

Sauerländer

Das Magazin für Brilon, Dilsberg, Brilon und Winterberg

ÄRGER
 mit dem Vermieter?
**Mieterverein
 Sauerland e.V.**
 ... der starke Partner an Ihrer Seite
Tel. 0 23 31 / 2 04 36 - 0
 Mitgliedsbeitrag 54 €/Jahr
 Aufnahmegebühr 25 €
 Beratungsstellen u.a. in
 Brilon • Dilsberg • Meschede



„Sammelfieber“

Frieda Braun in Brilon-Gudenhagen
Heimspiel für die bissiges und liebenswertes Kabarett

Liebe Leserinnen und Leser,

Frühlingsblüher schauen zu Weihnachten mehr als forsch aus der Erde, Forsythien blühen leuchtend gelb im Januar. Müssen Ostereier dann wieder im Schnee gesucht werden? So richtig weiß das keiner. Klar ist nur, das Wetter macht, was es will und hält sich dabei nicht unbedingt an den Kalender.

Immerhin: Zaghafte Andeutungen machte der Winter Ende Januar. Mehr aber auch nicht – zumindest nicht in unserer Region. Kommt er noch oder bleibt er dieses Jahr aus? Die Meteorologen können keine konkrete Antwort geben. Die Meinungen gehen auseinander. Mal heißt es, dass im Februar und März mit Schnee und Frost zu rechnen sei, ein anderes Mal ist nur von einem kurzen Gastspiel des Winters die Rede. Wir werden es ohnehin nehmen müssen, wie es kommt.

Vielleicht können wir uns auch auf alte Bräuche verlassen. Karneval, Fasching oder Fastnacht wird schon seit vielen hundert Jahren gefeiert. Zu den ursprünglichen Zielen gehörte neben den ausgelassenen Feiern auch den Winter zu vertreiben und den Frühling herbeizuholen. Sollte auf diese alten Bräuche noch Verlass sein, dürfte der Winter im März keine Chance mehr haben. Denn ab Mitte Februar nehmen die Narren in vielen Städten und Gemeinden das Zepter wieder in die Hand und werden es dem Winter schwer machen. Also müsste dieser sich spätestens Anfang März verabschieden, denn Rosenmontag wird am 3. März gefeiert.

Bis dahin müssen wir abwarten, was das Wetter so bringt. Sicher scheint aber zu sein, dass zu Ostern eher ein Frühlingsfest wird. Denn die Feiertage fallen in diesem Jahr auf den 20. und 21. April, liegen also recht spät. Spätestens dann sollte der Frühling es geschafft haben. Aber wer weiß: Es gab auch Jahre, da war es zu Ostern kälter als zu Weihnachten.

Das Team vom SAUERLÄNDER wünscht jedem das richtige Wetter und eine fröhliche fünfte Jahreszeit.

IMPRESSUM

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

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

Nelmannwall 4 | 59494 Soest
Telefon: 02921 – 3609-0
Fax: 02921 – 3609-29
Email: info@fkwwerlag.com

Herausgeber:

Rüdiger Deparade

Anzeigen:

Rüdiger Deparade

(verantwortl.)

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 Veranstaltungsinhalten kostenlos, jedoch ohne Gewähr. Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Fotos wird keine Haftung übernommen.

Von ausgestalteten Anzeigen sind Urheberrechtlich geschützt und dürfen nur mit unserer ausdrücklichen schriftlichen Genehmigung weiterverwendet werden.

Auflage: 16.500

Titelbild: Frieda Braungastier in Brilon-Gudenhagen

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



Senefelder Misset ist FSC-, PEFC- und ISO 14001-zertifiziert



**SENEFELDER
MISSET**

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

Simple Minds bringt die Dekaden zurück

Eine der erfolgreichsten Bands der Rockgeschichte in Olsberg

Das hat es im Land der tausend Berge auch noch nie gegeben, die Weltstars geben sich die Klinke in die Hand: Erst Jan Garbarek, dann Al Di Meola und nun eine der erfolgreichsten und größten Bands der Rockgeschichte – Simple Minds, sie werden am 15. Februar in Olsberg erwartet.

Der heimische Konzertveranstalter Gisbert Kemmerling ist völlig aus dem Häuschen, versucht er doch schon seit langem die Schotten für einen Live-Auftritt in die Region zu holen. Nun hat er die schriftliche Zusage, dass Jim Kerr und seine original Mannen in die Konzerthalle Olsberg kommen.

„Das ist mit ganz großem



Kino nicht mehr zu umschreiben, diesmal fehlen selbst mir die Worte. Ein sensationeller Traum wird wahr. Kneift mich mal!“, so die spontanen

Worte eines unfassbaren Gisbert Kemmerling. Mit ihrem charismatischen Sänger Jim Kerr werden die Simple Minds immer gemessen und

verglichen mit Bono und U2. Die schottische und irische Band zählen musikalisch wie live zu den besten Acts des Rock'nRoll Circus. Das spricht für Können und Qualität, füllen doch beide Bands auch heute noch die größten Hallen und Festivals.

In ihrer 35-jährigen Geschichte haben die Simple Minds mehr Rockhymnen gespielt, als jede andere Gruppe zuvor. „The Greatest Hits Tour 2014“, so der vielversprechende Name der Club-Tour sagt, wo es langeht: Zwei Teile, eine Pause, keine Supportband, nur reiner donnernder schottischer Rock aus den letzten vier Jahrzehnten. Die Simple Minds sind zurück, alive and kicking, auch in Olsberg!

Valentinstag: Zeigen, dass man sich mag

Schon die alten Römer beschenkten ihre Frauen mit Blumen

Am 14. Februar wird der Valentinstag begangen - und zwar meist sehr gefühlvoll. Dieser Feiertag ist der Tag, an dem sich die Menschen zeigen, wie gern sie sich haben.

