

Lindenthal

EXPRESS

Die Woche

14./15. Oktober 2022 | 41. Woche | 1. Jahrgang

Im Taxi Kind auf die Welt geholt



Eine Kommissarin als Hebamme

ANZEIGE

fensterkleider X decolonia®

Plissee Jalousien Schienen
Markise Stoffe Gardinen
Rollos Insektenschutz

50% Rabatt auf die Montage und Näharbeiten mit Bestpreisgarantie!

Besuchen Sie uns oder vereinbaren Sie einen Vor Ort Termin

Hohe Pforte 13-17 50676 Köln

0 2 2 1 2 7 1 7 7 4 3 0

www.fensterkleider.net

Mo. bis Fr. : 10:00 - 18:30 Sa. : 10:00 - 14:00

Das zerstörte Köln auf neuer Briefmarke

Köln. Köln war am Ende des Zweiten Weltkrieges eine kollierte und fast total zerstörte Stadt. Der Fotograf Walter Dick war einer der wichtigsten Chronisten dieser Zerstörung. Eines seiner Fotos wurde nun als erstes Motiv für eine neue Briefmarkenreihe der Deutschen Post ausgewählt. Ihr Titel: „Zeitreise Deutschland“. Das vom Deutzer Ufer 1947 aufgenommene Foto zeigt den scheinbar unversehrten Dom und die zerstörte Hohenzollernbrücke.

75 Jahre nachdem Walter Dick (1914-1976) auf den Auslöser drückte, macht sein Foto nun „Karriere“: Die Briefmarke hat den Portowert 70 Cent (für Postkarten) und ist eine NRW-Produktion: Der Grafiker der Marke ist Thomas Steinacker aus Bonn, der Fotograf des Vergleichsmotivs von 2015 der Aachener Rafael Classen.



So erreichen Sie uns



Fragen zur Zustellung:
02203/18830
rdw-koeln.de

EXPRESS - Die Woche
Amsterdamer Str. 192
50735 Köln
0221/2242240
@redaktion@
express-die-woche.de

Gewerbliche Anzeigen-Annahme:
0221/2242586
gewerblich@
express-die-woche.de

Private Anzeigen-Annahme:
02232/945200
privat@express-die-woche.de

Warum unsere Stadt eng mit der Raumfahrt verbunden ist

Dat ALL es Kölle ...



Foto: NASA/Archiv, Montage: David Lambert

Das Erzbistum Köln machte im Jahr 2021 rund 85 Millionen Euro Gewinn

Himmlicher Geldsegen trotz Krise

Das Erzbistum Köln steckt in einer tiefen, historischen Krise. Alleine durch den Missbrauchs-Skandal verliert es immer mehr Schäfchen. Kardinal Rainer Maria Woelki bekommt sogar von Messdienern den Rücken zugekehrt. Gläubige protestieren oder treten aus der Kirche aus. Doch finanziell ist im Erzbistum von Krisenstimmung momentan keine Rede. Ganz im Gegenteil.

Köln. Trotz alledem verzeichnet das Erzbistum Köln für das Wirtschaftsjahr 2021 einen kräftigen Jahresüber-

schuss von 84,7 Millionen Euro. Die Kirchensteuererträge seien höher als geplant ausgefallen, hieß es vergangene Woche bei der Vorstellung des Finanzberichts. Zudem habe das Erzbistum, eines der reichsten in Deutschland, aufgrund der Zinsentwicklung weniger als vorgesehen für Pensionsverpflichtungen zurückstellen müssen.

Der Wirtschaftsplan, im „vollkommen unsicheren Umfeld“ des ersten Corona-Herbstes erstellt, sei noch von einem Defizit von 36,8 Millionen Euro ausgegangen, so Finanzdirektor Gordon Sobbeck. Die

pessimistischen Prognosen der Wirtschaftsinstitute hätten sich aber nicht bewahrheitet.

In Nordrhein-Westfalen beläuft sich die Abgabe der Kirchenmitglieder an ihre Religionsgemeinschaft auf neun Prozent ihrer Lohn- oder Einkommensteuer. Für 2021 verzeichnet die Erzdiözese ein Plus um 24,4 Millionen (3,7 Prozent) auf 678 Millionen Euro.

Die Kirchensteuererträge pro Mitglied stiegen jedoch um 6,6 Prozent auf 369 Euro. Die finanziellen Folgen durch den Austritt von 40 000 Menschen aus der krisengeschüt-

telten Erzdiözese im Jahr 2021 seien durch den unerwarteten Aufwind der Wirtschaft wettgemacht worden.

Der Überschuss solle zu einem Großteil in die Rücklagen fließen. „Es ist unser vorrangiges Ziel, handlungsfähig zu bleiben und die Zuverlässigkeit unserer kirchlichen Angebote zu gewährleisten“, erklärte Bistumsökonom Gordon Sobbeck.

Langfristig rechnet Sobbeck mit einem deutlichen Rückgang der Einnahmen besonders aufgrund der Austritte und einer sinkenden Taufquote. Eine allmähliche Absen-

kung des Haushalts um rund 12,5 Prozent in der laufenden Dekade halte er für sehr real.

Vor allem ist laut Sobbeck der Bestand von 4500 Gebäuden im Erzbistum, darunter alleine 2000 Kirchen und Kapellen, deutlich zu reduzieren. Es müsse noch genau untersucht werden, ob eine in Aussicht genommene Verkleinerung des Gebäudebestandes um 20 Prozent trage.

Eine Arbeitsgruppe sei derzeit mit der Frage befasst, welche Bauten pastoral erforderlich und nachhaltig finanzierbar seien - auch unter dem Aspekt des Klimawandels.



Gordon Sobbeck ist Finanzdirektor und Bistumsökonom in Köln.

Foto: Martina Goyert

Tag der Zahnimplantate

Feste dritte Zähne an einem Tag!

Informationstag zu Zahnimplantaten
Spezielle Zahnimplantate bieten optimalen Kaukomfort – auch bei geringem Knochenangebot möglich.

- > Brücke auf 4 bis 6 Implantaten, gaumenfreie Lösung
- > Auch bei Einzelzahnimplantaten möglich
- > Behandlung in Vollnarkose
- > Besonders für Angstpatienten geeignet

Dr. Schneider
Fachzahnarzt
Oralchirurgie

Dr. Rasche
Tätigkeits-
schwerpunkt
Ästhetische
Zahnheilkunde

Dr. Skora
Zahnarzt

„Endlich wieder Lebensqualität“

Samstag, 05.11.2022, 9 bis 17 Uhr
Wir informieren Sie unverbindlich über die Vorteile im Einzelgespräch vor Ort. Bitte anmelden unter:
0221-99030333 oder service@zahnkultur.de
ZAHNKULTUR – Christophstraße 7, 50670 Köln

Trotz Infektionsproblematik halten wir die Preise

Bitte wegen limitierter Plätze anmelden unter:
0221-99030333



Treppenlift: Die wichtigsten Förder- und Zuschussprogramme

Verschiedene Organisationen bieten Zuschussprogramme für den Treppenlifteinbau an.

Die wichtigsten sind:

- die Pflegeversicherung (bis zu 4.000 Euro Zuschuss möglich)
- die Berufsgenossenschaften
- die KfW
- Agentur für Arbeit
- das Sozialamt
- das Integrationsamt
- und die Deutsche Rentenversicherung.

Auch regionale Organisationen haben verschiedene Fördermittelprogramme.
Welches Programm speziell für Sie geeignet ist und in welcher Höhe Ihnen eine Förderung zusteht, hängt von unterschiedlichen Faktoren ab. Denn Sie müssen jeweils bestimmte Voraussetzungen für eine Förderung erfüllen.

Sprechen Sie dazu am besten kostenlos einen Fachberater für Treppenlifte an und gehen Sie mit ihm Ihre Situation durch. Die Experten von TK Home Solutions beraten Sie rund um das Thema Treppenlifte und möglichen Zuschüssen. Nutzen Sie eine kostenfreie Beratung unter 0800 - 42 24 411

Lösung für Personalmangel in der Gastronomie?

Roboter statt Kellner

Der Roboter mit dem Namen Miao rollt durch das Restaurant Nakoyashi an der Breite Straße.
Foto: Dirm Borm

Das Sushi-Restaurant Nakoyashi im Quincy-Einkaufszentrum an der Breite Straße hat einen speziellen Helfer: den Roboter-Kellner Miao. Auf seinem Display blinkt ein freundliches Katzen Gesicht und wenn er sich durch das Lokal bewegt, ertönt ein fröhlicher Song. „Er heißt Miao wegen seines Gesichtes“, sagt Mitarbeiterin Xin Ni Gao fast liebevoll.

Innenstadt. Miao bedient die Gäste in dem 900 Quadratmeter großen Restaurant Nakoyashi. Dort gibt es Sushi, Udon-Nudelsuppen und andere japanische Speisen. Über 100 verschiedene Positionen stehen auf der Speisekarte. Bestellt wird mit dem Tablet. Und das auf Wunsch sehr viel: Beim Lunch kann 90 Minuten

und beim Dinner zwei Stunden lang für einen Fixpreis geordert werden. So oft man will. All you can eat eben.

Für die Servicekräfte würde es also jede Menge Arbeit und Lauferei bedeuten. Deshalb hat sich Inhaber Jian Min Wu dazu entschlossen, Miao zu kaufen. Der Service-Roboter habe so viel wie ein gebrauchter Kleinwagen gekostet. Ein Gag sei es nicht, sondern Kalkulation. „So sparen wir viele Wege.“ Und auch Personalkosten.

Ist die Bestellung per Tablet in der Küche angekommen und zubereitet, werden die Tellerchen – bis zu zehn – auf die Einschubfächer des Roboters gestellt und die Tischnummer auf dem Display eingegeben. Der Roboter fährt dann zum Tisch, die Gäste nehmen sich

die Teller herunter. Dazu haben sie bequeme 15 Sekunden Zeit. Dann fährt Miao wieder zur Küchenausgabe. Natürlich kann er auch mehrere Tische hintereinander ansteuern und das Geschirr wieder mit zurücknehmen.

Stellen sich ihm Hindernisse in den Weg – etwa wenn neue Gäste zu ihren Plätzen gehen – bleibt er höflich stehen. Die Gäste im Restaurant sind begeistert. Eine junge Frau ist gerade aus Dubai angereist und schwört auf japanisches Essen gegen Jetlag. Einen solchen Roboter hat sie in einem Restaurant noch nie gesehen. „Absolut cool.“

Für ein Paar aus Argentinien ist der Roboter-Service ebenfalls eine Premiere. Es werden Fotos vom ungewöhnlichen Kellner gemacht. Obwohl in den Pandemie-Jahren viel über die Einsatzmöglichkeiten von Service-Robotern auch in Krankenhäusern und Hotels berichtet wurde, so sind sie in der Gastronomie noch eher eine Ausnahme. Vielleicht auch deshalb, weil viele Restaurants im Gegensatz zum Nakoyashi zu verwinkelt sind, als dass ein Roboter dort unfallfrei bedienen könnte.

Im Sushi-Laden klappt es jedenfalls, besonders Kinder seien von dem Roboter fasziniert. Witzig: Miao beherrscht noch mehr. Gäste, die Geburtstag haben, bekommen ein „Happy Birthday“ gesungen – in diesem Fall vom Roboter. Er blinkt dabei kräftig. Nur eine Wunderkerze hat er nicht dabei, das übernehmen dann doch menschliche Servicekräfte. (red)

Familienanzeigen

Alle Traueranzeigen auch online auf wirtrauern.de

Vieles hat sich nicht geändert, nur alles ist anders ohne dich.

4. Jahrgedächtnis für unseren Engel

Elisa Jung

* 30. Januar 1991 † 14. Oktober 2018

In Liebe
Mama, Papa und Simon

Köln-Pesch, im Oktober 2022

Die heilige Messe halten wir am Sonntag, den 16. Oktober 2022 um 11.15 Uhr in der Pfarrkirche St. Elisabeth, Kapellenweg in Köln-Pesch

JOSEF MINRATH Bestattungen e.K.
seit 1876 im Familienbetrieb

Beratung und Ausführung in allen Stadtteilen
Bestattungsvorsorge zu Lebzeiten

Bonner Str. 268 - 50968 Köln (Bayenthal) - Tel.: 0221 - 38 54 12

BESTATTUNGSHAUS UNENDLICHKEIT

Wo Menschlichkeit und Vertrauen zu Hause sind.

www.bestattungshaus-unendlichkeit.de

Tunisstraße 19-23 · 50667 Köln | Telefon 0151-59414161
Zweigstelle Bergisch Gladbach Moitzfeld · Moitzfeld 56 · 51429 Bergisch Gladbach

Bestattungshaus seit 1851

WINZEN+FEITH

Ein tröstender Blick. Eine helfende Hand.

August-Haas-Straße 6 | 50737 Köln | Tel.: 0221 - 9574950
winzenfeith.koelner-bestatter.de

Und alles Getrennte findet sich wieder.

