

Innenstadt

EXPRESS

Die Woche

25./26. November 2022 | 47. Woche | 1. Jahrgang

17-Meter-Mega-Anzeigetafel

Foto: DB AG

Neues Gesicht für
den Hauptbahnhof

Rechtsanspruch bleibt oft unerfüllt

Foto: Kathleen Rekowski - stock.adobe.com

1500 Kölner Kids
ohne Kita-Platz

Finanzspritze für Bürgerhäuser und Zentren

Köln. Der Rat der Stadt Köln wird in seiner nächsten Sitzung am 8. Dezember über weitere finanzielle Hilfe für die Kölner Bürgerhäuser und -zentren in freier Trägerschaft entscheiden.

Diese finanziellen Hilfen in Höhe von insgesamt 312680 Euro sollen den Betrieb der Häuser und die entsprechenden Beschäftigungsverhältnisse sichern. Die Auswirkungen der Corona-Pandemie seien nach wie vor zu spüren. Insbesondere im ersten Quartal 2022 gab es hohe Einnahmeverluste bei den Raumvergaben. Veranstaltungen und Vermietungen konnten nur mit erhöhtem Personalaufwand (unter anderem: Kontrolle der 3-G-Regelung, Maskenpflicht, Beschränkungen der zugelassenen Besucherzahl) stattfinden.

Wie bereits während der coronabedingten Schließungen werden auch weiterhin digitale Formate, telefonische Sozialberatungen und Nachbarschaftshilfen zusätzlich angeboten. Neben den inzwischen wieder möglichen persönlichen Ansprachen und Veranstaltungen wird so auf die Bedarfe der Menschen in den Veedeln reagiert.

So erreichen
Sie uns

EXPRESS
Die Woche

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-Aknahme:
02232/945200
privat@express-die-woche.de

Kölner Konditor-König nun offiziell Deutschlands Nummer 1

Der perfekte Pâtissier

3000 Konkurrenten

Wo Sie kosten können

Rezepte im Innenteil



Foto: Alexander Büge

Lieferengpässe bei Fiebersäften und Blutdruckmitteln

Apotheken schlagen Alarm

Köln. Deutschlands Apotheken beklagen anhaltende Lieferengpässe bei einer Reihe von Medikamenten. Darunter sind Fiebersäfte für Kinder, Magensäureblocker, Hustensäfte und Blutdruckmittel. Die Probleme hätten in den vergangenen Monaten zugenommen, sagt der Vorsitzende des Apothekerverbandes Nordrhein, Thomas Preis: „Die Lage ist schlimm.“

Der Grund für die Engpässe: Laut Apothekerverbänden hängt die angespannte Lage mit dem „enormen Kostendruck im Gesundheitswesen“ zusammen. Um Geld zu sparen, setzten Hersteller auf eine Produktion in

Asien. Falle dort allerdings eine Charge aus oder der Schiffs-transport verspäte sich, habe das Folgen für das hiesige Angebot.

Aber: Engpässe bei Arzneimitteln gibt es in Deutschland immer wieder. Für Apotheken sind sie ein Ärgernis, da sie für Patienten Alternativen zu Medikamenten finden oder teilweise selbst herstellen müssen. Das ist aufwendig, teuer und nicht für jede Apotheke zu leisten.

Das Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM) führt derzeit etwa 300 Meldungen zu Lieferengpässen auf – bei rund 100000

zugelassenen Arzneimitteln in Deutschland. Bei zehn Wirkstoffen ist die Lage kritisch.

Für viele knappe Medikamente gibt es allerdings Alternativen. Ein Lieferengpass müsse nicht gleichzeitig ein Versorgungsengpass sein, betont die Behörde.

Eltern, die beispielsweise auf der Suche nach Paracetamol- oder ibuprofenthaltigen Fiebersäften für Kinder sind, werden im schlimmsten Fall nicht darum herumkommen, mehrere Apotheken aufzusuchen, um an das benötigte Mittel zu kommen. Gleiches gilt für Patienten, die Blutdrucksenker mit dem

Wirkstoff Valsartan benötigen. Zu den Mitteln, die sich auf der Liste des Bundesamtes wiederfinden, gehören außerdem sehr starke Schmerzmittel mit den Wirkstoffen Oxycodon, Fentanyl und Morphinsulfat.

Darüber hinaus gibt es eine Reihe von Antibiotika, wie Amoxicillin, Mitomycin oder Phenoxymethylpenicillin, bei denen es Liefer- oder Produktionsprobleme gibt. Patienten mit akuten oder chronischen Entzündungen dürften die Probleme bei Mitteln mit den Wirkstoffen Hydrocortison, Prednisolon oder Dexamethason bekommen.