Sind die Lieben weit entfernt, vielleicht sogar im Ausland, dann schickt man sich gern Valentinskarten mit guten Wünschen. Leben sie in der Nähe, kann man sich auf einen gemeinsamen Abend freuen. Dann sind pessimistische Gedanken tabu. Stattdessen macht man sich über die Menschen, die einem am Herzen liegen, Gedanken und versucht herauszufinden, über welche Präsente sie sich freuen. Beliebte sind Blumen, feine Pra-



Bei einem feinen Essen gemeinsam eine angenehme Zeit zu verbringen, macht am Valentinstag Freude. Foto: djd/BSI

linien und insbesondere edle Spirituosen, aber auch ein Gutschein für ein Candle-Light-Dinner oder für ein Wellnesswochenende sorgen für Freude.

Wer gemeinsame Zeit verbringen möchte, kann einen genussreichen Abend für zwei gestalten. Das ist ein sehr persönliches Geschenk, mit dem man seine Zuneigung gut zeigen kann. Schon die alten Römer beschenkten ihre Frauen am 14. Februar mit Blumen. Der Grund: Am 14. Februar des Jahres 269 wurde der Priester Valentin, der trotz Verbots von Kaiser Claudius christliche Trauungen vornahm und so vielen Menschen den Bund fürs

Leben ermöglichte, hingerrichtet. Auch heute überraschen sich Verliebte an diesem Tag mit kleineren oder größeren Geschenken.

Am schönsten ist es natürlich Zeit miteinander zu verbringen und eine gemeinsame Auszeit vom Alltag zu nehmen. Ob man dabei ein Kuschelwochenende in einem romantischen Hotel verbringt, lieber Museen oder Theateraufführungen besucht, sich bei Massagen verwöhnen lässt oder Aufregendes wie einen Rundflug mit dem Helikopter unternimmt, dürfte von Paar zu Paar verschieden sein. Angebote für den Valentinskurztrip gibt es genügend. (djd/pt).

Von Willingen nach Sotschi

Weltelite der Skispringer testet am Mühlenkopf

Vom 31. Januar bis 2. Februar kann man in Willingen wieder die Weltelite des Skispringens am Himmel sehen, dann beginnt das Weltcup-Skispringen an der Mühlenkopfschanze.

Dann sind Gregor Schlierenzauer, Anders Jakobsen, Severin Freund und Co. an der größten Großschanze der Welt zu Gast. Die ganz großen Sprünge blieben bei den deutschen Athleten in diesem Jahr aus, mit den Ergebnissen konnte das Team noch nicht zufrieden sein. Vielleicht platzt ja der Knoten in Willingen. Das wäre der geeignete Zeitpunkt, schließlich geht es unmittelbar nach diesem Wettkampf zu den Olympischen Spielen.

Bundestrainer Schuster kündigte außerdem an, dass man nach den Wettkämpfen in Zakopane eine Trainingspause eingelegt wird, die für



Materialtests hinsichtlich der Olympischen Spiele genutzt werden soll, ehe dann in Willingen wieder den Wettkampfrhythmus aufgenommen wird, so Schuster. Nach dem Weltcup-Skispringen in Willingen reisen die Skisprin-

ger nach Sotschi, wo am 7. Februar die Olympischen Winterspiele beginnen.

Die einzelnen Nationenteams kommen in Willingen schon am 31. Januar zusammen. Das erste offizielle Training

beginnt um 15.30 Uhr, Einlass für das Publikum ab 13 Uhr. Die Qualifikation startet um 18 Uhr, am Abend wird zur Eröffnungsfeier eingeladen.

Am Samstag, 1. Februar, öffnen die Tore für das um 15 Uhr beginnende Probespringen bereits um 11 Uhr. Der erste Wertungsdurchgang wird um 16 Uhr eröffnet. Dem Finaldurchgang schließt sich die Siegerehrung im Stadion an der Mühlenkopfschanze an. Am Sonntag können sich alle Sportinteressierten ab 10 Uhr einen Stehplatz mit guter Aussicht sichern. Der um 13 Uhr beginnenden Qualifikation schließt sich um 14.30 Uhr der erste Wertungsdurchgang an, die „Adler“ bestreiten anschließend den Finaldurchgang, ehe zur Siegerehrung aufgerufen wird.

Das Willinger Skifliegen zählt zu den Höhepunkten des regionalen Geschehens. Auch wenn in diesem Winter der Schnee fehlte, wird sich daran nichts ändern.



Katharina Offel beim SIGNAL IDUNA CUP

Reitturnier vom 7. bis 9. März in Dortmund – Karten zu gewinnen

Katharina Offel ist für das Masters League Finale beim SIGNAL IDUNA CUP 2014 (07.-09. März) bereit. Die 38-Jährige kehrt als Titelverteidigerin im Championat der SIGNAL IDUNA in die Westfalenhallen Dortmund zurück.



Katharina Offel (UKR) beim SIGNAL IDUNA CUP 2013. Foto: www.sportfotos-lafrentz.de

Ein aufregendes Jahr 2013 liegt hinter der Wahl-Ukrainerin, die in Rosenheim geboren wurde. Im März gewinnt sie beispielsweise das Championat der SIGNAL IDUNA, im April den Großen Preis von Paris, im Mai den Nationenpreis in Rom und im Herbst macht sich die gelernte Bereiterin in Wipperfurth (NRW) selbstständig.

Beim Dortmunder Reitturnier im März will Offel ihren Erfolg im Championat wiederholen und auch im

Großen Preis, dem Masters League Finale, auf Sieg reiten. Konkurrenz erwartet sie unter anderem vom Iren Cameron Hanley. Die Beiden kennen sich beispielsweise vom Pfingstturnier in Wiesbaden. Dort gewann Hanley den Preis der Landeshauptstadt Wiesbaden und verwies Offel in einem spannenden

Stechen auf Rang 3. In diesem Springen haben sich die Nationenpreisreiter auch für das Masters League Finale qualifiziert und treffen nun in Dortmund erneut aufeinander.

Spannung ist an allen Turniertagen garantiert. Schon beim Preopening am 6. März,

stehen ab ca. 18 Uhr eine Dressurprüfung U25 und eine Dressurprüfung für acht- bis zehnjährige Pferde auf dem Programm. Am Freitag, 7. März, setzt sich der Turnierreigen ab ca. 8 Uhr fort.