Friedrich Hölderlin

Trauerhalle Erken www.erken-koeln.de

BESTATTUNGEN ERKEN GMBH

☎ 02234 75427 Meisterbetrieb mit Familientradition
☎ 0221 4856687 Aachener Straße 1285, 50859 Köln-Weiden
Kirchweg 82, 50858 Köln-Junkersdorf

Bestattungen LAUFF

Erd-, Feuer- und Seebestattungen, Überführungen.

Wir erledigen für Sie sämtliche Formalitäten.

Beisetzungen auf allen Friedhöfen.

Tag und Nacht sowie an Sonn- und Feiertagen für Sie erreichbar.

Tel. 79 48 12 Köln-Thenhoven Köln-Heimersdorf

DAHLMAYER
BESTATTUNGSHAUS SEIT 1867

WENN WIR DEN LEBENS GARTEN VERLASSEN

50931 Köln · Dürener Str. 211-213
Tel. 0221 - 9 40 81 00
dahlmeyer@koelner-bestatter.de

Seit 1949

Bestattungen SCHWARZ

Köln Tel. 708 71 38

Fühlingen, Schmiedhofsweg 2 Heimersdorf, Volkhovener Weg 103
www.bestattungen-schwarz.com

Erd-, Feuer-, Individual- und Seebestattungen, Überführungen.

Wir beraten Sie sachkundig und erledigen alle Formalitäten privater und behördlicher Art.

Rufen Sie uns an, wir sind auch an Sonn- und Feiertagen dienstbereit und kommen auf Wunsch zu Ihnen.

Mitglied im Landesverband des Deutschen Bestattungsgewerbes e.V.

Hilfe suchen Vertrauen finden

AHLBACH BESTATTUNGEN

Columbarium · Trauerhalle · Abschiedsräume

Venloer Straße 685 | 50827 Köln | Tel.: 0221 - 9 58 45 90
ahlbach@koelner-bestatter.de | www.koelner-bestatter.de
Filiale Innenstadt: Zülpicher Platz 8-10 | Tel.: 0221 - 9 21 65 00

Sachkundiger Rat durch Rechtsanwalt Joseph Schnitzler

Fragen zum Erbrecht?

Wer ist Erbe geworden? Was ist mit dem Pflichtteil?
Wie regle ich meinen Nachlass?

Für Sie ist die Erstberatung kostenfrei.

Donnerstag, 27. Oktober 2022

Eine Anmeldung wird telefonisch erbeten.

0221-95 84 59 88 | info@ahlbach.com | Venloer Straße 685 | 50827 Köln

www.ahlbach.com

AHLBACH FORUM



Viel Zuspruch für Ausflugsfahrten in Lindenthal

Herr der Rikschas gesucht



Die Malteser suchen noch nach einem ehrenamtlichen Leiter für den Rikscha-Dienst. Foto: Malteser Köln

Ein tolles neues Angebot des Sozialen Ehrenamtes der Kölner Malteser findet sehr großen Zuspruch. Um die Koordination und Leitung des Rikscha-Dienstes zu stärken wirbt die Hilfsorganisation verstärkt für eine ehrenamtliche Position hinter den Kulissen.

Lindenthal. Senioren sowie Menschen, die sich nicht mehr selbst auf den Fahrradsattel schwingen können oder möchten, sind begeistert vom Rikscha-Angebot der Malteser in Köln. Mitglieder der Initiative „Radeln ohne Alter“ chauffieren auf dem Rikscha-Sattel mit Begeisterung ihre Gäste durch den Stadtbezirk Lindenthal. Bislang wird die Koordination und Leitung des Angebots des Sozialen Ehrenamts kommissarisch von Andreas Martini übernommen.

Der Kölner Malteser wünscht sich auch mit Blick auf die aktuellen Herausforderungen der Hilfsorganisation Unterstützung in der Leitung durch ehrenamtlich Engagierte. Und die Zeit ist im Moment ideal um sich, angeleitet von Andreas Martini, in die spannende Aufgabe einzuarbeiten.

„Gerade jetzt ist der perfekte

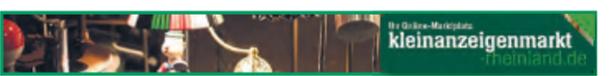
Zeitpunkt, um sich in die neue Funktion einzufinden. Die sogenannte dunkle Jahreszeit steht ins Haus und aktuell können wir uns auf die Aufgaben hinter den Kulissen unseres Rikscha-Angebots konzentrieren. Die zu besetzende Position ist nicht nur für Menschen ideal, die selbst in die Pedale treten! Unser Angebot: Freude durch ein soziales Ehrenamt, Austausch mit Anderen und das gute Gefühl, ein sehr beliebtes Angebot der Malteser weiter zu stärken.“

Interessierte können Andrea Ferger-Heiter unter andrea.ferger-heiter@malteser.org oder telefonisch unter der 02 21/94 97 60 68 erreichen.

Preiswerter Zahnersatz - Top-Qualität! Top-Preise!
Made in Germany

Zahnarztpraxis Dr. Mandana Sarram

Hermeskeiler Str. 18, 50935 Köln-Sülz
Tel.: 0221-434978, www.sarram.de



Bürozeiten
Mo., Di., Fr. 9.30–12.00 Uhr
Do. 15.00–17.30 Uhr

Seit über 30 Jahren
Lindenthaler Dienste e. V.
Telefon: 0221 – 43 07 24 20

Hilfe bei Behördengängen.

Seit über 30 Jahren
Lindenthaler Dienste e. V.
Telefon: 0221 – 43 07 24 20

2.hand-Kaufhalle eMMAUS

Riesenauswahl auf 2000 m²

– stündlich neue Gebrauchtwaren,
Küchen, Hausrat, Kleidung ...

Eigene Parkplätze – barrierefreier Zugang

Von Köln: S11 bis Ducklerath oder
Linie 3/18 bis Thielenbruch/Fußweg

Schlodderdicher Weg 48 · 51469 Berg, Gladbach
☎ 01 52/28 54 03 06 · www.emmaus-bgl.de

Mo.-Fr.: 10:00 bis 19:00 Uhr
Samstag: 10:00 bis 16:00 Uhr



Halloween im Tierpark

Lindenthal. Ende Oktober ist Hochsaison für Gespenster, Spinnen und Vampire. Auch im Tierpark wird es schaurig. Am letzten Sonntag im Oktober gibt es dort für Kinder Spiele, Bastelspaß und Tierrätsel zu Halloween. Termin: 30. Oktober, 11 bis 16 Uhr im Lindenthaler Tierpark. Der Eintritt ist frei.

KVB arbeitet an Weichen

Sülz. Die Kölner Verkehrsbetriebe führen im Zeitraum von Montag, 17. Oktober, bis Freitag, 21. Oktober, Weichenarbeiten in Sülz durch. An der Haltestelle „Sülz Hermeskeiler Platz“ wird die Weichenanlage technisch erweitert.

Aus betriebs- und verkehrstechnischen Gründen können diese Arbeiten nur in den

Nachtstunden zwischen 22 Uhr und 6 Uhr erledigt werden. In der Nacht von Freitag auf Samstag wird jedoch nicht gearbeitet. Auf den Stadtbahnbetrieben haben diese Arbeiten keinen Einfluss.

Die KVB bittet die Anwohnerschaft um Verständnis für die unvermeidlich entstehenden Arbeitsgeräusche.

Anzeige

Gatzke & Kiziok: Erfahrung, Qualität und Kompetenz seit über 20 Jahren

Deutschlandweite 24 Stunden Betreuung für Senioren und Hilfsbedürftige – eigenen Ratgeber zum Thema Demenz herausgegeben

Sie suchen eine verlässliche Lösung, weil sich Ihre Eltern oder Angehörige nicht mehr sicher in ihrem eigenen Zuhause versorgen können?

Für Ihre Liebsten wird Alltägliches, wie Einkaufen, Haushalt erledigen, Essen kochen oder die allgemeine Hygiene immer stärker zum Problem? Und Sie selbst kommen auch an Ihre Grenzen und können sich zeitlich nicht rund um die Uhr um Ihre hilfsbedürftigen Angehörigen kümmern, weil Sie vielleicht auch noch weiter entfernt voneinander wohnen?

Wenn Sie und vor allem Ihre Angehörigen die Unterbringung in einem Seniorenheim vermeiden wollen, bietet Ihnen die Gatzke & Kiziok 24 Stunden Seniorenbetreuung die perfekte Lösung.

LI: Ihren Hauptsitz hat die Gatzke & Kiziok GmbH in Leverkusen und sie vermittelt 24 Stunden Betreuungskräfte nicht nur regional, sondern auch deutschlandweit. Wie kam es zu dieser Reichweite?

Roy Gatzke: Das hat sich im Laufe der letzten Jahre durch Weiterempfehlung von unseren Kunden/Klienten und deren Angehörigen so entwickelt. Beratungen per Zoom zum Beispiel sind schon lange Standard bei uns, wie auch in vielen anderen Bereichen. Weiterhin geben uns die guten Bewertungen unserer Kunden im Internet einen „Vertrauensvorsprung“.

LI: Welche Vorteile ergeben sich für Kunden und Klienten durch die persönliche Pflege zuhause durch die 24 Stunden Betreuung?

Roy Gatzke: Wir sorgen dafür, dass die betreuungsbedürftigen Angehörigen in ihrem eigenen Zuhau-

se wohnen bleiben können. Die rund um die Uhr Betreuung unserer 24 Stunden Seniorenbetreuung schafft Eltern oder Angehörigen wieder deutlich mehr Ruhe und Lebensqualität. Durch unsere situationsgerechte Analyse und ausgewählte polnische Betreuungskräfte bieten wir ein persönlich zugeschnittenes Betreuungskonzept, so dass wir die zuverlässige Versorgung der Angehörigen sicher und zu realistischen Kosten gewährleisten können. Wir betrachten uns als fachkundiger Partner in dieser besonderen Lage – sowohl für Kunden als auch für ihre Angehörigen.

Wir kennen die Bedürfnisse auf beiden Seiten der Betreuungssituation und werden diese gemeinsam mit allen Beteiligten bestmöglich meistern.

„Das Kostbarste, was der Mensch besitzt, ist das Leben selbst“

LI: Sie haben einen Demenz-Ratgeber für Angehörige geschrieben, der mittlerweile auch bei Amazon erhältlich ist. Was hat Sie dazu veranlasst?

Roy Gatzke: Ich musste in meinem privaten Umfeld persönliche Erfahrungen bezüglich dieser

Krankheit sammeln und damit umgehen können. Mir ist bewusst, wie emotional belastend diese Thematik als betroffener Angehöriger ist. Aus einer ursprünglich hilfreichen Tipp-Sammlung für die Angehörigen der Klienten unserer 24 Stunden Seniorenbetreuung ist im Jahr 2021 zunächst eine kleine Broschüre entstanden. Die große Nachfrage und der Informationsbedarf „aus erster Hand“ über den ganz alltäglichen Umgang mit der Krankheit Demenz, haben unseren Demenz-Ratgeber entstehen lassen.

LI: Welche Informationen erhält der Interessierte in Ihrem Ratgeber?

Roy Gatzke: Mit diesem Demenz Ratgeber geben wir unsere Erfahrungen und unsere langjährigen Erkenntnisse weiter, um damit eine ganz alltägliche Hilfestellung zu geben. Kurz und knapp beleuchten wir die verschiedensten Alltagssituationen, wie zum Beispiel Mahlzeiten einnehmen, Spazierengehen oder auch die Körperpflege. Wir sprechen die Themen Autofahren, Vollmachten, etc. aber auch vermeidbares Fehlverhalten im Umgang mit Demenz an. Sie erhalten Informationen zu finanziellen Unterstützungsmöglichkeiten durch die Pflegekasse und zur Kurzzeitpflege.



Roy Gatzke und Beata Kiziok-Gatzke vermitteln Ihnen nicht „einfach nur“ Betreuungskräfte, sondern sorgen dafür, dass es passende Persönlichkeiten sind, die Ihren Wünschen und Anforderungen entsprechen.

FOTO: GATZKE & KIZIOK



Die Betreuungskräfte stehen den Senioren und Hilfsbedürftigen 24 Stunden rund um die Uhr in deren eigenem Zuhause zur Verfügung.

FOTO: ALEXANDER RATHS - STOCK.ADOBE.COM



Den Ratgeber „Demenz ist nicht gleich Demenz“ kann man im Internet bei Amazon bestellen unter

www.24stunden-seniorenbetreuung.de/demenz-ratgeber/

Gatzke & Kiziok GmbH

Max-Delbrück-Straße 24, 51377 Leverkusen

Telefon: +49 214 20 28 9797

E-Mail: info@24stunden-seniorenbetreuung.de

Das ALL es Kölle ...

VON ALEXANDER KUFFNER

Köln. Wir Kölner können All! Das war schon zu Zeiten der Mondlandung so und ist heute nicht anders. Auf dieser Seite hat „EXPRESS - Die Woche“ ein paar Beweise dafür gesammelt.

