

Handel & Gewerbe

# Bestmögliche Beratung für Gesundheitsbewusste

Dornseifer-Mitarbeiter sind für die Kunden kompetente Ansprechpartner in Ernährungsfragen

Olpe/Siegen. „Wir wollen unsere Kunden bestmöglich beraten“ – mit diesen Worten beschreibt Geschäftsführer Friedhelm Dornseifer den Gedanken, der zu der Fortbildung von 23 Dornseifer-Mitarbeitern führte. „Unsere Kunden wollen mehr über die Produkte wissen, die sie einkaufen. Die Gründe dafür sind vielfältig: Generell sind die Kunden gesundheitsbewusster geworden, aber manch einer muss aus gesundheitlichen Gründen auf die Inhaltsstoffe der Lebensmittel achten“, so Dornseifer weiter.



Dornseifer-Mitarbeiter ließen sich jetzt zu „Ansprechpartnern für Ernährungsfragen“ weiterbilden.

Kunden in Dornseifer-Märkten mit Rat und Tat zum Thema Ernährung zur Seite stehen.

„Ein solcher Ansprechpartner für Ernährungsfragen kann und will eine Ernährungsberatung durch Ärzte, Ernährungs-

wissenschaftler oder Diätassistenten nicht ersetzen“, so Diplom-Oecotrophologin Birgitta Tummel, die die Fortbildung leitete. „Uns ging es darum, Mitarbeiter im Verkauf so zu schulen, dass sie die Grund-

lagen einer gesunden Ernährung und die aktuellen Ernährungsempfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung kennen.“

Außerdem wurden die Teilnehmer in den wesentlichen

Merkmale ernährungsmitbedingter Krankheiten, wie Diabetes mellitus, Fettstoffwechselstörungen oder Gicht geschult. Auch die besonderen Anforderungen an die Ernährung von Allergikern und Schwangeren kennen die Teilnehmer nun. In praktischen Übungen zusammen mit der Kommunikationstrainerin Heike Hennig, probten sie, ihr neu erworbenes Wissen kundengerecht zu vermitteln.

Die Referentinnen freuten sich, dass fast alle Teilnehmer die Prüfungen erfolgreich abgeschlossen haben, denn dies „setze ein hohes Maß an persönlichem Engagement über die Arbeitszeit hinaus voraus“.

# Beschwingte Ferien

Tanzkreis bietet viele Workshops



Zum Tango Argentino liefert die Sommerzeit das dazugehörige Klima und der Tanzkreis den passenden Workshop.

Siegen. Von Montag, 19. Juli, bis Sonntag, 8. August, veranstaltet der Tanzkreis Siegen die Sommer-Tanz-Tage, ein Ferienprogramm für Kinder, Jugendliche und Erwachsene.

Auf dem Programm stehen Salsa-Workshops für Einsteiger, Fortgeschrittene und Cracks, für die Salsa-Bachata, Salsa-Line-Dance und Salsa Merengue angeboten wird. In weiteren Workshops lernen und trainieren die Teilnehmer Disco-Fox, Swing, Boogie-Woogie, Pilates, Irish Dance, Flamenco, Tango, Zumba-Dance, Video-Clip-Dancing und HipHop. Das komplette Ferienprogramm ist zu finden auf [www.sportevents-online.de](http://www.sportevents-online.de). Auskunft gibt es unter (02 71) 2 34 62 72.

# Sicheres Auftreten

Siegen. Auf Initiative der Siegener Regiestelle „Leben im Alter“ bietet der Seniorensporttrainer Andreas Holz zwei Selbstverteidigungskurse für Ältere an. Ein Schwerpunkt der Kurse liegt auf der Vorbeugung von Gewalttaten durch sicheres Auftreten. „Durch die Vermittlung von Vorbeugungs- und Verteidigungstechniken schulen wir in unseren Kursen körperliche Fähigkeiten wie Ausdauer, Beweglichkeit, Gleichgewicht und Reaktion ebenso wie die geistigen Leistungen, zum Beispiel Aufmerksamkeit und Konzentration“, erklärt Andreas Holz.

Der erste Kurs findet mittwochnachmittags im Mehrgenerationenhaus Geisweid statt und beginnt am 21. Juli. Der zweite Kurs startet am Donnerstag, 21. Oktober, und findet vormittags im Haus Herbstzeitlos in Siegen statt. Anmeldungen werden angenommen unter (02 71) 4 04 21 39.



# Super gedribbelt

Eiserfeld. Lena Farnschläder aus Eiserfeld ist „Deutschlands Superdribblerin“. Nachdem sie sich im Wettbewerb in der Siegener City Galerie für das Regionalfinale in Köln qualifizierte und sie dort den ersten Mädchen- und Damenklasse alle Plätze belegte, reiste sie nach Berlin zum Bundesfinale. Der Wettbewerb dort fand in den Potsdamer-Platz-Arkaden statt.