Das Championat der SIGNAL IDUNA findet dann traditionell am Samstagabend, der Große Preis der Bundesrepublik am Sonntagnachmittag statt. Tickets gibt es unter 0231 1204 666, unter www.ticket.westfalenhallen.de oder bei uns.

Wir verlosen insgesamt 15 x 2 Karten für die Tagesveranstaltung am Samstag, 8. März. Die Teilnahmebedingungen finden Sie im Internet unter www.fkwverlag.com.

Aktuelle Infos zum Reitturnier unter www.reitturnierdortmund.de.

Sauna...
Wellness...
Baden...



WAARETENER
**ALLWETTER
BAD+SAUNA**

www.allwetterbad-sauna.de

Frieda Braun im „Sammelfieber“

„Beutezug“ im Sauerland diesmal in Gudenhagen

Frieda Braun kommt mit ihrem neuesten Programm „Sammelfieber“ am 16. Februar um 18 Uhr in die Schützhalle Brilon-Gudenhagen.

Das ist beinahe ein Heimspiel, denn die Komikerin entstammt der Nachbarschaft und lässt sich ihre kiebenswerten Bos- und Verrücktheiten im nahen Winterberg einfallen. Karten sind insbesondere in der näheren Umgebung immer Mangelware, denn das Talent des kaum zu bremsenden Mundwerks hat sich mittlerweile in der Nation herumgesprochen.

Dazu beigetragen haben insbesondere Auftritte in Fernsehprodukten, so ist „Frieda Braun“, die im wahren Leben Karin Berkenkopf heißt und deutlich attraktiver ist, als vorgegeben, auch mit bekannten Künstlern auf Tour. Gemeinsam mit einigen Freundinnen plant die resolu-

te Sauerländerin nun einen Wohltätigkeitsbasar und ist deshalb auf der Suche nach Sachspenden. Schnell stellt sich heraus, dass der Beutezug nicht immer mit legalen Mitteln geführt wird. So beweist ausgerechnet die kirchlich engagierte Kollektan-Agga ein robustes Maß an krimineller Energie.

Als Problem entpuppt sich die Suche nach einem willigen Schirmherrn. Friedas Wunschkandidat ist Stargeiger André R., der bei Ehemann Erwin Flammen der Eifersucht lodern lässt. Als der europaweit bekannte Künstler absagt, schlägt Erwin mit seiner Fußballmannschaft, den „alten Herren“, zu Friedas Entsetzen unattraktiven Ersatz aus dem eigenen Heimatort vor.

Friedas Erzählungen sind geprägt von komischen Begebenheiten, merkwürdigen Charakteren und queren Gedanken. Warum Rudis Jagdhund seine neue Frisur dem Ökostrom vom Nachbargrundstück verdankt, wie Brunos Geburt sein Leben als eingebildeter Kranker geprägt hat und wieso das neue Wasserbett für neue Perspektiven im Schlafzimmer sorgt – alles das verrät Frieda in „Sammelfieber“.

TAG DER OFFENEN TÜR
MITTWOCH 19.02.2014 - 14-18 UHR

- Ergotherapie/in*
- Physiotherapeut/in*
- Masseur/in und med. Bademeister/in
- Rettungsassistent/in**
- Rettungsassistent/in**
- Fußpfleger/in
- Kosmetiker/in**

WESTFALEN AKADEMIE
59558 Lippstadt - Kleefeld 3
☎ 02941-14436 - www.wa-lip.de

Schnelle Hilfe gut organisieren

Pflegesituationen erfordern Unterstützung: Vielfältige Angebote

Oft geschieht es ganz plötzlich: ein Sturz, ein Schlaganfall, beginnende Demenz oder körperliche Gebrechlichkeit. Ältere Menschen, die bislang gut alleine in ihrer Wohnung zurecht kamen, sind nun auf Hilfe angewiesen oder müssen in ein Pflegeheim umziehen. Für Betroffene und Angehörige ist dies eine schwierige Situation, in der sie sich mit komplizierten Themen auseinandersetzen und schnell wichtige Entscheidungen treffen müssen.

Guter Rat ist dann wichtig, Ansprechpartner kann der jeweilige Hausarzt, können aber auch Pflegestützpunkte sein, auch Anbieter von Pflegeleistungen bieten sich als kompetenter Ratgeber an. Weitere Informationen können Sie bei Ihrer Kommune, oder auch bei ehrenamtlichen Organisationen, etwa Seniorbüros, erhalten.

Schließlich müssen viele Fragen schnell beantwortet werden. Welche passenden Pflege- oder Wohneinrichtungen gibt es in der Region? Welche Angebote bieten ambulante Pflegedienste und wie kann die Pflege finanziert werden? Die Suche nach Pflegeheimen und -diensten ist wichtig. Hilfestellung ist auch wichtig, wenn es um Dienstleistungen und Produkte wie Essen auf Rädern, Diabetikerbedarf oder eine Versicherungsberatung geht.

Wenn die Verrichtung alltäglicher Tätigkeiten zunehmend Kraft kostet, man ansonsten aber noch gut alleine zurecht kommt und nicht auf Pflege angewiesen ist, kann man auf viele Dienste zurückgreifen, die einem das Leben erleichtern. Manchmal ist es nur der Einkauf oder das Putzen, das



Nicht immer kommt man im Alter ohne Hilfe zurecht. Informationen rund um das Thema Pflege können sehr hilfreich sein. Foto: djd/www.deutsches-pflegeportal.de

große Mühe bereitet, oder die Fahrt zum Arzt, die umständlich organisiert werden muss. Im Bedarfsfall müssen Sie entsprechende Hilfen durch Angehörige, ehrenamtliche Helferinnen und Helfer oder professionelle Kräfte in Anspruch nehmen können. Es gibt jedoch ein breites Spektrum an Angeboten, die sie sich direkt nach Hause holen können.