Und das sind bei Weitem nicht die einzigen. Nicht zu vergessen natürlich auch Alexander Gerst, „unser“ Kölner Kommandant der Internationalen Raumstation. Aktuell ist Samantha Cristoforetti der Boss auf der ISS. Sie lebt - im-

merhin - in Sieburg. Doch folgen Sie uns nun in unendliche Weiten, die die Menschheit im Übrigen bald ganz neu erforschen möchte. Und dabei wird auch Technologie aus Köln eine Rolle spielen. Aber lesen Sie selbst ...

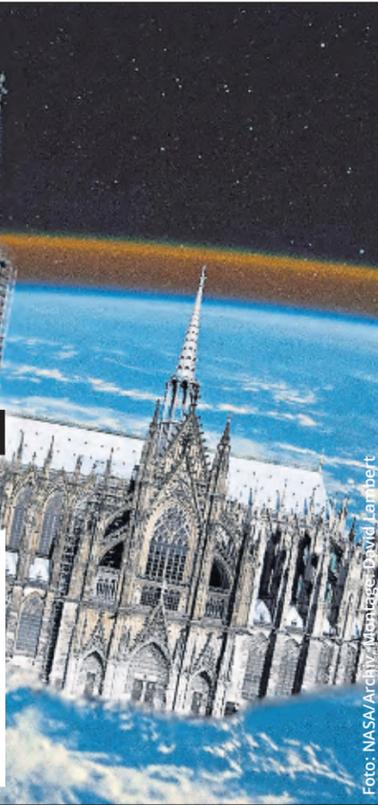


Foto: NASA/Archiv, Wikimedia, David J. Phillip

Shuttle flog über'n Dom

300 000 Kölner kamen, um das Shuttle zu sehen. Foto: Don Sutherland/US National Archive



Wir schreiben das Jahr 1983. Der 20. Mai, ein grauer, verregener Pfingstsonntag, beginnt mit einem Verkehrschaos rund um den Flughafen. Kein Wunder: Am Nachmittag fliegt die Raumfähre „Enterprise“, festgeschnallt auf dem Rücken einer Boeing 747, ein.

Sie kommt vom Luftwaffenstützpunkt Edwards bei Los Angeles, Kalifornien. Köln ist erste Station auf ihrer Euro-pareise. Kurz nach 16.30 Uhr schwebt der „größte Doppeldecker der Welt“ über Niehl. Dann geht es am Dom vorbei über den Rhein. Bevor die Boeing landet, zieht sie eine zweite weite Schleife über der Stadt.

Um 16.59 Uhr setzt das Flugzeug samt Raumfähre - zusammen 350 Tonnen schwer - mit qualmenden Reifen auf. Vorsichtig rollen 747 und Raumfähre auf die Parkposition. Die „Enterprise“ ist die erste flugfähige Raumfähre - weltraumfähig ist sie noch nicht. Auf sie folgen, voll funktionsfähig, „Challenger“, „Discovery“, „Atlantis“ und die „Endeavour“.

In Köln sind die Menschen begeistert von der „Enterprise“: Mehr als 300 000 strömen zum Flughafen, um sie von außen zu bestaunen. Köln/Bonn war übrigens - als einziger Flugplatz Deutschlands - einer von 60 Notlandeplätzen für die Space Shuttles weltweit.

Eben noch auf dem Mond und schon am Rhein



Großer Jubel empfing die Astronauten in Köln. Foto: Archiv

Es war ein kleiner Schritt für die Mondfahrer, aber ein großer für die Kölner: Vor genau 53 Jahren, am 12. Oktober 1969, betraten Neil Armstrong, Edwin E. („Buzz“) Aldrin und Michael Collins auf dem Flughafen Köln/Bonn kurz vor elf Uhr vormittags erstmals gemeinsam deutschen Boden. 83 Tage nachdem Armstrong und Aldrin ihre Füße

auf den Mond gesetzt hatten. Für Aldrin und Collins war es nicht der erste Aufenthalt in Deutschland. Vor ihrer Zeit als Astronauten dienten beide auf dem US-Militärflugplatz in Bitburg/Eifel. Zwei Kinder Aldrins, des zweiten Manns auf dem Mond, sind sogar gebürtige Eifeler.

Natürlich riefen die Kölner „Kamelle, Kamelle!“, als der

Autokorso vom Airport Richtung Altstadt rollte. Und es riefen viele: In ihrem offenen Mercedes 600 gab es für die dauerwinkenden Astronauten zeitweise fast kein Durchkommen mehr. Im Rathaus trugen sie sich ins Goldene Buch der Stadt ein.

Danach ging es nach Bonn: Ein Besuch im Kanzleramt stand auf dem Programm. So

konnte Bundeskanzler Kurt Georg Kiesinger (CDU) ein letztes Mal sehr ranghohe Gäste empfangen, bevor er sein Amt elf Tage später an Willy Brandt (SPD) abgeben musste. Auch Bundespräsident Gustav Heinemann freute sich über eine Stippvisite der Astronauten, die sich anschließend noch ausgiebig den Fragen der Presse stellten.

Als Apollo 11 landete, blickten alle nach Köln

Die erste Mondlandung war damals das größte Medienereignis in Deutschland und weltweit. In der ARD wurde es durch eine nie da gewesene 27-stündige Live-Sendung begleitet. Auch wenn zeitweise nicht wirklich viel passierte, hingen die Fernsehzuschauer an den Lippen des Moderators Günter Siefarth, dem viele Experten zur Seite saßen. So konnten

schließlich auch hierzulande die ersten Schritte der Menschheit auf dem Erdtrabanten live mitverfolgt werden. Der Sendemarathon der ARD wurde vom WDR in Köln produziert. Man hatte sogar die Mondlandefähre nachgebaut, um die rund 384 000 Kilometer entfernten Abläufe genau erklären zu können. All das geschah im WDR-Studio am Kölner Wallrafplatz unweit des Doms. Heute wird

darin das ARD Morgenmagazin produziert. Die Höhepunkte der legendären Sendung aus dem Sommer 1969, darin die Mondlandung selbst, kann man sich hier anschauen: youtu.be/tfZLFzoQ6Bg



Die Dauersendung vom Wallrafplatz lief 27 Stunden. Foto: WDR

Mondpuppen aus Köln

Das Team des DLR vor Zohar und Helga, die bald zum Mond fliegen werden. Foto: DLR



Artemis I ist die mächtigste Weltraumrakete, die je gebaut wurde. Sie soll 50 Jahre nach dem letzten Flug zum Mond ein neues Kapitel der Raumfahrt eröffnen. Eigentlich wäre sie auch längst gestartet, doch technische Probleme und Stürme hielten sie bislang am Boden. Den nächsten Startversuch von Cape Canaveral in Florida/USA aus wird die NASA frühestens Mitte November ansetzen. Kein Problem für die kölschen Raumfahrer in der Besatzungskapsel Orion, denn die sind geduldig: es handelt sich um Puppen!

Die beiden wurden auf die Namen Helga und Zohar getauft und für die erste unbemannte Artemis-Mission vom Deutschen Zentrum für Luft- und Raumfahrt in Köln-Wahn erdacht und erbaut. Sie sollen die Strahlenbelastung mes-

sen, der Menschen im All ausgesetzt sind. Dafür enthalten beide mehr als 10 000 passive Sensoren und 34 aktive Strahlungsdetektoren.

In der Orion-Kapsel fliegen sie 42 Tage lang zum und rund um den Mond. 2024 soll Artemis 2 vier „echte“ Astronauten in den Mondorbit bringen. 2025 sollen dann mit Artemis 3 nach über einem halben Jahrhundert wieder Menschen auf dem Mond landen.

Die weiteren Missionen bauen im Anschluss eine dauerhafte Station in der Mondumlaufbahn auf. Ähnlich der ISS, nur bedeutend kleiner. So ist die Suche nach Treibstoffkomponenten auf der Oberfläche des Mondes bequemer möglich. Denn schließlich sollen NASA-Astronauten von der Mondstation aus in den 2030er-Jahren den Mars erobern.



DIE ABFLUSSMEISTER

ACHTUNG! AN ALLE HAUSEIGENTÜMER!



Heftige Gewitter, anhaltender Regen und Hochwasser überfordern zur Zeit die kommunale Kanalisation. Hausbesitzer sollten gerüstet sein und rechtzeitig geeignete Vorkehrungen treffen, um sich vor Überflutung und

Rückstau bei Starkregen in den eigenen vier Wänden zu schützen. Grundstückseigentümer haften für Rückstauschäden selbst. Darum kontaktieren Sie noch heute unseren Kanal-Service und lassen zu Ihrem Schutz Ihr Roh-

system überprüfen.

Aktuell bieten wir Sonderangebote für Rückstauklappen an, bitte sprechen Sie uns an und fordern ihr individuelles Angebot bei uns an.



VORHER



NACHHER

KANAL TV-INSPEKTION

Die Kanal TV-Inspektion wird durchgeführt um den baulichen Zustand Ihrer Abwasserleitungen festzustellen und zu dokumentieren. Wir führen eine Dichtheits-, Betriebs- und Funktionsprüfung durch. Zeitaufwand ca. 20 - 30 Minuten.

- Kanaluntersuchung
- Schachterstellung
- Dichtheitsprüfung nach DIN EN 14654

- TV-Kanalreinigung
- Rückstausicherung
- Kanalsanierung
- Kurzliner/Inliner

- Kellersanierungen
- Nasse Wände?**
- Feuchter Keller?**
- Wir machen Ihr Haus trocken!

RABATTOFFENSIVE

vom 14.10. bis 21.10.2022

29€

Kanal-Check
Inklusive Reinigung bis zu 40 m Kanal-Länge, sowie TV-Analyse und An- und Abfahrt statt 129 €

DIE ABFLUSSMEISTER Ihre Spezialisten für Rohrreinigung und Kanaltechnik

Bonnstr. 59-61
50226 Frechen
www.die-abflussmeister.de

0 22 34 - 21 93 228

Wir sind von 8 bis 18 Uhr für Sie erreichbar. Im Notfall 24 Std. täglich, rund um die Uhr. Terminvereinbarung auch per E-Mail: info@die-abflussmeister.de

Mira Asbach rettete Baby im Taxi das Leben



Sie hat Grund zum Strahlen: die Kölner Polizeikommissarin Mira Asbach hat ein Baby zur Welt gebracht. Foto: Asbach

Die Kölner Polizei: Freund und Hebamme

Verfolgungen, Festnahmen, Fahndungen: Polizistinnen und Polizisten erleben Einsätze der unterschiedlichsten Art – aber die wenigsten solch einen Einsatz, wie ihn jetzt die Kölner Polizeikommissarin Mira Asbach (29) erfolgreich bewältigte.

von IRIS KLINGELHÖFER

Sülz. Die Streifenbeamtin war als Geburtshelferin gefragt. Als am Gottesweg/Ecke Luxemburger Straße in Sülz neben dem Streifenwagen plötzlich ein Taxi abrupt hielt, dachten sie und ihr Kollege allerdings zunächst an etwas anderes ...

„Wir hörten aus dem Taxi laute Rufe und Schreie“, erzählt Mira Asbach im Gespräch mit der Redaktion. Sie vermuteten, es mit einem Randalierer zu tun zu haben. „Doch dann kam der Taxifahrer zu uns gelaufen und rief: Da kommt ein Baby!“ Ihr Kollege habe sofort einen Rettungswagen gerufen, während sie zum Taxi ging. „Da stand auch schon der zukünftige Vater völlig aufgelöst vor

mir“, erinnert sie sich an den ungewöhnlichen Einsatz.

Die werdende Mutter befand sich halb liegend auf dem Rücksitz. Der Kopf des Babys war schon zu sehen.

„Auf dem Gottesweg kamen mir viele Radfahrerinnen und Radfahrer entgegen. Ich habe laut gefragt, ob unter ihnen eine Ärztin oder ein Arzt sei, habe aber nur Kopfschütteln geerntet. Da wusste ich, dass ich selbst ran muss“, erzählt Mira Asbach. Die junge Kommissarin, die bislang nur ab und zu mal ein Baby im Arm gehalten hat, zögerte nicht und zog sich ihre Latex-Handschuhe an, die zur Ausrüstung gehören. „Dann bin ich auf die Rückbank und habe bereits die Schultern des Kindes gesehen. Die Haut war blau gefärbt. Mein erster Gedanke war, dass das Baby so nicht bleiben darf“, schildert sie die dramatische Situation.

Mira Asbach fasste das kleinen Mädchen mit beiden Händen und begleitete es auf die Welt. Anschließend half sie der Mutter, den Säugling auf ihren Bauch zu legen. „Ich habe so-

fort geguckt, ob die Atemwege frei sind, und die Vitalfunktionen überprüft“, erklärt die Polizeikommissarin. Sie sei dann sehr froh gewesen, als das Kind anfang zu schreien.

Was für ein Wechselbad der Gefühle: Am Tag zuvor hatte Mira Asbach ihren Dienst noch mit einem Leichenfund beendet – jetzt begann ihr Dienst mit dem Wunder der Geburt einer neuen Erdenbürgerin.