Ein 7,8 Meter langer Parcours musste dort mit einem Ball möglichst schnell durchlaufen werden. Gestartet wurde in fünf Altersgruppen. Lena Farnschläder gewann in der offenen Mädchen- und Damenklasse alle Läufe und das Finale. Mit Pokal und Preisgeld – und vielen Eindrücken aus der Hauptstadt – reiste sie zurück ins Siegerland.

# Apotheken | Ärzte Notdienste

Siegerland | Altenkirchen | 11. Juli 2010

- Apotheken:**  
 Burbach, Neunkirchen, Wilnsdorf: 8.30-8.30 Uhr: Schwanen-Apotheke, Nassauische Straße 10, Burbach  
 Betzdorf, Daaden, Herdorf, Kirchen, Muddersbach: Neue Norddienst-Regelung: Unter der einheitlichen Telefonnummer 0 18 05 / 25 88 25 plus Postleitzahl werden sowohl vom Festnetz (0,14 €/min.) als auch aus dem Mobilfunknetz die räumlich nächsten drei Apotheken angesagt, z. B. 0 18 05 / 25 88 25 - 5 75 18 für Betzdorf. Unter [www.lak-rlp.de](http://www.lak-rlp.de) können Sie die akt. Notdienstpläne im Internet einsehen. Der Dienstwechsel der Apotheken erfolgt tägl. um 8.30 Uhr.  
 Freudenberg, Niederfischbach: 9.00-9.00 Uhr: Rosen-Apotheke, Bahnhofstraße 25, Freudenberg  
 Hilchenbach, Kreuztal: 8.00-8.00 Uhr: Apotheke Ferndorf, Marburger Straße 57, Ferndorf  
 Netphen: 9.00-9.00 Uhr: Rathaus-Apotheke, Lindenplatz 6, Geisweid; 10.00-12.00 Uhr: Sieg-Apotheke, Siegstraße 82, Dreis-Tiefenbach  
 Siegen: 9.00-21.00 Uhr: Neue Burg-Apotheke, Siegtalstraße 204, Niederschelden, und easy-Apotheke, Sandstraße 163, Siegen, und Rathaus-Apotheke, Lindenplatz 6, Geisweid; nach 21.00 Uhr: Rathaus-Apotheke, Lindenplatz 6, Geisweid
- Ärzte:**  
 Ärztliche Notfalldienst-Zentrale  
 In den Räumen des St.-Marien-Krankenhauses  
 Siegen · Tel. (02 71) 1 92 92  
 Freudenberg · Tel. (02 71) 1 92 92  
 Niederfischbach, Harbach, Friesenhagen · Tel. (0 27 41) 1 92 92  
 Kreuztal · Tel. (0 27 32) 1 92 92  
 Burbach · Tel. (0 27 36) 1 92 92  
 Betzdorf, Kirchen, Herdorf, Daaden, Gebhardshain  
 Tel. (0 27 41) 1 92 92  
 Wissen · Tel. (0 18 05) 11 20 68  
 Netphen · Tel. (0 27 38) 1 92 92  
 Neunkirchen · Tel. (0 27 35) 1 92 92  
 Wilnsdorf · Tel. (0 27 39) 1 92 92  
 Hilchenbach · Dres. Hebrock, Tel. (0 27 33) 62 88  
 Kinderärztlicher Notfalldienst Kreis Siegen-Wittgenstein  
 Tel. (02 71) 2 34 56 78  
 Kinderärztlicher Notfalldienst Kreis Altenkirchen  
 Tel. (0 18 05) 11 20 57
- Zahnärzte:**  
 Sprechstunden: 10-12 Uhr und 17-19 Uhr, ansonsten Telefonbereitschaft  
 Siegerland Mitte:  
 Dr. med. Hubertus Koch, Wellersbergstraße 66, 57072 Siegen, Telefon (02 71) 2 50 14 70  
 Siegerland Nord:  
 Dr. Heiner Scholl, Eichener Straße 69, 57223 Kreuztal-Eichen, Telefon (0 27 32) 8 02 55  
 Siegerland Süd:  
 Dr. med. dent. Muger Dietrich, Kölner Straße 145, 57290 Neunkirchen, Tel. (0 27 35) 20 40

# Taizé-Feier in Siegen

Siegen. Am Donnerstag, 15. Juli, findet der nächste Taizé-Gottesdienst mit Hans-Christoph Bischoff, Heidi Gudelius und Jan Sören Lagemann in der Siegener Nikolaikirche statt. Auskunft gibt es unter (02 71) 4 05 85 02.