Fällt Ihnen das Kochen inzwischen schwer, können Menübringdienste Ihnen komplette warme Mahlzeiten auch nach Hause liefern. Die meisten Wohlfahrtsverbände haben einen solchen Service im Angebot. Hier können Sie häufig zwischen verschiedenen Gerichten wählen. Testen Sie den Service einfach aus und achten Sie darauf, dass Sie den Dienst auch kurzfristig wieder ab- oder bestellen können, falls Sie nicht zufrieden sind oder wenn Sie krank werden. Wenn die tägliche Hausarbeit

alleine nicht mehr zu leisten ist, können Sie durch eine Hauswirtschaftshilfe beim Putzen oder bei der Wäscheversorgung unterstützt werden. In Absprache kann eine solche Hilfe auch kleinere Besorgungen oder der Einkauf für Sie erledigen. Mittlerweile gibt es aber auch Nahversorger, die diesen Dienst übernehmen. Sie können auch selbst solche Hilfe beauftragen, müssen dann aber dieses Beschäftigungsverhältnis bei der Bundesknappschaft anmelden und Sozialversicherungsabgaben sowie Steuern zahlen.

Für schwierige Arbeiten im Garten oder kleinere Reparaturarbeiten im Haus gibt es Hausmeisterdienste, die auch im Winter Schnee räumen. Friseure bieten ihre Dienste ebenso mobil an wie ausgebildete Fußpfleger, auch Apotheken sorgen natürlich dafür, dass Medikamente und Pflegemittel ins Haus kommen. In manchen ländlichen Regi-

onen oder am Stadtrand stehen öffentliche Verkehrsmittel nicht immer zur Verfügung. Aber selbst dort, wo es gute Verbindungen gibt, fallen Fahrten mit öffentlichen Verkehrsmitteln manchmal schwer. Aber auch im Krankheitsfall müssen Sie manchmal zum Arzt oder einen Termin wahrnehmen. Und nicht immer stehen Angehörige, Freunde oder Nachbarinnen und Nachbarn mit einem Pkw zur Verfügung.

Taxiunternehmen oder andere Fahrdienstunternehmen bieten Fahr- und Begleitedienste an: zum Arzt, zu Behörden oder auch zu Freizeitveranstaltungen. In manchen Städten gibt es ehrenamtlich organisierte Dienste („Bürgerbusse“), aber auch berufliche Besuchs- und Begleitedienste, die gegen Entgelt z.B. auch Unterstützung bei Behördenangelegenheiten anbieten oder andere Service bieten. (eb/djd/pt)

RESIDENZ ALEXANDER
Betreutes Wohnen für Senioren
Familiäre Gemeinschaft • Selbstständiges Leben
Pflege durch die Caritas • 24 Stunden Notdienst • ab nur 727 Euro im Monat



„Hier können wir sein, wie wir sind.“

Paul-Falke-Platz 2
57392 Schmallenberg
Tel. 02972 970 10

www.residenz-alexander.de

Christophorus
Seniorenresidenzen GmbH

Eine Einrichtung der Christophorus Gruppe
Sonntage im Herbst als Lebens
www.christophorus-residenzen.de

Sich Zuhause fühlen
Ihr persönliches Wohlbefinden und Ihre gesundheitliche Versorgung stehen bei uns im Mittelpunkt.
Unsere Häuser bieten professionelle Betreuung für die:

- Vollstationäre Pflege
- Kurzzeitpflege
- Wachhospflege

Bitte rufen Sie uns an: 0 29 61 / 98 60

Christophorus Haus Brilon
Gudenhagener Allee 3-39929 Brilon
Telefon: 02961 985-0
info@christophorus-residenzen.de
www.christophorus-residenzen.de

Wachhorna Haus Oase
Gudenhagener Allee 3-39929 Brilon
Telefon: 02961 985-0
info@christophorus-residenzen.de
www.wachhornazentrum-brilon.de

Christophorus Haus Bestwig
Bundesstr. 30-39909 Bestwig
Telefon: 02904-9747-0
info@christophorus-residenzen.de
www.christophorus-residenzen.de

Innovationen gegen den Fachkräftemangel

Christophorus Haus Brilon-Gudenhagen beteiligt sich an „Pfleger plus Q“

Vom Fachkräftemangel sind viele Branchen betroffen, doch besonders hart trifft es die Altenpflege und damit die Menschen, die als Bewohner in Senioreneinrichtungen oder Kunden ambulanter Dienste auf die Hilfe und Zuwendung fachkundiger Altenpfleger zwingend angewiesen sind.



Verbundtreffen aller Projektteilnehmer und Organisatoren im September 2013.

Auch das Christophorus Haus in Brilon-Gudenhagen ist von dem immer härter werdenden Kampf um die zu wenigen guten Fachkräfte betroffen. Doch statt zu verzagen und zu jammern, hat sich Geschäftsführer Uwe Makschin entschieden, aktiv zu werden und etwas zu tun.

Da kam das Projekt „Pfleger plus Q“ des Bundesverbands privater Anbieter sozialer Dienste e.V. (bpa), in dem das Christophorus Haus bereits seit vielen Jahren Mitglied ist, gerade recht. Auch der bpa hatte den Fachkräftemangel bereits seit langem kommen sehen und gemeinsam mit dem „Institut für Unternehmensentwicklung der Akademie Überlingen“ ein vom Arbeitsministerium NRW gefördertes Projekt initiiert, das zum einen die Attraktivität der Einrichtungen als Arbeitgeber

steigern, zum anderen aber auch die Kompetenzen in Sachen Fachkräftegewinnung und -bindung stärken soll. In den 30 teilnehmenden Pflegeunternehmen mit mehr als 2.200 Mitarbeitern wurde zunächst der Ist-Status durch eine Befragung von Geschäftsführungen und Leitungskräften ermittelt.

Anschließend kamen die Mitarbeiter zu Wort: Eine online-Mitarbeiterbefragung zeigte, wie das Unternehmen aus Sicht der Mitarbeiter in den Punkten Führung, Mitarbeiterzufriedenheit, Gesundheit, Mitarbeiterorientierung, Organisation und Team aufgestellt ist. Hierbei kristallisierten sich die Bereiche „Mitarbeiterorientierung“ und „Organisation/Team“ als die dringendsten Handlungsfelder heraus.