Die 29-Jährige stand der ängstlichen Mutter zur Seite, versuchte, sie zu beruhigen. Diese wollte ihre Tochter eigentlich im Krankenhaus zur Welt bringen und nicht auf der Rückbank eines Taxis. Aber zum Glück hatte sie mit der Streifenpolizistin eine tolle Unterstützung. Die deckt Mutter und Kind noch mit der sogenannten Hilo-Decke und der Jacke des frischgebackenen Vaters zu. Mit der Hilo-Decke aus dem Streifenwagen werden normalerweise hilflose Personen gewärmt.

„Ich war froh, dass mein Kollege extrem ruhig geblieben ist. Das hat auch mich beruhigt“,

sagt Mira Asbach. Dennoch sei es ihr wie eine Ewigkeit vorgekommen, bis der Rettungswagen da war. „Als ich die Sirenen hörte, war ich erleichtert“, gibt sie zu. Nachdem die 29-Jährige der Notärztin Bericht erstattet hatte, habe die zu ihr gesagt: „Ja, dann muss ich ja gar nichts mehr machen.“

Als Mira Asbach und ihr Kollege schließlich wieder im Streifenwagen saßen, hätten sie sich nur angeguckt. Die Kommissarin: „Erst im Nachhinein haben wir begriffen, dass da gerade ein Mensch zur Welt gekommen ist. Das begreift man erst hinterher so richtig.“

Auf der Wache kamen dann die Kolleginnen und Kollegen zu ihnen und sie mussten ausführlich berichten. Mira Asbach erzählt, dass sie seitdem mit „Da ist ja die Hebamme, jetzt kann nichts mehr passieren“ begrüßt wird. „Es war nicht mein schwierigster, aber unerwartetster Einsatz“, sagt sie und ergänzt lachend: „Die Geschichte werde ich noch meinen Kindern und Enkelkindern erzählen.“

Mauritiuswall wird zur Fahrradstraße

Innenstadt. Die Stadt richtet derzeit am Mauritius- und Pantaleonswall zwischen der Schaafenstraße und Am Weidenbach Fahrradstraßen ein. Damit wird ein Beschluss der Bezirksvertretung Innenstadt umgesetzt, teilte die Stadt mit. Die Arbeiten sollen mehrere Wochen in Anspruch nehmen. Neben Markierungs- und Beschilderungsarbeiten werden zur Wiederherstellung der Barrierefreiheit und Mindestbreiten von Gehwegen in Teilabschnitten einseitig etwa 40

Kfz-Stellplätze umgewandelt. Die Stadt will stattdessen einen „Multifunktionsstreifen“ einrichten. Hiervon sollen auch Fußgänger profitieren.

Die öffentlichen Parkplätze werden künftig zwischen 18 und 9 Uhr nur noch Anwohnern mit dem Bewohnerparkausweis für die Bereiche Griechenmarkt beziehungsweise Pantaleonsviertel zur Verfügung stehen. Tagsüber von 9 bis 18 Uhr können die Parkplätze weiterhin von allen Verkehrsteilnehmenden genutzt werden.

15 626 Kölner kehren Kirche den Rücken



Symbolfoto: Pixabay

Finger weg von Online-Angeboten

Köln. Die Zahl der Kirchenaustritte in Köln bleibt weiterhin hoch. Das Amtsgericht Köln zählte im dritten Quartal dieses Jahres insgesamt 5090 Austritte, wie das Gericht vergangene Woche mitteilte. Im laufenden Jahr 2022 traten damit bislang 15 626 Menschen aus den christlichen Kirchen aus.

Ein Rekordhoch hatte die Zahl der Kirchenaustritte im vergangenen Jahr erreicht: Im gesamten Jahr traten in Köln 19 372 Christen aus den Kirchen aus. Zwischen Konfessionen wird bei der statistischen Erfassung der Kirchenaustritte

am Amtsgericht nicht unterschieden. Allerdings liegt ein Zusammenhang mit dem Missbrauchsskandal im Kölner Erzbistum nahe.

Das Amtsgericht Köln warnt zugleich vor Online-Kirchenaustritten. Diverse Internetportale böten diese Möglichkeit an, teilte das Gericht mit. Der Austritt könne aber nur persönlich bei den Amtsgerichten oder durch einen Notar beglaubigt erfolgen. An mehreren Amtsgerichten im Bereich der Erzdiözese gab – und gibt – es Wartezeiten für den Kirchenaustritt.

Leckeres Essen auf Rädern – ganz ohne Vertragsbindung

Die regelmäßige und sichere Lieferung eines heißen Mittagessens bis ins Haus – das ist Essen auf Rädern.

Die Landhausküche bietet diesen Service und hat eine große Auswahl an leckeren Gerichten. Neben einer wöchentlich wechselnden Speisekarte mit täglich sechs verschiedenen Gerichten können die Kunden der Landhausküche auch Beilagensalat, Dessert oder Kuchen wählen. Für besondere Ernährungsanforderungen enthält das Angebot beispielsweise auch pürierte oder hochkalorische Gerichte.

Und dass es allen schmeckt, zeigen regelmäßige Kundenbefragungen. Freundliche Kuriere liefern die Wunschgerichte heiß ins Haus – schon ab einer Portion und ohne Vertragsbindung. Die Gerichte werden in speziellen Lieferfahrzeugen während der Fahrt zu Ende gegart und kommen zur Mittagszeit offenfrisch auf Ihren Tisch. Bei der Landhausküche kann einfach telefonisch oder online bestellt werden. Für sich selbst oder einen lieben Angehörigen – ganz einfach und ohne Mühe.



Jetzt 3 x lecker probieren!

3 DLG-preisgekrönte Mittagsgesamte zum Sonderpreis für je 7,99 € inklusive Dessert

Heiß gebracht – an Bord fertig gegart



0 22 33 - 4 09 40 08 · www.landhaus-kueche.de
Mit Liebe gekocht. Mit Freude gebracht. Von **apetito**

Landhausküche – eine Marke der apetito AG, Bonifatiusstraße 305, 48432 Rheine

-Anzeige-

Gold- & Silberankauf Zahngoldankauf

Wir kaufen Münzen, Altgold, Zahngold, Goldschmuck, Golduhren, Silber, Silbertabletts, Bestecke usw.



Kölner Straße 99 · Dormagen
(gegenüber dem Rathaus)
Telefon 0 21 33 · 42 81 00

Batteriewechsel & Ohrlochstechen

KULTCROSSING

JUGEND KULTUR

motiviert LERNEN,
kreativ ARBEITEN,
KULTURELLE Vielfalt
erLEBEN!

- Workshops mit Künstlern und Professionals
- Kultur-Abonnements für Schülergruppen
- spannende Unterrichtsreihen, z.B. zur Förderung der Medienkompetenz

www.kultcrossing.de

MARKISENHERBST 2022 MIT VORTEILSPREISEN

Ihr Vorteil:
Vor der Preisanpassung 2023 jetzt noch unsere günstigsten aktuellen Preise sichern!
Anrufen & Termin vereinbaren
0228 - 46 69 89

FRANZ AACHEN
Zelte und Planen GmbH
Röhfeldstr. 27 · 53227 Bonn-Beuel · Mo.-Fr. 8-17 Uhr, Sa. 9-13 Uhr

ÄSTHETISCHE PRAXIS

Fachärztin für Allgemeinmedizin Maryam Mashayekhi

ÄRZTLICHE BEHANDLUNGEN:
Botox
Faltenbehandlung mit Hyaluron
PRP Gesicht (Vampirlifting)
PRP Haare
Faden-Lifting
Lipolyse (Fettwegspritze)
Lippenvolumenaufbau
Wangen- und Kinnaufbau
Mesohaare
Blutiges Schröpfen (Hijama)
Botoxmasseter
Profilo
Augenbrauenanheben
BB Glow und Microneedling

Östlandstr. 42, 50858 Köln-Weiden
0223 4389 6900 / 0176 2787 6572
mashayekhi_aesthetische_med
Nur nach Terminvereinbarung
Öffnungszeiten: Mo. - Fr.: 9.00 bis 18.00 Uhr
Sa. und So.: geschlossen

Christmas World
Den ganzen Monat Oktober 20% Rabatt auf künstliche Weihnachtsbäume

LEURS Gartencenter
STRAALSEWEG 370 VENLO
WWW.GARTENCENTERLEURS.DE

Jeden Sonntag geöffnet

Anzeige
GESUNDHEIT

RHEUMA

Natürliches Arzneimittel

Ein gut verträgliches Naturarzneimittel mit 4 natürlichen Arzneistoffen (u.a. Rhododendron, Sumpfpflanze) begeistert aktuell viele Patienten mit rheumatischen Beschwerden (u.a. Fibromyalgie, Rheuma, Morbus Bechterew). Der spezielle 4-fach Wirkstoffkomplex (Rheumagil, Apotheke) kommt als wirksame rezeptfreie Ergänzung zur ärztlichen Therapie zum Einsatz und lindert die typischen Schmerzen und Entzündungen ohne bekannte Neben- oder Wechselwirkungen.

Für die Apotheke

Rheumagil
50 Tabletten: PZN 12419750
150 Tabletten: PZN 13417368
www.rheumagil.de

Pflichttext: Rheumagil®. Homöopathisches Arzneimittel bei Rheumatis. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Heilpflanzenwettbewerb - Alt-Moabit 101 D - 10559 Berlin.

GELENKVERSCHLEISS

Unabhängige Studien belegen starke Arthrose-Doppelwirkung

Ein gut verträglicher¹ Arthrose-Arzneistoff überzeugt in klinischen Studien: **Chronische Gelenkschmerzen werden um 60% gelindert² – die Gelenksteifigkeit gleichzeitig deutlich reduziert³.**

Ein gut verträglicher¹ Arthrose-Arzneistoff überzeugt in zwei unabhängigen klinischen Studien mit einer starken Doppelwirkung: Chronische Gelenkschmerzen werden um 60% gelindert² – die Beweglichkeit gleichzeitig deutlich verbessert³. Basis des untersuchten Wirkstoffs ist ein hochkonzentrierter Extrakt der bekannten Arthrose-Arzneipflanze *Harpagophytum procumbens*. Dieser ist als geschützter HPG2400-Extrakt[®] im Arzneimittel Gelencium EXTRACT (Apotheke, rezeptfrei) enthalten. Von der starken Doppelwirkung profitieren insbesondere Arthrose-Betroffene



mit wiederkehrenden Beschwerden, die meist eine besonders nebenwirkungsarme¹ Langzeittherapie suchen. Denn: Harpagophytum-Arzneimittel sind sehr gut verträglich – mehr als 97% aller Anwender haben keinerlei Nebenwirkungen.¹

Fazit: Mit dem hochkonzentrierten Arzneistoff in Gelencium EXTRACT können Sie Gelenkschmerzen und Arthrose wirksam lindern.² Fragen Sie jetzt in Ihrer Apotheke nach Gelencium EXTRACT.

Für die Apotheke

Gelencium EXTRACT
75 Tabletten: PZN 16236733
150 Tabletten: PZN 16236756
2x150 Tabletten: PZN 17532250
www.gelencium.de



Der klinisch getestete Arzneistoff überzeugt Patienten und Ärzte

Am häufigsten von Arthrose betroffene Gelenke.

¹ Vlachogiannis, Phytother. Res. 2008; 22:149-152. Systematische Meta-Analyse von 28 klinischen Studien. ² Chruschik. In Phytomedicine. 2002 Apr; 9(3):181-194. Anwendungsbeobachtung ohne Randomisierung und Verblindung, durchgeführt mit Doloteffin. Enthält hochkonzentrierten Teufelskrallenwurz-Trockenextrakt (2.400mg Tagesdosis). Hinsichtlich Zusammensetzung, Wirkstoff-Tagesdosis sowie Menge an Droge pro Tag identisch mit Gelencium Extract. ³ Wegener. In Phytother. Res. 2003 Dec; 17(10):1165-1172.

schon gewusst?

Im **Discountmarkt** kennen sich **70%** der Anzeigenblattleser aus.

Quelle:AWA '05

Deutschland liest lokal. Kölner lesen Express die Woche.

