten sein wird: „Wir rechnen mit Mehrkosten von ca. 100 Euro pro Teilnehmer.“ Für alle Interessierten: Der Anmeldezeitraum beginnt am 13. November 2022 um 19 Uhr, wenn die Anmeldung auf der Homepage des CVJM Runderoth freigeschaltet wird.

i Weitere Infos: www.cvjm-ruenderoth.de

Wir feiern 50 Jahre STUBS.

Happy Birthday STUBS, auf die nächsten 50 Jahre

Ein halbes Jahrhundert voller guter Gründe, diesen Geburtstag gebührend zu feiern und glauben Sie uns, wir wissen, wie man feiert UND wie man nach der Party aufräumt.

Auf die nächsten 50 Jahre Sauberkeit und Ordnung.

STUBS
Dienstleistungen

Telefon: 02261 / 7096-0
E-Mail: container@stubsghmbh.de
Internet: www.stubsghmbh.de



GWN

Gemeindewerke
Nümbrecht

100%
Naturstrom



Die Preise für Strom und Gas sind zurzeit extrem – nicht nur bei uns, sondern überall.

Die GWN ist seit über 25 Jahren für alle Bürger und Bürgerinnen aktiv.

Wir sorgen für Gas, Wasser und Abwasser, Naturstrom und Internet.

Auch in diesen unsicheren Zeiten bleibt die GWN Ihr zuverlässiger Partner und steht für nachhaltige Sicherheit.

100%
Konzernfrei

Sie möchten mehr erfahren?
Bitte rufen Sie uns einfach an,
wir beraten Sie gerne
Telefon (02293) 9113 0

Sauberer Strom, guter Service und nette Menschen: www.gwn24.de

Sandra Gilles

Familienberaterin für:

Bergneustadt, Engelskirchen,
Gummersbach, Nümbrecht
und Wiehl

☎ 02261 54628 -12



Janine Kneib

Familienberaterin für:

Hückeswagen, Radevormwald
und Remscheid-Bergisch Born

☎ 02192 92491 -70



Silke Wilken

Familienberaterin für:

Morsbach, Reichshof
und Waldbröl

☎ 02296 9809 -21



Die Familienberatung der Volksbank Oberberg

Die Geburt eines Kindes gehört wohl zu den schönsten und bedeutungsvollsten Ereignissen im Leben.

Werdenden Eltern und jungen Familien bieten wir Hilfestellung und Unterstützung rund um die Themen Eltern- und Kindergeld-Beantragung, Mutterschutz, Elternzeit, staatliche Fördermöglichkeiten und Zukunftsvorsorge des Kindes.

Wir beraten Sie gerne.

Jetzt neu
bei uns!

Von Anfang an
an Ihrer Seite.

Morgen
kann kommen.

Wir machen den Weg frei.