Aus beiden Ergebnisquellen wurde für jedes der beteiligten Unternehmen ein individueller Masterplan mit präferierten Handlungsfeldern und operativen Maßnahmen erstellt. Aus allen 30 Masterplänen wurden nun die Themen herausgearbeitet, die in kleinen Gruppen unter fachlicher Leitung der Experten des „Instituts für Unternehmensentwicklung“ in den kommenden Monaten bearbeitet werden.

„Wir beschäftigen uns in den Arbeitsgruppen mit Themen, für die im Arbeitsalltag kein Raum ist. Gerade auf Grund des Fachkräftemangels ist jeden Tag so viel zu tun, dass man kaum zum Luft holen, geschweige denn zum Nachdenken über Themen wie Perso-

nalentwicklung kommt“, sagt Michael Kampe, Altenpfleger aus dem Christophorus Haus Brilon-Gudenhagen.

„Der Austausch mit Kollegen aus anderen Einrichtungen zu Themen wie Öffentlichkeitsarbeit oder Marketing tut gut und bringt mich auf immer neue Ideen“, freut sich Ursula Steindor, Pflegedienstleiterin aus dem Christophorus Haus Brilon-Gudenhagen. Das Projekt ist angelegt bis Ende Januar 2015. Zum Projektabschluss sollen die Unternehmen erfolgreich Strukturen gelegt haben, um im Wettbewerb um die Fachkräfte die Nase vorn zu haben.

Weitere Informationen auf der Projektseite www.ifu-os.de/projekte/pflegerplusq

Sahne-Matjes mit Kartoffelsalat

Fisch schmeckt immer, manchmal aber ganz besonders

Fisch schmeckt natürlich im ganzen Jahr, hat durch moderne Fangmethoden und Kühltechnik auch ganzjährig Saison: Aschermittwoch und die Fastenzeit bilden für Fischgerichte dennoch immer noch besondere Bedeutung. Unser heutiges Gericht passt also in die Jahreszeit, ist aber auch zu jedem anderen Zeitpunkt zu empfehlen.

Zutaten: 750 g Kartoffeln, 1 Zwiebel, 180 g Gewürzgur-

ken aus dem Glas, ca. 1/2 Bund Schnittlauch, 120 g Miracel Whip, 150 g Natur-Joghurt, Salz, Pfeffer, 1 kleines Bund Radieschen, 1 Apfel, 4 küchenfertige Matjesfilets (ca. 300 g), Apfelmwürfel und Petersilie zum Garnieren, 4 Holzspießchen zum Aufstecken.

Zubereitung: Kartoffeln waschen und garen. Inzwischen Zwiebel schälen und in feine Ringe schneiden. Gurken in

dünne Scheiben schneiden. Schnittlauch waschen und fein hacken. Salatcreme, Joghurt, ca. 6 Esslöffel Gurkenwasser, 2/3 der Zwiebel und Schnittlauch, (kleinen Rest für die Deko aufheben), verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Gurkenscheiben zufügen.

Kartoffeln abgießen, abdampfen lassen und pellen. Kartoffeln in Scheiben schneiden und noch warm in

die Soße geben. Ca. 30 Minuten durchziehen lassen. Radieschen putzen, waschen und vierteln. Apfel waschen, vierteln und das Kerngehäuse entfernen, Apfel würfeln. Radieschen und Apfel unter den Salat heben. Matjesfilets aufrollen und mit einem Holzspießchen fixieren. Matjes und Salat auf einer Platte anrichten, mit Zwiebelringen, Apfelspalten und Petersilie garnieren und servieren.

Lebensqualität nachhaltig verbessern

Ergotherapie unterstützt ein selbstbestimmtes Leben

Es ist inzwischen schon eine Weile her, doch ihr Sturz in der eigenen Wohnung schwebte der 68-jährigen Rentnerin noch lange im Kopf herum. Seitdem traute sie sich nicht mehr so richtig aus dem Haus, immer war die Angst vor einem erneuten Sturz und den Folgen da. Das änderte sich erst wieder als sie sich in ergotherapeutische Behandlung begab.

In der Ergotherapie ging es nicht nur um die physischen Folgen des Sturzes und die Wiederherstellung der daraus resultierenden körperlichen Einschränkungen, sondern auch darum, der Rentnerin wieder das nötige Selbstvertrauen zurückzugeben.

Motorik und Sensorik, die richtige Einschätzung der eigenen Fähigkeiten, spielten dabei eine große Rolle. Dadurch werden mögliche Gefahrenpunkte reduziert, das Risiko geschwächt und das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten gestärkt. Der Ansatz der ergotherapeutischen Maßnahmen ist immer ganzheitlich und stellt den Patienten in seinem sozialen Umfeld in den Mittelpunkt. Ziel ist immer, die Handlungsfähigkeit im Alltag und die selbstbestimmte Teilhabe am gesellschaftlichen Leben zu stärken und damit die Lebensqualität zu verbessern.

Dabei wird Ergotherapie bei vielen Krankheitsbildern und Menschen jeden Alters angewendet, die in ihrer Handlungsfähigkeit eingeschränkt sind bzw. von einer Einschränkung bedroht werden. Im Rahmen der Therapie werden die Patienten besonders bei der Durchführung der für sie wichtigen Tätigkeiten in den Bereichen



Ein breites Feld der Ergotherapie ist die Behandlung von Kindern, z.B. bei Störungen im Bewegungsablauf. Foto: © Dan Race - Fotolia.com

Selbstversorgung, Produktivität und Freizeit in ihrer persönlichen Umwelt gestärkt. Der Alltag soll in Beruf,



Bei eingeschränkter Handlungsfähigkeit hilft Ergotherapie, die Beweglichkeit wiederherzustellen. Foto: © Robert Kneschke - Fotolia.com

Schule, Freizeit und Familie so unabhängig wie möglich gestaltet werden. Diese Ziele sollen durch eine Verbesserung, Wiederherstellung oder Kompensation der beeinträchtigten Fähigkeiten erreicht werden. Dabei wird Ergotherapie in den unterschiedlichsten Bereichen eingesetzt: Bei physischen und psychischen Erkrankungen, bei Behinderungen oder Entwicklungsstörungen, die die selbstständigen Handlungsfähigkeiten eines Menschen beeinträchtigen oder noch beeinträchtigen können.