Ihr Marktplatz

Automarkt
Bauen & Wohnen
Bekanntschaffen
Immobilien
Kleinanzeigen
Reisemarkt
Stellenmarkt

kleinanzeigenmarkt
yourIMMO
YOURJOB.de

Immobilien Auch online unter yourImmo.de

Individuelle Massivhäuser

Beratung • Planung • Verkauf

Roswitha Maser
Immobilienökonom (ebs)

Tel.: 02202/8672757
Mobil: 0171/9091990
roswitha-maser@HELMA.de
www.HELMA.de

Immobilienangebote

Köln Dellbrück - Reihenhäuser - Wohnfläche ca. 105 m², Grundstück ca. 260 m², 6 Zimmer, Garage, VB 460.000 Euro, Käuferprovision 3,57%, ENEC V Gas 136,3 kWh, BJ 1926

Für Ihre Fragen und Besichtigungswünsche stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung! Karin Geller Immobilien Bergisch-Gladbacher-Straße 984, 51069 Köln Dellbrück Tel.: 0221-9697930

Verkäufe Häuser

Sinnersdorf, Reihenhäuser (Endstück), 108 m², 4 Zimmer, Küche, Bad, + Dachausbau, Grundstück 232 m², Baujahr 1978, Topzustand, Kunststofffenster, Preis 499.000,-. Garage kann zugekauft werden. ☎ 0152-32149657

Kaufgesuche Eigentumswohnung

Witwe sucht in Widdersdorf Dreizimmerwohnung mit Balkon/Terrasse. Barzahlung aus Hausverkaufserlös, von Emhofen Immobilien, www.vonemhofen.de, 0221-9405510

Kaufgesuche Häuser

Arztepaar sucht helles Haus ohne Sanierungsstau in Porz, Rath, Poll oder Brück. 5 Zimmer + Appartement für die betagte Mutter. von Emhofen Immobilien, 0221-9405510, www.vonemhofen.de

Bender & Bender
- Immobilien Gruppe -

Nähe Köln-Holweide suchen wir für eine Familie ein EFH mit Garten, Garage oder Stellplatz bis KP € 710.000,-, auch mit Renovierungsbedarf. Rufen Sie uns an, wir beraten Sie gerne unverb. im Detail. Infos unter: www.bender-immobilien.de, oder unter: 02204/2904940

Widdersdorf, nette Patchworkfamilie sucht geräumiges Haus ab 6 Zimmer, Übernahme bis Mitte 2023, von Emhofen Immobilien, www.vonemhofen.de, 0221-9405510

D.I.R.K. IMMOBILIEN

Unser Ziel: Kundenzufriedenheit! • Verkauf und Vermietung • Hausverwaltung • Finanzierung • Gutachten • Mediation. Infos bitte unter: www.DirK-Immobilien.de ☎ 02241/8983235, Mobil 0151/40766032

Immobilienangebote

Architektenpaar sucht Grundstück oder Abrissgrundstück. ☎ 02241-1462328

Doppelgarage oder Garagen zu kaufen gesucht. Köln-Ensen, Westhofen oder Poll bevorzugt. Angebote bitte an **0163 - 550 1296**.

Doppelgarage oder Garagen zu kaufen gesucht. Kölner Süden und Westen. Angebote bitte unter: 0173-5490801

REAL HOUSE IMMOBILIEN

Sibel Tas, gepr. Hausverwalterin (IHK)

Bender & Bender
- Immobilien Gruppe -

Hausverwaltung für Mietshäuser Mietverwaltung zuverlässig & sicher - Gute Erreichbarkeit & schnelle Reaktionszeit - Zuverlässig & sauber arbeitende Handwerker - Professionelle Vermietung & Verkauf ☎ 0221 / 932 828 30 info@realhouse-immobilien.de

Suche Immobilie zur Altersvorsorge. 0177-8899456, andreas@tipse.de

Wir: Mutter (Anwältin, 38) + Sohn (schwerbehindert, 10), keine Tiere. Ukrainegeflüchtete mit Aufenthaltstitel, WBS, Schufa, Deutschkurs. Bei Jobcenter (zahlt Miete an Vermietung). Gesucht: max. 80 m², max. 939 € Kaltmiete. Ideal: Stufenlos, linksrheinisch. Bitte helfen Sie uns! willkommen-willi@gmx.de, 0173-2656746

Bender & Bender
- Immobilien Gruppe -

Sie möchten in Ihrer Immobilie wohnen bleiben und zusätzlich noch eine lebenslange Rente beziehen oder eine Einmalzahlung erhalten? Rufen Sie uns an, wir beraten Sie gerne zum **Thema Immobilien-Leibrente!** 02204/2904940.

Vermietungen

Büroetage, ca. 249 m² im OG mit eigenem Hauseingang. Kaltmiete: € 1.743,00. KFZ-Stellplätze anmietbar. Gewerbeeinheit mit Empfangsbereich, vier separaten Einzelbüros, einem großen Besprechungsraum, einer Küche und separaten Damen- und Herrentoiletten. Komplette Vernetzung, klimatisierter Serverraum, integrierte Betriebsleiterwohnung mit drei hellen Zimmern und Blick ins Grüne, Duschbad, hochwertiger Miele-Einbauküche, ruhiges Gewerbegebiet in 50127 Bergheim. Geeignet als Büroetage, als Praxis oder auch für ein Callcenter. Die Vermietung erfolgt ausschließlich an Gewerbetreibende. Bei Interesse wenden Sie sich gerne an: Baugesellschaft Werner Thoma GmbH & Co. KG, ☎ 02271-67970 oder in fo@thoma-bau.de

2-3 Zimmerwohnungen

Hürth-Hermülheim, Nibelungenviertel. 1. Etage mit Blick ins Grüne, 3 Zimmer, Bad/WC, gehobene Ausstattung wie Parkett, Balkon, Loggia, ca. 90 m², Kaltmiete 990,- + NK-Vorauszahlung 300,- €, bezugsfertig. ☎ 02233-979864 ab 18.00 Uhr

Gewerbliche Mietangebote

Praxisräume, 250 m², im Ärztehaus Urbach, vom Feinsten... ☎ 0173-9363506

Umzüge

0172-4437686 SENIORENUMZÜGE-SENIORENHEIME, Bodenverlegung / Gebäudereinigung - Wohnungsaufösungen - Entrümpelungen - Fachgerecht, Festpreise. Schnell-Freundlich-Zuverlässig. Besenrein

Highlight fürs Handy! Uns gibts als E-Paper: express-die-woche.de

ANZEIGENBLATT QUALITÄT

Werben im lokalen Umfeld?

Ja! Denn 84 Prozent der Anzeigenblatt-Leser sind an der Lokalberichterstattung interessiert.* Weitere Zahlen, Daten und Fakten rund um die Medialeistung der Gattung lesen Sie in der Studie **Anzeigenblatt Qualität**. Sie finden sie auf der Website des Bundesverbandes Deutscher Anzeigenblätter www.bvda.de.

Bundesverband Deutscher Anzeigenblätter **BVDA**

* Basis: deutschsprachige Wohnbevölkerung (inkl. Ausländer) ab 14 Jahren

Verkäufe

TRÖDEL-MARKT Parkplatz Porta Frechen Sonntag Platzvergabe am Tag vor der Veranstaltung 23.10

Trapezbleche, 1.Wahl & Sonderposten, Metalltücher aus eigener Produktion...

Ihre Anzeigen auch online! kleinanzeigenmarkt Rheinland

Gewerblicher Erotikmarkt

Nackte Rentnerin (66j.) 0162-5627774

24 Stunden

kommt Ihre Nachricht bei uns an. www.express-die-Woche.de

Rheinische Anzeigenblätter.de ANZEIGEN SCHALTEN GANZ EINFACH ONLINE!

Kaufgesuche

0157 - 37 77 92 12 Achtung Ankauf !! Pelze, Bekleidung, Handtaschen, Porzellan...

0163/8258655 Barankauf Mo-So ! Kompl.Nachlässe, Möbel, Pelze, Militaria...

Designer Kauft! Villeroy & Boch Geschirr, Pelze, Markenkl. Louis Vuitton Handt...

Köln Dekorateurin kauft 0221-25960211 Kompl. Nachlässe, Porzellan, Zinn, Kristall...

Ankauf !! Möbel, Münzen, Armbanduhren, Zinn. Tel: 0172-8838808 Fr. Hartmann



Barankauf von Gold, Silber, Münzen, Altgold, Zahngold, Goldschmuck...

Firma kauft! Hochwertiges Porzellan, Pelze, Meissen, Rosenthal, Herend...

KAUFE MODELLEISENBAHN ALLER ART! Auch große Sammlungsauflösung...

Sport-Luftgewehr/Pistole/Vorderlader von Privat, Schießverein gesucht!

Privatsammler sucht: Fotoapp., Schreib u. Nähmasch., Garderobe, Zinn, Bilder...

Suche Weihnachtsglocken und -Kugeln der Firma Nutschenreuther von 1978-2010...

Garten

BAUMDIENST MÖDL Baum- und Risikofällungen inkl. Entsorgung

BAUMDIENST SCHICK GmbH Risikofällungen inkl. Entsorgung

PORZER BAUMDIENST günstig - sicher - fachgerecht Kronenpflege...

0 - Anfahrtskosten Alle Gartenarbeiten jeder Art zum Festpreis...

Baumfällung u. Entsorgung im Raum Köln. Firma H. Murges (Eifel)

Gartenbau Eck. Baumfällung, Gartenpflege, Heckenschnitt...

Gartenbau, Gartengestaltung, Bäume fällen, Hecken schneiden...

Gartenpflege, Heckenschnitt, Sträucherschnitt, Baumfällung...

Kapitalmarkt

Wir kaufen Ihre Lebensversicherung, Bausparverträge, priv. Rentenversicherung...

Unterricht

Rentnerin sucht Italienischlehrer im Raum Köln, 2 x im Monat...

Musikmarkt

Musikliebhaber sucht Schallplatten u. HiFi. 0176-30175721

Vermischtes

ARTUS-LOGE.de

Dienstleistung

1a Haushaltsaufösungen mit Wertanrechnung 0221-378265

1a Abfallbeseitigung, Entrümpelungen aller Art. Zum Festpreis!

1a Abfallentsorgung, Haushaltsauflösung, Entrümpelung...

20 Jahre Entrümpelung preiswert, beseren und zu garantierten Festpreisen...

Entrümpelung, ordentliche Entsorgung, Wohnungsauflösung...

Gebäudereinigung Wandel. 0221-1707112, Mob. 0176-6202317

S&Z Gebäudedienstleistungen Freie Kapazitäten für Treppenhaus...

Wohnungsaufösungen, Entrümpelungen, schnell, preiswert...

Häusliche Pflege

Frau aus Ungarn sucht neue 24 Stunden Stelle! Ich betreue seit vielen Jahren ältere Menschen...

EXPRESS IMPRESSUM Wochenzeitung für die Stadt Köln mit 11 Teilausgaben

Druckauflage: 521.496 Exemplare Verteilte Auflage: 516.046 Exemplare

www.kultcrossing.de KULTCROSSING motiviert LERNEN, kreativ ARBEITEN, kulturelle Vielfalt ERLEBEN!

SIE SUCHT IHN

VON HERZ ZU HERZ

ER SUCHT SIE

Saskia, 47 J., Erzieherin mit ansprechendem Äußeren, top Figur, kinderlieb und treu...

Carina, 59 J., Seniorenbetreuerin, liebevoll + feminin, fürsorglich, ein richtiger Harmoniemensch...

Andrea, 67 J., selbst. Heilpraktikerin, eine attraktive Frau mit bezauberndem Lachen...

Daniel, 51 J., selbst. Bauingenieur, ausgesprochen sympathisch, 1,82 m, sportlich...

Christoph, 65 J., Bürokaufmann i.R., ein netter, unkomplizierter Witwer mit viel Herz und Ehrlichkeit...

Wilhelm, 77 J., Witwer mit Herz, er war beruflich erfolgreich, motorisiert. Ich finde: Irgendwann muß die Trauer ein Ende haben...

Katrin, 51 J., Kauffrau, eine wirklich bezaubernde Traumfrau, lange blonde Haare, feminine Figur...

Vera, 61 J., Projektleiterin, bildhübsch, schlank, lange Haare, sie liebt das Reisen, mag die Natur...

Sonja, 71 J., häusliche Pflegerin, fröhlich, liebenswert, sympathische Ausstrahlung, zärtlich...

Ingo, 58 J., Handwerker, treu, 1,86 m, gefühlsbetont, unkompliziert, er reist, tanzt gerne...

Michael, 68 J., Betriebswirt i.R., sehr angenehme, höfliche Art, sportlich (Ski). Hand aufs Herz...

Klaus, 79 J., Diplom-Ingenieur i.R., Witwer mit Niveau, Herz + Verstand, gepflegt, sportlich (Tennis, Radfahren, Wandern)...

Ulrike, 55 J., Vers.-fachwirtin, eine sehr aparte, schlank Frau mit warmerzigem Wesen + einer absolut positiven Ausstrahlung...

Iris, 63 J., Seniorenpflegerin, eine Frau mit netter, warmerzigem Ausstrahlung, feinfühlig und sensibel...

Christa, 73 J., Kosmetikerin i.R., eine sehr gepflegte, sympathische Frau mit Empathie, schlanke Figur...

Jan, 60 J., junger Witwer, ein sehr angenehmer, ausgeglichener und offener Mann, 1,86 m, er tanzt gerne...

Arno, 70 J., fröhlicher Techniker, wirklich liebenswert, 1,84 m, lustige Art, musikalisch, reisebegeistert...

Heinz, 84 J., Personalchef i.R., Witwer, ausgeglichener, optimistisch, NR, vielseitig interessiert...

Silke, 57 J., med. Fachangestellte, sehr attraktiv, unedlich liebevoll + zärtlich, gepflegt, sportlich + naturverbunden...

Anne, 65 J., Krankenschwester, einfühlsam, anpassungsfähig, gute Hausfrau. Draußen ist Herbst...