# Fahrt ins Erzgebirge

Siegen. Die Wandergruppe der Siegerländer Sektion des Alpenvereins plant eine zehntägige Freizeit in Oberwiesenthal vom 26. August bis 4. September. Vorgesehen sind Wanderungen im Kammbereich des Erzgebirges sowie einige Ausflugsfahrten. Es sind noch Plätze frei. Informationen unter (02 71) 7 62 94.

# Förderung für Unternehmer

Siegen. Am Mittwoch, 14. Juli, zwischen 10 Uhr und 16.30 Uhr, findet ein Beratungssprechtag in der Industrie- und Handelskammer Siegen an der Koblenzer Straße 121 statt. IHK-Fachberater und Experten der NRW-Bank und der Bürgerschaftsbank informieren Unternehmer und Unternehmensgründer über öffentliche Finanzierungshilfen. Die Veranstaltung ist kostenlos. Gesprächstermine können vereinbart werden unter (02 71) 3 30 21 33.

Ihre Bäckerei  
**FRIEDHELM DORNSEIFER**

**PIZZA**  
 MAL ANDERS...

**Pizzafladen**  
 Softes Fladenbrot mit Pizzasauce, Reibekäse und Kürbiskernen.  
**Stück**  
**2,49**

[www.ihr-frischemarkt.de](http://www.ihr-frischemarkt.de)

**GETRÄNKE THOMAS**

Top-Angebote:  
 vom 12. 7. bis 24. 7. 2010

<b>Krombacher</b> Pils, alkoholf., Radler, Cab, Weizen hell + Weizen dunkel 20 x 0,5 l + 3,10 € Pfd. 24 x 0,33 l + 3,42 € Pfd. <b>11,79</b>	<b>VELTINS</b> Pils u. Radler 24 x 0,33 l + 3,42 € Pfd. 20 x 0,5 l + 3,10 € Pfd. <b>11,79</b>
<b>STEINSIEKER</b> Mineralwasser + Stille Quelle 12 x 1,0 l + 3,30 € Pfd. <b>5,49</b>	<b>Rosbacher</b> Klassisch u. Medium 12 x 1,0 l + 3,30 € Pfd. <b>5,49</b>
<b>Bad Vilbeler UrQuelle</b> still 12 x 0,75 l + 3,30 € Pfd. <b>3,99</b>	<b>Lago Limonaden</b> Orange + Zitrone Apfelschorle 12 x 1,0 l + 4,50 € Pfd. <b>6,49</b>

Weitere Angebote im Markt  
 Grunder Str. 2 • Hilchenbach • ☎ 0 27 33 / 28 60 30

Schauen Sie doch mal rein... in Kreuztals größtem Bettenhaus

**RÄUMUNGSVERKAUF**  
 ...wegen **UMBAU!**

Jetzt bis zu **54% sparen**

**7-Zonen-Kaltschaummatratze in ergonomischer Spitzenqualität!**  
 Für eine optimale Rückenunterstützung und spürbare Entlastung der Bandscheiben. 60°C waschbarer Stretchbezug mit natürlicher Bambusfaser und Klimaband für ein angenehmes Schlafklima. Preisgleich in mittel und fest. 5 Jahre Hersteller-Garantie. 90/200cm, 100/200cm jetzt 399,-, 140/200cm jetzt 599,-

**54% sparen!**  
~~899,-~~  
**399,-**

**Matratzen**  
**Lattenroste**  
**Wasserbetten**  
**Bettgestelle**  
**Daunenbetten**  
**Faserdecken**  
**Kopfkissen**  
**Bettwäsche**  
 uvm...

**7-Zonen-Kaltschaummatratze - Feste Ausführung - 21cm hoch!!!**  
 Mit spezieller Schulterkomfortzone und aktiver Unterstützung im Lendenwirbelbereich und Beckenkomfortzone. Waschbarer Bezug mit Klimafaser. 5 Jahre Hersteller-Garantie. 90/200cm, 100/200cm **222,-**, 140/200cm **299,-**

**50% sparen!**  
~~449,-~~  
**222,-**

**PDK Schlafcomfort**  
 Matratzen Wasserbetten Zudecken Kopfkissen Bettwäsche  
 Kreuztals größtes Bettenhaus  
**Kreuztal** Stadtmittelpunkt - Marburger Straße 28-30  
 Beschilderung „Stadtmittelpunkt“ folgen, direkt gegenüber Volksbank und Kaufland, kostenlos P hinterm Geschäft. Tel. (02732) 44 85

Betreten der Baustelle erwünscht!