Ein breites Feld nimmt dabei auch naturgemäß die Pädiatrie (Behandlung von Kindern) ein. Ergotherapie kommt hier bei Störungen des Bewegungsablaufs, bei der Beeinträchtigung kognitiver Prozesse, also beim Zusammenspiel von Sinneswahrnehmungen und motorischen Systemen, bei Störungen der Wahrnehmungsfähigkeit bzw. der Wahrnehmung sowie bei Verzögerungen in der sozialen Entwicklung zum Einsatz.

Ebenso wird Ergotherapie auch nach Unfällen, Operationen, bei rheumatischen Erkrankungen, nach einem Schlaganfall und anderen neurologischen Erkrankungen oder dementen Menschen angewendet. Im Zentrum steht dabei immer der Mensch in seiner Gesamtheit, im sozialen Zusammenspiel mit seiner Umwelt, mit seiner Familie, Freunden und der häuslichen Umgebung.

Daher wird die Therapie auch individuell an die Bedürfnisse und Einschränkungen des jeweiligen Patienten angepasst.

Feuer aus dem Sauerland **DROOFF** KAMINÖFEN
www.drooff-kaminofen.de

SAMSTAG & SONNTAG
8. & 9. FEBRUAR 14-18 Uhr

KAMINOFEN WERKSVERKAUF
Keffelker Str. 40 • Brilon

TELO ABERKAUF 1.111€
TYPHOID A. WÄRM 999€
EISA ABERKAUF 1.499€
VORSE 2 A. WÄRM 2.999€

Einmalige Einzahlungsleistung. Einmalige Verrentung. Abschreibung inkl. MwSt.

Ihr Medienberater
Richard Schellmann
Telefon: 0 29 21 - 36 09 12
E-Mail: schellmann@fkvverlag.com



energies

Direkt vom Hersteller!
Pellets, Briketts und Brennholz.

ante

ante
Wittenberg, Zwickau • Tel.: 02981 - 92 300 • pellets@ante-holz.de

WOLF

Öl-Brennwertkessel
Gas-Brennwerttherme
Gas-Brennwertzentrale
Ölheizkessel
Gas-Heizwerttherme
Biomasse-Heizkessel
Wärmepumpen
Comfort-Wohnungs-Lüftung
Sonnenkollektoren
Speicher
Fotovoltaik

Wolf GmbH, 84048 Mainburg
www.wolf-energiesysteme.de

Informations- und Demonstrationszentrum
Erneuerbare Energien e.V. (I.D.E.E. e.V.)[®]

Das bundesweit größte Informationszentrum für alle Erneuerbaren!

Öffentlichkeitsarbeit
Kommunikation und Fortbildung
Verbraucherberatung
Branchenförderung

I.D.E.E. e.V.
Informations- und Demonstrationszentrum
Erneuerbare Energien e.V.

I.D.E.E. e.V. • Carl-Neuberg-Str. 11a • D-69639 Olsberg
Tel. 02962 - 802 848 • Fax 02962 - 802 390
Email: info@idee-ow.de • Web: http://www.idee-ow.de

„Ich bin für Super-Wohlfühl-Wärme da“

PROFIPELLETS[®]
der Holzpellet-Spezialist in NRW

Kleeschulte Energie
33142 Bören
02951 - 600 555
www.profi pellets.de

I.D.E.E.-Ausstellertage haben Holz im Fokus

Größtes Informationszentrum für Biowärme informiert

In der Zeit vom 8. bis 9. Februar finden am I.D.E.E. / Zentrum HOLZ die 19. Ausstellertage statt.

An beiden Tagen stehen die Partnerunternehmen des I.D.E.E. e.V. zu einem persönlichen Beratungsgespräch im bundesweit größten Informationszentrum für die Biowärme zur Verfügung und präsentieren neueste und modernste Feuerungstechnik für Scheitholz-, Pellet- und Hackgutfeuerungen. Weitere Themen sind die Abgastechnik, die solare Wärme, die Wärmespeicherung und die solare Stromerzeugung. Mehr als 200 Produkte können durch die Verbraucher in Augenschein genommen werden. Zudem bietet das Vortragsforum der Partnerunternehmen weitere fundierte Informationen zum Einsatz der Wärme aus Holz sowie weiterer erneuerbarer Energieträger. Vor dem I.D.E.E. erfolgen zudem Prä-



senführungen zur Energieholzbereitstellung (Scheitholz und Hackschnittel) sowie zur Pelletlogistik.

Im bundesweit größten Informationszentrum für die Biowärme, das nach einer Erweiterungsmaßnahme noch mehr Information bieten kann, stehen anlässlich der Ausstellertage mehr als 40 Partnerunternehmen aus dem I.D.E.E.

Ökoenergiecluster für eine umfassende und persönliche Beratung zur Verfügung. Präsentiert werden die neuesten und modernsten Biowärmeheizsysteme (Pellet-, Scheitholz- und Hackschnittelfeuerungen), wobei die Anlagen auch im „Echtbetrieb“ in Augenschein genommen werden können. Weitere Themen sind die Abgastechnik, Solarthermie, Wärmespeicherung,

Kraft-Wärme-Kopplung und Photovoltaik. Das Vortragsforum sowie Praxisvorführungen zur Energieholzbereitstellung und zur Pelletlogistik bieten kompetente Informationen.

Ihr Beitrag zum Klimaschutz: Die nachwachsende Wärme aus Holz ist regional verfügbar und schon aufgrund der CO₂-neutralen Wärmeerzeugung das Klima.



Die Ausstellertage des Informationszentrums in Olsberg sind immer wieder ein Publikumsmagnet.



Mother Africa im Sauerland

Musical in Olsberg: Magische Momente, Musik und bunte Kostüme

Das Musical Mother Africa macht aktuell Station in Amerika. Dort wird ihr die für eine deutsche Produktion sehr seltene Ehre zuteil, für einige Wochen am berühmten Broadway in New York, im New Victory Theatre, gastieren zu können.