Andreas, 62 J., Installateur, verwitwet, warmerzig, ausgeglichener, ein Mann, der Ruhe und Geborgenheit ausstrahlt...

Lothar, 75 J., Gärtnermeister, ein wirklich netter, lieber Mann, gepflegt, fröhliche, ausgeglichene Art...

Paul, treuer Handwerksmeister, Mitte 80, 1,78 m, lieber Witwer, fürsorglich, er reist gerne, eig. Pkw...

Paul, treuer Handwerksmeister, Mitte 80, 1,78 m, lieber Witwer, fürsorglich, er reist gerne, eig. Pkw...

Bauen & Wohnen

Bauen & Wohnen

Badewannen - Neubeschichtung, schnell und preiswert...
Badsanierung, Fliesen, Sanitär, Heizung, Elektro (Meisterbetrieb)...



Ihre Anzeigen auch online!

Kleinanzeigenmarkt

Automarkt

Audi

Audi, Toyota, Nissan od. Hyundai. Zustand egal, auch Motorschaden u. ohne TÜV!

Motorräder/ Mopeds

Zweirad-ANKAUF
Abholung: Motorräder, Roller, Mofas, Sammlungen, Quads, Chopper, Oldies

Wohnwagen/ Wohnmobile

Kaufe Wohnwagen / Wohnmobile von privat
Kaufe Wohnwagen und Wohnmobile! Auch ohne Umweltplakette...



Ihre Anzeigen auch online!

Fahrzeug-Kaufgesuche

!!! KFZ Ankauf Aller Art !!!
Abwicklung. Auch mit Schäden, Km, TÜV egal, Bar-Zahlung, sofort Abholung!

Ankauf PKW, LKW, Busse, Pick Up's, Gelände-/Unfallwagen, Motorschaden...

Aktion!!! 0163-7940925 Wir kaufen Ihr Auto ob mit Motorschaden...

Achtung !!! 100 bis 10.000 € Kaufe alle PKW, LKW, Geländewagen, Nutzfahrzeuge - alte und neue Bj., auch mit Schäden, TÜV, KM egal!

Stellenmarkt

Piepenbrock Dienstleistungen GmbH & Co. KG
Reinigungskraft (m/w/d) für unseren Kunden Aldi...

Rheinische Anzeigenblätter.de
ANZEIGEN SCHALTEN GANZ EINFACH ONLINE!

Unsere Buchhalterin geht im nächsten Jahr in Rente. Daher möchten wir rechtzeitig ihre Nachfolge regeln...
Lohn- und Finanzbuchhalter/in (m/w/d)

Stellenmarkt

Wir suchen ab sofort Reinigungskraft (m/w/d)
Teilzeitbeschäftigung Mo-Fr und alle 2 Wochen Sa. Arbeitsbeginn 08:30 Uhr...

Für den Flughafen Köln/Bonn Mitarbeiter m/w für die Luftfrachtkontrolle gesucht
Quereinsteiger werden sorgfältig geschult...

Lernhilfe sucht Lehrkräfte für Einzelunterricht
für unsere Schulen in: Engelskirchen, Wiehl, Wipperfurth, Nümbrecht...

RECY TECH FILTER GmbH
Wir suchen Mitarbeiter für den Versand (m/w/d)
als Stellvertreter für unseren Versandleiter...

Kleins Backstube in Hürth sucht ab sofort in einer 5 Tage Woche
1. LKW-Fahrer (m/w/d) in Vollzeit und Aushilfen (m/w/d) für Sonntags mit Eintrag 95

Herr Brockmann 0157-39597732
Falls nicht erreichbar 02233-9633610
Kleins Backstube, Max-Planckstr. 42, 50354 Hürth

ABAX seit 1981
Mitarbeiter (m/w/d) für Maler-, Elektro-, Heizung/Sanitärarbeiten gesucht...

Aushilfe (m/w/d) Bereich Theke + Wareneingang
Servierkraft auf 450 € Basis gesucht...

Austräger/Zeitungssteller (m/w/d) für den Express die Woche gesucht
Verteilung 1x wöchentlich am Wochenende...

Begleitperson für Schülertransport von Kindern mit Handicap gesucht...

Büromitarbeiter/in für allgemeine Büroarbeit gesucht...
Erfahrung im Programm LEXWARE wünschenswert...

Bürotätigkeit auch für Quereinsteiger (m/w/d)!
Jobticket, unbefristeter Arbeitsvertrag, bezahlte Einarbeitung...

Damen für Erotik-Hotline in Köln gesucht.
Reine Telefontätigkeit. Guter Verdienst...

Dynamische Lagerfachkraft (Waren- ein- /ausgang, Kommissionieren, Allgemeine Lagerfähigkeiten)...

Erkrankte Frau sucht liebevolles Zuhause bei Familie, Paar, weibl. Einzelperson...

Evangelische Telefonseelsorge Köln sucht ehrenamtliche Mitarbeiterinnen...

Fahrer (m/w/d), (9-Sitzer) für Schüler/Werkstattverkehr mit Personbeförderungsschein...

Fahrer/innen für Schülertransport von Kindern mit Handicap gesucht...

Friseur Kopfsalat in Köln-Sülz sucht motivierte Friseur (w/m/d)...

Gebäudereinigung sucht Reinigungskraft auf Minijob-Basis!

Gesucht: Reinigungskräfte auf 450,- € Basis für ein Objekt in Köln...

Hausfrauen für Kantine Mo-Fr. von 11-15.00 Uhr in Köln gesucht...

Haushaltshilfe, freundlich und zuverlässig, 1-2 mal wöchentlich vormittags...

Hausmeisterunterstützung, Führerschein in Köln auf 520,- €...

Hauswirtschaftskräfte (m/w/d) für ambulanten Pflegedienst...

Montagehelfer in Dauerstellung ab € 13,50 Stundenlohn...

Pizzabäcker/Beikoch m/w/d in Köln-Rodenkirchen ab sofort in TZ/VZ gesucht...

Reinigungskraft (m/w/d) Montag - Freitag 8:30 - 11:00 Uhr für Hotel in Köln...

Reinigungskraft (m/w/d) auf Minijob-Basis für das SUNPOINT Studio...

Reinigungskraft mit Erfahrung. Wir suchen eine erfahrene Reinigungskraft...

Reinigungskräfte in Teilzeit oder als Minijob für Altenwohnheim...

Reinigungskräfte in Teilzeit oder als Minijob für Hotel in Köln...

Reinigungskräfte in Teilzeit oder als Minijob für Hotel in Köln...

Reinigungskräfte in Teilzeit oder als Minijob für Hotel in Köln...

Reinigungskräfte in Teilzeit oder als Minijob für Hotel in Köln...

Reinigungskräfte in Teilzeit oder als Minijob für Hotel in Köln...

Reinigungskräfte in Teilzeit oder als Minijob für Hotel in Köln...

Reinigungskräfte in Teilzeit oder als Minijob für Hotel in Köln...

Reinigungskräfte in Teilzeit oder als Minijob für Hotel in Köln...

Reinigungskräfte in Teilzeit oder als Minijob für Hotel in Köln...

Reinigungskräfte in Teilzeit oder als Minijob für Hotel in Köln...

Reinigungskräfte in Teilzeit oder als Minijob für Hotel in Köln...

Reinigungskräfte in Teilzeit oder als Minijob für Hotel in Köln...

Reinigungskräfte in Teilzeit oder als Minijob für Hotel in Köln...

Reinigungskräfte in Teilzeit oder als Minijob für Hotel in Köln...

Reinigungskräfte in Teilzeit oder als Minijob für Hotel in Köln...

Reinigungskräfte in Teilzeit oder als Minijob für Hotel in Köln...

Stellenangebote

Hochbaufacharbeiter m/w/d zum nächstmöglichen Zeitpunkt gesucht.
Die Baugesellschaft Werner Thoma ist ein leistungsstarkes Bauunter-

Hoher Verdienst von Zuhause aus, freie Zeiteinteilung
Tel. 0171 3362028

Istikbal Mobilya sucht mehrere Mitarbeiter in Teil- und Vollzeit als Verkäufer...

KONNEX sucht für IGUS AG in Köln-Porz Mitarbeiter Lager/Produktion...

KONNEX sucht Staplerfahrer und Kommissionierer (m/w/d) Vollzeit in Köln...

Küchenhilfe (m/w/d) für sofort gesucht, auf 520,- € Basis...

Lagerarbeiter ab € 12,50 Stundenlohn.
AGLIS-Zeitarbeit € 0221-234785

Mehrere zuverlässige und erfahrene Reinigungskräfte, für Büro Reinigung...

Mitarbeiter (m/w/d) für Imbiss Athena als Aushilfe gesucht...

DICON
Mitarbeiter für die Produktion sofort gesucht - über tarifl. Std.-Lohn.

Mitarbeiter für nächtliche Aufsicht f. Campingplatz in Riehl...

Mitarbeiter Lager (m/w/d) in 51149 Balingen gesucht!

Möbelmonteur (m/w/d) zur Auslieferung und Montage...

Montagehelfer in Dauerstellung ab € 13,50 Stundenlohn...

Pizzabäcker/Beikoch m/w/d in Köln-Rodenkirchen ab sofort in TZ/VZ...

Reinigungskraft (m/w/d) Montag - Freitag 8:30 - 11:00 Uhr...

Reinigungskraft (m/w/d) auf Minijob-Basis für das SUNPOINT Studio...

Reinigungskraft mit Erfahrung. Wir suchen eine erfahrene Reinigungskraft...

Reinigungskräfte in Teilzeit oder als Minijob für Altenwohnheim...

Reinigungskräfte in Teilzeit oder als Minijob für Hotel in Köln...

Reinigungskräfte in Teilzeit oder als Minijob für Hotel in Köln...

Reinigungskräfte in Teilzeit oder als Minijob für Hotel in Köln...

Reinigungskräfte in Teilzeit oder als Minijob für Hotel in Köln...

Reinigungskräfte in Teilzeit oder als Minijob für Hotel in Köln...

Reinigungskräfte in Teilzeit oder als Minijob für Hotel in Köln...

Reinigungskräfte in Teilzeit oder als Minijob für Hotel in Köln...

Reinigungskräfte in Teilzeit oder als Minijob für Hotel in Köln...

Reinigungskräfte in Teilzeit oder als Minijob für Hotel in Köln...

Reinigungskräfte in Teilzeit oder als Minijob für Hotel in Köln...

Reinigungskräfte in Teilzeit oder als Minijob für Hotel in Köln...

Reinigungskräfte in Teilzeit oder als Minijob für Hotel in Köln...

Reinigungskräfte in Teilzeit oder als Minijob für Hotel in Köln...

Reinigungskräfte in Teilzeit oder als Minijob für Hotel in Köln...

Reinigungsmitarbeiter/in für die Treppenhäusereinigung gesucht...

Rechtssanitäter (m/w/d) kostenlose Qualifizierung. In ca. 3 Monaten danach Vollzeitarbeitsplatz...

Servicemitarbeiter / in für unsere Cafeteria in Siegburg bei angenehmen Wechseldienst in Teilzeit / Vollzeit...

Sicherheitsdienst sucht qualifizierte Sicherheitsmitarbeiter (m/w/d) für Drogeriemärkte im Raum Köln...

Spielhalle in Köln sucht Teilzeitkraft.
0221-5959593

Sprinterfahrer m/w/d für Vollzeit oder Minijob gesucht!

Telefonist (m/w/d) in Köln-Braunsfeld gesucht! Sie führen sich am Telefon zu Hause...

Treppenhäusereinigung (Schlüsselstelle) an zuverl., deutschspr. Reinigungskraft...

Werkstudent m/w/d mit der Studienfachrichtung Bauingenieurwesen...

Dynamische/r Kaufmännische/r Sachbearbeiter/-in (m/w/d) für den Einkauf...

Wir suchen ab sofort Reinigungskräfte (m/w/d) für ein Objekt in Köln-Ossendorf...

Wir suchen ab sofort Reinigungskräfte (m/w/d) für ein Objekt in Köln-Bockleimünd...

Wir suchen ab sofort Reinigungskräfte (m/w/d) für ein Objekt in Köln-Porz...

Wir suchen ab sofort Reinigungskräfte (m/w/d) für ein Objekt in Köln-Rondorf...

Wir suchen für ein Objekt in Köln Ehrenfeld, freundliche, zuverlässige und deutschsprachige...

Zimmermädchen/Room Boy / Nachtportier (m/w/d). Aushilfe/Teilzeit...

Zur Verstärkung unseres Teams suchen wir Reinigungskräfte (m/w/d) für unser Objekt...

Zusteller (m/w/d) ab 13 Jahren gesucht! Auch reine Ferienjobs sind wochenweise möglich!

Zuverlässige Reinigungskraft m/w/d für Büro in Porz Urbach gesucht...

BG ETEM Energie Textil Elektro Medienerzeugnisse
Wir sind die gesetzliche Unfallversicherung für die Bereiche Energie, Textil, Elektro und Medienerzeugnisse...