Die beeindruckende Erfolgsgeschichte von Mother Africa macht dann in Europa weiter. Am Samstag, 22. Februar, kommt der Circus der Sinne mit neuer Tour nach Olsberg in die Konzerthalle. Umlingo bedeutet übersetzt so viel wie „Zauber“ oder „Wunder“.

Die Show erzählt die Abenteuer eines kleinen afrikanischen Jungen und einer großen Reise voller Abenteuer durch den afrikanischen Kontinent. Umlingo ist eine temporeiche, far-

benfrohe und fantasievolle Show voller Gefühl und magischer Momente, die das Publikum mit großartiger Artistik, mitreißender Musik, traditionellen afrikanischen und modernen Zirkus- und Showelementen verzaubert.

Dabei besticht auch Umlingo wieder durch eine zauberhafte Vielfalt, sowie unglaubliche Fähigkeiten und Fröhlichkeit seiner mehr als 40 Akteure, die ausnahmslos vom afrikanischen Kontinent stammen. Begleitet werden die Akrobaten und Tänzer von einer siebenköpfigen Live-Band mit moderner, wie traditionell afrikanischen Klängen.

Bei der neuen Show 2014 erwartet die Besucher wieder ein Kosmos voller Staunen, sinn-

licher Vergnügen, Emotionen, Überraschungen und unbändiger Lebensfreude – großartige Akrobatik, Jonglage und Artistik gehören ebenso zu dem zweistündigen Programm wie afrikanische Live-Musik, Tanz und farbenfrohe, detailverliebte Kostüme.

Das Publikum erlebt bei Umlingo auch wieder Lazaro, den gelenkigsten Mann der Welt, den eifrige Mother Africa-Besucher aus früheren Shows in guter Erinnerung haben werden: Hat man einmal erlebt, wozu der Kenianer mit seinem Körper fähig ist, vergisst man dies so schnell nicht wieder. Ein faszinierender Balance-Act in luftiger Höhe wechselt sich mit einer atemberaubenden Nummer an zwei großen vertikalen Masten ab, auf Rhönräder fol-

gen aufeinandergestapelte Röhren durch und über die eine kaum noch überschaubare Zahl an Artisten in immer halsbrecherischer werdendem Tempo springt, wiederum gefolgt von ausgelassenen afrikanischen Tänzen oder einer Clown-Nummer mit Publikumsbeteiligung. Selbst der kleine afrikanische Junge entpuppt sich am Ende als großer Akrobat.

Um notleidenden und bedürftigen Menschen in Afrika ebenfalls etwas Lebensfreude zurückzugeben, fließt ein Teil der Show-Einnahmen an Karlheinz Böhm's Äthiopienhilfe „Menschen für Menschen“.

Karten für die Veranstaltung in der Olsberger Konzerthalle für die Vorstellung am 22. Februar im Vorverkauf.

Altes Gemäuer kann zum Traumhaus werden

Aus einer Bestandsimmobilie kann ein Schmuckstück werden

Ein schönes Zuhause zählt für 97 Prozent der Deutschen zu den wichtigsten Dingen im Leben. Nur Gesundheit und Sicherheit im Alter sind mindestens genau so wichtig. Kaufen oder bauen? Auf diese Frage gibt es keine pauschale Antwort.

Welche Immobilie die richtige ist, muss jeder potentielle Bauherr für sich entscheiden: Unter Berücksichtigung der spezifischen Vor- und Nachteile und der jeweiligen Lebenssituation. Für ein altes Haus, für ein Bestandshaus, spricht oft die Lage und Größe des Grundstücks: Auch aus einem alten Gemäuer kann ein wunderschönes Eigenheim werden. Stuckdecken, Sprossenfenster oder rustikale Klinkerfassade – so sehen Altbau-Wohnräume aus.

Erwerben Sie ein vorhandenes Objekt, sparen Sie Zeit und Geld. Da Sie Haus oder Wohnung „besichtigen“ können, wissen Sie außerdem, was auf Sie zukommt. Andererseits kaufen Sie aber immer den Geschmack des Erbauers oder den Zeitgeist mit. Zudem lauern versteckte Kosten: Ältere Häuser sind oft nicht mehr auf dem neuesten Stand der Bautechnik und haben zum Beispiel keine optimale Dämmung. Auch verdeckte Mängel oder in absehbarer Zeit fällige Reparaturen wie beispielsweise das Einbauen neuer Fenster oder einer neuen Heizung können ins Geld gehen.

Vor dem Kauf einer Bestandsimmobilie sollten Faktoren, wie anstehende Instandsetzungs- oder Renovierungskosten exakt kalkuliert werden, um das benötigte Finanzierungsvolumen präzise ein-



Eine Sanierung wertet ein in die Jahre gekommenes Familienheim nicht nur optisch auf, sondern verbessert auch dessen Energieeffizienz nachhaltig. Foto: djd/Sto AG

schätzen zu können. Renovierungskosten oder Instandsetzungskosten können aber meist nicht ohne fremde Hilfe bestimmt werden. Dämmung, Bauschäden, Erfüllung gesetzlicher Anforderungen, Heizungsanlage, Leitungen für Strom, Kabel-TV, Internet und Telefon, gehören dazu. Auch sollten Sie sich darüber im Klaren werden, welche persönlichen Kriterien Ihr Eigenheim erfüllen soll. Dabei sollten Sie unter anderem auf die Deckenhöhe, Raumanzahl und -größe, Helligkeit der Räume und Umbaumöglichkeiten achten.

Von den 14,8 Millionen Wohneinheiten in Deutschland sind über zwölf Millionen nicht oder nur gering

modernisiert, so eine Untersuchung der Arbeitsgemeinschaft für zeitgemäßes Bauen. Die hat auch ermittelt, dass die durchschnittliche Wohnfläche pro Bundesbürger wächst – von aktuell rund 47 Quadratmetern in Westdeutschland auf 54 Quadratmeter im Jahr 2030, meldete dieser Tage der Infodienst Bauen und Finanzieren der Landesbausparkassen (LBS).

Ausreichender Wohnraum kann ein wichtiges Kriterium für eine Bestandsimmobilie sein: Die gibt es in Innenstadtlage mit guter Anbindung an Infrastruktur. Da lohnt sich längeres Suchen und auch die umfangreiche Sanierung: Der Weg zu einer immer besseren Energie-

effizienz setzt auch Eigentümer von Altimmobilien unter Zugzwang: Wer nicht handelt, riskiert, dass die Kluft zwischen Energiesparhäusern und eigenen Altbau immer größer wird. Ein zu hoher Energieverbrauch kann auf Sicht die Vermietbarkeit und den Wert beeinträchtigen.

Sanieren kann aufregend sein: Dach und Wände, Fassaden und Treppen, Bad und Küche, Bodenbeläge, Heizung, Wintergarten sind Stichworte, die sich auch für ältere Immobilien mit modernen Baustoffen optimal aufpeppen und auf gediegenen Standard bringen lassen. Fachunternehmen und Fachleute bieten die erforderliche Hilfestellung. (eb/djd)

Qualität mit hoher Sicherheit

GAYKO

- Fenster
- Markisen
- Wintergärten
- Rollläden
- Überdachungen

Markisen zu Winterpreisen

Ausstellung auch Samstag 10.00-12.00 Uhr geöffnet. • Tore

FENSTERBAU HEIMES

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

www.kueckenhoff.de

K

Stuckgeschäft
Küeckenhoff GmbH

Ausführung von
Stuck-, Innen- und
Außenputzarbeiten
Fassaden-
dämmung

Am Reinspring 20 • 59889 Eslohe-Reiste
Fax 25 91 • Tel. (0 29 73) 34 63

VERANSTALTUNGEN

MESCHEDE

Sonntag, 9. Februar
Band Queen Mania
Stadthalle

Die Band QueenMania schafft es heute, dass auch junge Fans sich auf die Show Forever Queen freuen und begeistert diese Musik hören, aber auch genauso gerne die Hits mitsingen. Spektakuläre Hommage an Queen und Freddie Mercury! Eine tolle Show (selbstverständlich Live!) erwartet Sie mit vielen Kostümen, einem aufwändigen Stagedesign und emotionalen Videoprojektionen. Erinnerungen an ganz große Zeiten der Musik werden in der Mescheder Stadthalle wach.

Sonntag, 23. Februar
Jazz mit dem Frankfurter Jazz-Trio im Bürgerzentrum Alte Synagoge

Im neuen Programm, das unter dem Motto „Our Favorite Things“ steht beleuchtet das Trio - wiederum stilistische Grenzen überschreitend - Werke der Jazz-Traditionen (von Earl Hines bis Ornette Coleman), widmet sich aber vermehrt auch eigenen Kompositionen. Thomas Cremer spielte mit Größen der Szene und leitete diverse eigene Formationen und ist Mitgründer und Schlagzeuger der seit 1986 bestehenden Frankfurt Jazz Big Band. Olaf Polziehn, geboren 1970 in Ludwigsburg, absolvierte sein Musikstudium an der Hochschule in Köln und ist Professor für Jazz-Piano an der Musikhochschule Graz. Martin Gjakonovski, geboren 1970 in Skopje, studierte an der Musikhochschule Köln und spielt in mehreren Musikformationen.



ARNSBERG, Donnerstag, 6. Februar, Sauerland Theater

Seit ihrem Debüt im Jahr 1999 hat Rhythm of the Dance über 4,5 Millionen Zuschauer weltweit begeistert und war in insgesamt 44 Ländern zu sehen. Die zweistündige Show vereint die Ekstase von Irish und Modern Dance mit wunderschönen, romantischen Tanzszenen, mystische Klänge mit irischen Rhythmen und tänzerische Präzision mit sportlicher Höchstleistung in Kombination mit der anmutigen Lichtshow und den phantasievollen, aufwendigen Kostümen. Mit hämmernden Rhythmen, sowohl klassischer als auch moderner Musik und wunderschönen Tanz-Choreographien nehmen rund 20 Tänzerinnen und Tänzer das Publikum mit auf eine historische Reise zu den Ursprüngen des irischen Volkes.

BRILON

Freitag, 14. Februar
Bürgerzentrum Kolpinghaus
Fidolino

Eine „Rostlaube“ ist unterwegs zu einer Landpartie: „Bleischaden“ heißt das Stück der Kinderkonzertreihe für Kinder von vier bis sechs Jahren.

Sonntag, 16. Februar
Bürgersaal Rathaus, 17 Uhr
Jugend musiziert

Konzert mit den Preisträgern der Solowertung „Klavier“.

Samstag, 22. Februar
Stadtbibliothek, 10.30 Uhr
Wii-Gaming
Alle Interessierten sind zum Wii-Gaming der Stadtbibliothek eingeladen. Infos unter 02961/ 794460.

OLSBERG

Freitag, 7. Februar
Konzerthalle, 19.30 Uhr
Frauenkarneval

Die Frauengemeinschaft Olsberg und „Die Unweisen“ laden zum närrischen Abend ein, Einlass ab 18.30 Uhr. Die Tanzband „Take Ten“ des Musikvereins begleitet die Veranstaltung, die gespickt ist mit Einblicken in das Leben der Region.

BIGGE

Samstag, 22. Februar
Schützenhalle

Karnevalssitzung
Die St. Sebastianus-Schützenbruderschaft und die Kolpingfamilie laden zum närrischen Veranstaltung ein. Freunde des Karnevals sind willkommen.

ARNSBERG

Dienstag, 18. Februar
Sauerlandtheater
Komödie „Der Vorname“

Bei einem gemütlichen Abendessen im Kreis der Familie geschieht es. Der Professor Pierre verrät versehentlich den Namen des Kindes, das seine Frau erwartet. Blankes Entsetzen macht die Runde. Darf man ein Kind so nennen und kann es damit überhaupt in Frieden leben? Eine heftige Diskussion wird entfacht. Mit viel Wortwitz haben Matthieu Delaporte und Alexandre de la Patellière diese Komödie von Paris nach Deutschland gebracht. Wenn Sie neugierig sind, um welchen Namen es geht, sollten Sie unbedingt vorbeischaun!

Anschluss gesucht? Wir bringen Sie ins Netz!



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

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

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