**Sie haben Freude am Organisieren?
Wir suchen Bürokauffmann/-frau (m/w/d)**
Für unser Inneneinrichtungsunternehmen in Köln und Wesseling. 40 Stunden/Woche gesucht. Weitere Infos finden Sie auf unserer Website: www.heerdt.de Bei Interesse lassen Sie uns Ihre Bewerbung auf unsere Mailadresse info@heerdt.de zukommen.

Die Kirchengemeinde St. Johannes sucht für ihre Kindertagesstätten



eine Leitung m/w/d
für eine 2-gruppige KiTa
und
ständig stellvertretende Leitungen m/w/d
für 3-gruppige KiTas

Wir freuen uns, Sie kennenzulernen!

Katholisches Familienzentrum Troisdorf
Die Vergütung erfolgt nach der Kirchlichen Arbeits- und Vergütungsordnung (KAVO) mit zusätzlicher Altersversorgung und sonstigen Sozialleistungen. Wir bieten regelmäßige Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten.

Details der Stellenausschreibungen finden Sie unter: www.familienzentrum-trokirche.de

Bitte richten Sie Ihre vollständige Bewerbung bevorzugt per E-Mail an:
Kath. Kirchengemeinde St. Johannes Troisdorf
Frau Simone Reiter
Meindorfer Str. 5 - 53844 Troisdorf
verwaltungsleitung@trokirche.de

KOMMEN SIE ZU UNS INS TEAM!



BETREUUNGSKRAFT (M/W/D) IN TEILZEIT

- Sinnvolle Aufgaben
- Einstieg mit u. ohne Vorkenntnisse
- Qualifizierte Schulungen
- Familienfreundliche Arbeitszeiten

Tel.: 02234 91104-0
homeinstead.de/koeln-west

Home Instead
Zuhause umsorgt

Arbeitsangebote

Altenpflegerin/-helferin für Grundpflege und Versorgung meiner demenzkranken Frau für mehrere Vormittage/Woche nach Köln-Dellbrück gesucht. Ruf: 0151-26618349

Austräger/Zeitungszusteller (m/w/d) für den Express die Woche gesucht. Verteilung 1x wöchentlich am Wochenende (Fr./Sa.), jeder ab 13 Jahren kann für uns tätig werden! Einfach bewerben unter 02203-188399 oder im Internet auf www.zusteller-jobs.net

Hausdame, (Reinigungskraft, Einkaufshilfe), gute Deutschkenntnisse für sofort nach Porz gesucht. ☎ 0177-6027300

Haushaltshilfe 4 Stunden die Woche in Köln-Rath-Heumar gesucht. ☎ 0221-2792684

Haushaltshilfe/Hauswirtschaftlerin 10 Std. pro Woche (an 2 Tagen) in der Kölner Innenstadt zur sofortigen Einstellung gesucht. ☎ 0175-2434287

Hausmeister sucht Verstärkung zur Pflege von Außenanlagen Helfer (Gärtner), Führerschein Voraussetzung, in fo@schneider-dienstleistungen.eu, ☎ 02203-9287526, 0177-8658556

Hausmeister sucht Verstärkung für Treppenhausreinigung, Büroreinigung, Führerschein Voraussetzung, in fo@schneider-dienstleistungen.eu, ☎ 0177-8658556, 02203-9287526

Junger Mann/Frau in Festeinstellung, guter Lohn. ☎ 0173-9363506

Köln-Marsdorf Emmy-Noether-Str. Reinigungspersonal m/w/d auf Minijob-Basis ab sofort gesucht, AZ: Mo-Sa 7:00-8:30 Uhr Schrey Gebäudereinigung ☎ 02166-80021

Köln-Porz Josefstr., Maschinenfahrer m/w/d AZ: Mo-Sa 5:30-8:00 Uhr sowie Tageskraft m/w/d AZ: Mo-Fr 9:00-14:00 Uhr und Sa 10:00-16:30 Uhr auf Steuerkarte ab sofort gesucht oder in Vollzeit Mo-Fr 5:30-14:00 Uhr und Sa 5:30-16:30 Uhr. Gebäudereinigung Schrey ☎ 02166-80021

Pizza Team Holweide sucht freundliche/n Aushilfsfahrer/in ☎ 0221-634040

Köln-Zollstock Neuer Weyerstraßeweg, Reinigungspersonal m/w/d auf Minijob-Basis ab sofort gesucht, AZ: Mo-Sa 7:00-8:30 Uhr Schrey Gebäudereinigung ☎ 02166-80021

Naturmetzgerei HENNES sucht freundliche Menschen (m/w/d) für die Kundenteke, sehr gerne Quereinsteiger, Einarbeitung möglich, in Teilzeit/Vollzeit, Severinstr.20, 50678 Köln, Tel. 0221-93126511, info@naturmetzgerei-hennes.de

Putzfrau nach Köln gesucht. Zuverlässig, deutschsprachig, 3-4 Std. wöchentlich für Privat. ☎ 0152-23702788

Reinigungskraft (m/w/d) mit Steuerkarte, erfahren, deutschsprachig, für Einkaufsfiliale in Köln-Vingst gesucht, Montag bis Samstag ab 05.45 Uhr täglich 2,25 Stunden. ☎ 0171-8419175

Reinigungskraft (m/w/d) mit Steuerkarte, erfahren, deutschsprachig, für Einkaufsfiliale in Köln-Ehrenfeld gesucht, Montag bis Samstag ab 05.45 Uhr täglich 2 Stunden. ☎ 0171-8419175

Reinigungskräfte (m/w/d) für Großveranstaltungen für den Toilettenbereich in Köln gesucht. Teilzeit oder Minijob. AP A. Holler Tel.: 0172-2700500

Rentner/in für Gartenarbeit auf Minijob-Basis stundenweise nach Porz gesucht. ☎ 0173-9363506

Schülerbeförderung sucht Fahrer/in für Minijob, bevorzugt Rentner/in oder Vorrührstand. ☎ 02203-292288

Spüler und Kantinenhilfen für Uni und Krankenhaus in Köln gesucht. Arbeitszeit 11-15 Uhr oder 07-15.00 Uhr. Gute Deutschkenntnisse Voraussetzung. ☎ 0221-6209840 oder whatsapp 0151-54604579

Verkäuferin (m/w/d), flexibel in Teilzeit, für Imbiss in der Innenstadt gesucht ☎ 0151-23324392

Aushilfsfahrer gesucht auf 450,- €-Basis. ☎ 0176-24034260

Mangelhilfe für Wäscherei, 2x wöchentlich nach Köln-Mülheim gesucht, Minijob-Basis. ☎ 0176-24034260

Stellen-gesuche

Bürokauffrau (m/w/d)
ab sofort auf Minijob-Basis, für leichte Bürotätigkeiten und Telefondienst, nach Pulheim gesucht.
☎ 0 22 34 / 99 45 88

Arbeits-gesuche

24 Stunden Pflegestelle gesucht . Tel. 0176-74060087
Alle Haus und Gartenarbeiten. ☎ 0163-3027254
Biete Gartenarbeit aller Art. Preiswert & schnell mit Entsorgung ☎ 0157-87070585
Erfahrene Frau sucht Putz-/Bügelstelle ☎ 0151-53237366
Fensterputzer kommt ab 35 €. ☎ 0178-3036368
Gärtner sucht Arbeit und macht alles rund ums Haus. ☎ 0152-18660949
Handwerker, zuverlässig, Innenverputz, Trockenbau, Fliesen, Tapezieren, Streichen ☎ 0157-53841909
Innenausbau, Trockenbau, Fliesen- u. Malerarbeiten, Bodenbelag ☎ 0162-6926269
Kinderbetreuung: zuverlässige, seriöse Rentnerin (71) hat Zeit, Sie bei der Kinderbetreuung zu unterstützen. Erfahrung im Umgang mit Kindern vorhanden. Raum Zollstock/Süd. ☎ 013/35513 Zuschriften an: Verlag Schlossbote/Werbekurier, Uhlstr. 102, 50321 Brühl.
Malermalerin, kompetent, sauber, zuverlässig, auch kurzfristig. 0178-8369781
Reinigungskraft sucht private Reinigungsstelle. ☎ 0178-3042222
Renovierungsarbeiten, preiswert! Malerarbeiten, Trockenbau, Fliesen etc. ☎ 0172-1438730
Übernahme Gartenarbeit mit Entsorgung, aller Art. ☎ 0163-7034162

Bürokauffrau (m/w/d)
ab sofort auf Minijob-Basis, für leichte Bürotätigkeiten und Telefondienst, nach Pulheim gesucht.
☎ 0 22 34 / 99 45 88

Für unser Objekt in Köln (Gleueler Str.) suchen wir ab sofort zuverlässige
Reinigungskräfte (m/w/d)
mit guten Deutschkenntnissen.
AZ: Mo.-Fr. 5.00-7.00 Uhr (Minijob).
OPTI GmbH ☎ 0 22 03 / 36 91 40

Wir suchen ab sofort eine
Reinigungskraft (m/w/d)
20 Std./Woche, Mo.-Fr. + alle 14 Tage Sa.-So.
Arbeitsbeginn 06:00 Uhr
für das Krankenhaus
St. Agatha in Köln-Niehl
Ansprechpartner: Frau Zierden
Tel.: 0221-71751380

Objektleiter (m/w/d)
Voll- o. Teilzeit für Gebäudereinigung im Außendienst gesucht.
Branchenkenntnis und Erfahrung im Umgang mit Menschen und Kunden von Vorteil. PKW wird gestellt.
Perfecta Dienstleistungen Abram oHG
Genter Straße 14, 50672 Köln oder diana.bertels@perfecta-koeln.de

Piepenbrock Dienstleistungen GmbH & Co. KG sucht Sie.
Verstärken Sie unser Team.
Wir suchen Sie als
Reinigungskraft (m/w/d)
für unseren Kunden Aldi, Neuer Weyerstraßeweg 3
AZ: Mo - Sa v. 06:00h - 09:00h mit einer überbrückten Bezahlung von 15,00€/Std.
Bei Interesse bitte unter 0170-7354911 melden.

Für unser Objekt in Köln - Klinik nahe Zülpicher Platz suchen wir zuverlässige
Reinigungskräfte (m/w/d)
AZ: Mo.-Fr. ab 05:30 oder 06:00 Uhr
Minijob und alle 3 Wochen samstags von 12:00 bis 14:00 Uhr
OPTI GmbH ☎ 01 73 / 5 28 09 58

Wir suchen für ab sofort eine
Reinigungskraft (m/w/d)
17,5 Std./Woche Mo.-Fr. und alle 14 Tage Sa.+So.
Arbeitsbeginn 06:00 Uhr
für das Krankenhaus
St. Antonius in Köln-Bayenthal
Ansprechpartner: Frau Pink
Tel.: 0221-379364134

Fahrer (m/w/d)
gesucht für Krankenfahrdienst als Minijobber, gerne auch Rentner oder Frührentner
Schwerpunkt der Tätigkeit ist die Beförderung von behinderten Menschen zu Werkstätten und Schulen.
☎ 02234/994588

saver hygienica
Reinigungskraft (m/w/d)
für ein Theater in Köln auf Minijobbasis gesucht
AZ am Wochenende, vormittags.
0157/83 05 63 24
und 021 71 / 90 47 10

Zuverlässige Reinigungskraft (m/w/x)



ab sofort auf Steuerkarte gesucht.
Einsatzort: LVR-Wohnverbund in Niederkassel-Ranzel
Arbeitszeit: 13,75 Std. pro Woche
Wir bieten Ihnen ein nettes Team, eine betriebliche Altersvorsorge und zusätzliches Urlaubsgeld
Wir freuen uns auf Ihren Anruf!
Mo. - Fr. 08:00 - 13:00 Uhr
rheinland kultur
02801 / 9856790
Frau Trautmann / Herr Klomberg

Kleins Backstube sucht
Bäckereiverkäufer
Vollzeit / Teilzeit
gerne Quereinsteiger (m/w/d) und **Aushilfen** (m/w/d) für unsere Filialen in Köln-Chorweiler

Frau Lintermann:
0151-64973548
b.lintermann@kleins-backstube.de



www.kleinsbackstube.de
Wir freuen uns auf Dich!

Wir suchen zum 01.11.2022 m/w/d
Reinigungskräfte für Köln
Mo.-So. ab 6:00 morgens für 1,0 Std. täglich auf Minijob- oder SV-pflichtiger Basis.
Der Stundenlohn beträgt 13 €.
stewe Dienstleistungen GmbH
Auf dem Großstück 2-4
51580 Reichshof
Telefon: 0 22 61 / 9 47 10
info@stewe.de



MITARBEITER/IN (w/m/d)
für leichte Kochtätigkeit in Siegburg gesucht.
Mo - Fr. 9 - 14 Uhr
Teilzeit / Vollzeit
INFO: ☎ 0172 / 2 98 65 71

Kleins Backstube sucht
Bäckereiverkäufer m/w/d
in Vollzeit/Teilzeit, gerne Quereinsteiger und
Aushilfen m/w/d
in Frechen- Habbelrath- Bachem, Rewe Kerpen- Horrem und Kaufland Pulheim

Frau Lintermann
0151-64973548
b.lintermann@kleins-backstube.de



www.kleinsbackstube.de
Wir freuen uns auf Dich!

Für unser Objekt in Köln - Wilhelm-Mauser-Str. 10, suchen wir zuverlässige
Reinigungskräfte (m/w/d)
Arbeitszeit: Schlüsselstelle
Montag-Freitag von 05.00 bis 08.00 Uhr, SV-pflichtig und Minijob
OPTI GmbH ☎ 01 73 - 5 48 76 22

Kleins Backstube sucht
Bäckereiverkäufer
Vollzeit / Teilzeit
gerne Quereinsteiger (m/w/d) und **Aushilfen** (m/w/d) für unsere Filialen in Köln Dellbrück, Köln Weidenbruch, Köln Höhenhaus

Herr Nieswandt:
016098215932
u.nieswandt@kleins-backstube.de



www.kleinsbackstube.de
Wir freuen uns auf Dich!

KOLB STEAMTEC Wir bilden 2023 wieder aus - und suchen genau Dich!

- als angehenden **Kaufmann für Büromanagement** (m/w/d) mit hohem Kommunikations- und Organisationstalent
- oder
- als angehenden **Mechatroniker** (m/w/d) mit starkem Know-How in Elektro-, Regelungs- und Feuerungstechnik
- oder
- als angehenden **Anlagenmechaniker SHK** (m/w/d) der sich auch um die wirklich großen Dampfkessel kümmert

Unser Schwerpunkt liegt auf der Wartung, Instandhaltung und Neuinstallation von Dampf-, Heißwasser- und Thermalölkesselanlagen.

Als Kaufmann für Büromanagement begleitest Du spannende Projekte von der ersten Sekunde an. Du lernst, wie man alle kaufmännischen Aufgaben rund um unsere Projekte und im Tagesgeschäft effektiv und effizient löst. Von der Korrespondenz mit Kunden und Lieferanten über buchhalterische Fragestellungen bis hin zur Aufbereitung von Daten und Informationen übernimmst Du von Beginn an vielseitige Themen.
Nur Ablage im Büro? Fehlanzeige! Wir arbeiten digital!

Als Mechatroniker oder Anlagenmechaniker bist Du vom ersten Tag an mitten im Geschehen und lernst sowohl von unseren Ingenieuren und Technikern im Büro als auch von unseren erfahrenen Kundendiensttechnikern und natürlich unseren schlagkräftigen Anlagenmechanikern. Die Arbeiten werden meist in kleinen Teams von 2 - 5 Mitarbeitern durchgeführt. So lernst Du von Anfang an von den Besten und verschwendest keine Zeit mit Feilen am Schraubstock. Kleine Teams, große Projekte, steile Lernkurve. **Wir packen unsere Zukunft gemeinsam an.**

Unsere Kunden sind sehr große und renommierte Unternehmen aus verschiedenen Branchen wie der Lebensmittel- oder Chemieindustrie. Dadurch hast Du ständig neue interessante Aufgaben, erhältst Einblicke in Produktionsanlagen und kannst Deinen Freunden von Deinen Tätigkeiten für bekannte Firmen erzählen.

Wir bei Kolb legen großen Wert auf ein gutes und vor allem freundschaftliches Betriebsklima. Dies unterstreichen wir mit regelmäßigen gemeinsamen Events vom Grillen nach der Arbeit, über unsere gemeinsame Karnevalsfeier bis hin zum gemeinsamen Urlaub in der Sonne. Natürlich sind wir auch an der Weiterentwicklung unserer Mitarbeiter interessiert und unterstützen neben fachspezifischen Fortbildungen auch Erste-Hilfe-Kurse, Stapler- und Anhängerführerschein sowie die Gesundheitsvorsorge.

Was bringst Du mit?

- Begeisterung für technische Anlagen
- Spaß an vielfältigen Problemlösungen
- Offenheit für neue Aufgaben und Menschen
- Teamfähigkeit
- auch Studienabbrecher sind herzlich willkommen

Nähere Informationen und einen guten Überblick über unsere Anlagen und unsere namhaften Kunden findest Du auf unserer Internetseite: www.kolb-steamtec.de

So bewirbst Du Dich bei uns:
Anschreiben, Lebenslauf und Zeugnisse der letzten besuchten Schule und von eventuell schon erfolgreich absolvierten Praktika in einer pdf-Datei per E-Mail an: orga@kolb-gmbh.de

Komm ins Steam-Team! Wir freuen uns auf Dich!

Als Assistent (m/w/d) im Ronald McDonald Haus Köln



tragen Sie Ihren Teil dazu bei, dass Familien ein Zuhause auf Zeit finden können. Wir suchen Sie ab sofort, zunächst befristet auf 2 Jahre, mit Aussicht auf Übernahme

IHRE AUFGABEN

- Betreuung der Familien, Gästeservice
- Organisation der Hausadministration und Haustechnik
- Koordination, Anleitung und Ausbau des ehrenamtlichen Teams
- Überwachung und Organisation der Arbeitssicherheit am Standort
- Organisation des wöchentlich stattfindenden Verwöhn-Frühstücks und -Abendessen
- Pflege des Kontakts zur Klinik
- Unterstützung bei PR-, Event- und Fundraisingmaßnahmen
- Übernahme von Wochenend- und Bereitschaftsdiensten im Wechsel

WAS WIR BIETEN

- Sinnstiftender, sozialer Hintergrund
- Sehr abwechslungsreiche und anspruchsvolle Tätigkeit
- Arbeiten in einem kleinen Team vor Ort
- Intensive Einarbeitungsphase
- Attraktive Sozialleistungen
- Vielfältige Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten

Weitere Informationen und was Sie idealerweise mitbringen finden Sie unter www.mdk.org/service/jobs

Haben Sie Freude daran, unsere Botschaft mit Herz nach innen und außen zu transportieren und mit Vielen Vieles zu bewirken? Dann senden Sie bitte Ihre vollständigen Bewerbungsunterlagen mit Gehaltsvorstellung und frühestem Eintrittstermin an

McDONALD'S KINDERHILFE STIFTUNG
Isabell Mollner
Abteilungsleiterin Personal
Heinz-Goerke-Str. 31, 81377 München
traumjob@mdk.org
www.mcdonalds-kinderhilfe.org

Steuerberatung
 TAX-JUR **E.M.B.G.E.N.B.R.O.I.C.H**
 Rechtsanwalts-gesellschaft UG

Betriebliche Probleme?
 Wegen Finanzamt, Steuerschulden oder Behördenschwierigkeiten Vollstreckungsmaßnahmen usw. Wir bieten Abhilfemöglichkeit mit Betriebsfortführung.

Wir vertreten Ihre Interessen.

Im Mediapark 8 ■ 50670 Köln
 Info: 0800 - 77 40 100 (kostenlos)

Schlosszauber Morsbroich
 LEVERKUSEN

Mit über 140 Ausstellern

21.–23. OKT.

GENUSS & KULINARIK | MODE & SCHMUCK | HAUS & GARTEN | KUNST & LEBENSART

Gustav-Heinemann-Str. 80, 51377 Leverkusen
 Fr 12 – 18 Uhr | Sa + So 10 – 18 Uhr | Ticket 10,- €

RENO MÜLLER VERANSTALTUNGEN

Ihre Anzeigen auch online!

Ein Angebot von: **kleinanzeigenmarkt**
 the online-marktplatz
 meinland.de

Stufe um Stufe unter die Top 4 gekämpft

Kölner auf Spitzenplatz

Er ist aus Köln-Longerich und eigentlich Lehrer: Doch in seinem Leben will Gorge Heimann (53) immer wieder ganz hoch hinaus. Er ist Deutschlands bester Treppenläufer. Jetzt rannte der Kölner beim legendären Lauf im New Yorker Empire State Building sogar fast aufs – na ja – Treppchen! Im EXPRESS - die Woche schildert Heimann seinen beinharten Einsatz in Manhattan.

von **AYHAN DEMIRCI**

Köln/New York. Der Athlet schaffte die 1576 Stufen bis zum 86. Stockwerk laut Veranstalter in 11:40 Minuten und raste auf den vierten Platz. Die 44. Auflage des Laufs führte erneut zur Aussichtsplattform des ikonischen Wolkenkratzers. Heimanns Schilderungen des

Laufs – atemlos! „Ich bin als 5. ins Treppenhaus, dicht gefolgt vom besten Amerikaner Sproule Love. Diesen konnte ich erst in der 60. Etage abschütteln. Da fühlte ich eine „zweite Luft“ und konnte mein Tempo noch mal steigern. Ich bin dann ca. in der 70. Etage auf Omar Bekkali aus Belgien aufgelaufen und konnte ihn bald überholen. Das Podium war wie erwartet vergeben, aber ich bin mit dem 4. Platz sehr zufrieden.“

Sieger wurde Wai Ching Soh aus Malaysia in 10:44 Minuten. Mit dem Aufzug würde man nicht einmal eine Minute für die 320 Vertikalmeter brauchen – den Treppenhaus-Rekord hält der Australier Paul Crake seit 2003 mit 9 Minuten und 33 Sekunden.

Görge Heimann erzählt, er habe jahrelang Laufen und Triathlon als Wettkampfsport be-



Das Training in der Heimat hat sich ausgezahlt.
 Foto: Thomas Banneyer

trieben ehe er sich vor zehn Jahren auf Treppenlaufen spezialisierte. „Ich habe weltweit an über 100 Treppenläufen teilgenommen, unter anderem in Warschau, Tallinn, Taipei, Shenzhen, Singapur, Moskau, Bogota, Mexico City, Kuala Lumpur, Shanghai, Chicago, Las Vegas und 2016 auch schon mal in New York.“ Damals wurde er Fünfter.

Wenn er in Köln unterwegs sei, nehme er statt des Aufzuges oder der Rolltreppe möglichst immer die Treppe, „zum Beispiel, wenn ich mit der KVB un-

terwegs bin. Aber das eigentliche Training findet natürlich in Sportsachen auf einer beliebigen Treppe statt. Dann laufe ich vielfach hoch – und langsamer, einstufig runter. Ideal ist dabei ein hohes Gebäude, leider kann man dazu schlecht im Dom trainieren, da er immer gut besucht ist und Laufen auf den ungleichen und zum Teil verwinkelten Stufen nicht gewünscht ist.“

Zu vielen Treppenläufen wird Heimann vom Veranstalter oder über den Weltverband des Treppenlaufens, die Towerrunning World Association, eingeladen.

Lesen Sie im Sonntag-EXPRESS

„Aktzeichen XY ... ungelöst“ wird 55

Happy Food gegen Herbstblues

Kurioses hinter den Kulissen der Kultsendung

So essen wir uns jetzt glücklich

schnell. schneller.

sonntag EXPRESS

Su säht mer en Kölle

Uns kölsche Sproch: Föß



Wa'mer Föß hö't denk mer jlich aan de Bläck Fööss un die kenne mer jo all.

Ävver ich meine die Föß die mer för ermözelaufe bruch. Et jitt allerhands Föß. Mer kann Föß wie Müllemer Bötcher hann (übergroße Füße) oder

ävver Fößjer wie e Pöppche (Püppchen). Hät mer nix aan de Föß dann ess mer ärm dran. Mer muss dann sorje, dat mer jet aan de Föß kritt (zu etwas kommt) öm op eije Föß ze stonn.

Doför muss mer einem dann allt ens jet et Fößsche kraue (schmeicheln). Mänch einer lääv op nem große Fofß, hät ävver nix aan de Föß (lebt über seine Verhältnisse).

Katharina Petzoldt



GARTENLÜX®
 TERRASSENÜBERDACHUNG VENLO

ERSTELLEN SIE **IHREN KALTEN WINTERGARTEN** MIT **GARTENLÜX**

BIS ZU 25% RABATT*
 BEIM KAUF EINER TERRASSENÜBERDACHUNG
 Montage innerhalb von 6 Wochen möglich!

BIS ZU 30% RABATT*
 BEIM KAUF EINER TERRASSENÜBERDACHUNG MIT SEITENWÄNDEN
 Montage innerhalb von 6 Wochen möglich!

BIS ZU 35% RABATT*
 BEIM KAUF EINES KOMPLETTEN KALTEN WINTERGARTENS
 Montage innerhalb von 6 Wochen möglich!

GRATIS HEIZSTRAHLER BEIM KAUF EINER ÜBERDACHUNG MIT MONTAGE

BUYS BALLOTSTRAAT 9, 5916PC VENLO
 +49 (0) 211-93670214 | SALES@GARTENLUX.EU | WWW.GARTENLUX.EU

GartenLüx hat auch am Wochenende von 9:00 bis 17:00 Uhr für Sie geöffnet. Wir erstatten Ihre Spritkosten beim Kauf einer Terrassenüberdachung.
 * Gültig bis 18.10.2022. Die Bedingungen und Konditionen finden Sie unter www.gartenlux.eu. Alle Angaben ohne Gewähr - Irrtümer, Druckfehler, Abbildungen und Änderungen vorbehalten!