Lieferengpässe zwingen Patienten zur Nutzung von alternativen Arzneimitteln.
Foto: Viewfinder - stock.adobe.com

EXPRESS
Die Woche

IMPRESSUM
Wochenzeitung für die Stadt Köln mit 11 Teilausgaben

Verlag:
Kölner Anzeigenblatt GmbH & Co. KG
Amsterdamer Straße 192, 50735 Köln
Geschäftsführung: Michael Rausch, Hans Peter Zimmermann

Mediaverkauf:
MVR Media Vermarktung Rheinland GmbH
(ein Unternehmen der Kölner Stadt-Anzeiger Medien)
Amsterdamer Straße 192, 50735 Köln
Team Regional Tel.: (0221) 224 2586
mediaverkauf-regional.koeln@dumont.de
Verantwortlich für den Anzeigenteil:
Oliver Siegert, wohnhaft in Köln
Gültige Preisliste Nr. 1c ab KW 20/2022

Redaktion:
Creative DuMont Rheinland GmbH (ein Unternehmen der Kölner Stadt-Anzeiger Medien), Amsterdamer Straße 192, 50735 Köln
Alexander Kuffner (Leitung und VisDP, wohnhaft in Niederkassel)
Holger Bienert
Alexander Büge
Serkan Gürlek

Zustellung/Vertrieb:
Rheinische Direkt-Werbung GmbH & Co. KG, August-Horch-Str. 10, 51149 Köln
Tel.: (02203) 1883-0 / Fax: (02203) 1883-88

Druckauflage: 521.496 Exemplare
Verteilte Auflage: 516.046 Exemplare (laut ADA 3. Quartal 2021), kostenlose Verteilung an die Haushalte in Köln

Druck:
DuMont Druck Köln GmbH & Co. KG (ein Unternehmen der Kölner Stadt-Anzeiger Medien)
Amsterdamer Straße 192, 50735 Köln
Für die Herstellung dieser Zeitung wird Recyclingpapier verwendet.

Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Bilder wird keine Gewähr übernommen.

Redaktionsschluss: Dienstags, 13 Uhr
Anzeigenschluss: Mittwochs, 13 Uhr (wenn nicht abweichend auf der Titelseite vermerkt)

Falls Sie dieses Produkt nicht mehr erhalten möchten, senden Sie bitte eine E-Mail an zustellverbot@rdw-koeln.de und bringen Sie bitte einen Aufkleber mit dem Hinweis „Keine kostenlosen Zeitungen“ an Ihrem Briefkasten an.

Weitere Informationen finden Sie auf dem Verbraucherportal www.werbung-im-briefkasten.de

BVDA
Bundesverband Deutscher Anzeigenblätter

ADA
Ausschuss der Anzeigenblätter
BVDA

Frühestens am 5. Dezember gibt es Konkretes

Energiekrise: Sportvereine warten weiter auf Klarheit



Kälter als 17 Grad soll es in städtischen Hallen im Winter nicht werden.
Foto: michaklootwijk - stock.adobe.com

Spediteure (m/w/d)
für die Auslieferung unserer Zeitungen gesucht!



Sie verfügen über ein oder mehrere Fahrzeuge mit einer Zuladung ab 1,4 Tonnen und können donnerstags und/oder freitags für uns tätig werden?

Senden Sie uns Ihre Kurzbewerbung per E-mail an: bewerbung@rdw-koeln.de

RDW Rheinische Direkt-Werbung GmbH & Co. KG - August-Horch-Straße 10 - 51149 Köln

RDW
Rheinische Direkt-Werbung

Jede Woche verteilen wir 12 verschiedene Anzeigenblätter im gesamten Großraum Köln-Bonn. Insbesondere für alle kleinen und mittelständischen Unternehmen sind wir seit Jahrzehnten ein zuverlässiger Werbepartner.

Aufgrund der Pandemie und der Energiekrise wissen viele Kölner Sportvereine nicht mehr, wie es weitergehen soll. Die gestiegenen Kosten machen ihnen zu schaffen, Mitgliederschwunde ebenfalls. Stadtsportbundchef Peter Pfeifer fordert von der Stadt deshalb klare Ansagen, wie Vereine finanziell unterstützt werden sollen. Doch eine gewisse Klarheit gibt es frühestens am 5. Dezember.

von ALEXANDER BÜGE

Köln. Zwar stellt der Stadtrat jeweils fünf Millionen Euro für die Jahre 2023 und 2024 bereit, um die finanziellen Mehrbelastungen zu kompensieren, doch dieses Geld kommt eben nicht nur den Sportvereinen zugute. Vielmehr sollen davon auch weitere Träger und Institutionen profitieren, die für die Stadt freiwillige kommunale Leistungen erbringen. Wie das Geld letztlich verteilt wird, ist mit Beginn der

kalten Jahreszeit aber immer noch nicht geklärt. „Derzeit werden die Rahmenbedingungen für die verwaltungsseitige Umsetzung dieser Hilfen, welche eine große Bandbreite freiwilliger Angebote in dieser Stadt betrifft, konzipiert. Die Fragen der genauen Ausgestaltung und damit auch der Aufteilung der Mittel befinden sich im Rahmen dieses Prozesses momentan in der Klärung“, heißt es vonseiten der Stadt. „Die Verwaltung wird in der kommenden Sitzung des Finanzausschusses am 5. Dezember zum Verfahrensstand berichten.“
Kalte Turnhallen sollen die Mitglieder der rund 650 Kölner Sportvereine aber in keinem Fall erleben. „Während für Unterrichtsräume in Schulen eine Soll-Temperatur von 20 Grad Celsius gilt, ist für Turn- und Gymnastikhallen aufgrund der sportlichen Aktivitäten in den Hallen eine Temperatur von 17 Grad Celsius ausreichend“, heißt es von der Stadt weiter.

„Diese Temperatur wird sowohl während der Nutzung durch die jeweilige Schule als auch durch die Vereine eingehalten.“
Für Vereine, die nicht städtische Hallen nutzen, gilt dieser Richtwert allerdings nicht

zwangsläufig. Wie sie die Energiekrise überstehen sollen, ist weiterhin unklar. Entsprechend gespannt werden vor allem diese Klubs am 5. Dezember auf den aktuellen Verfahrensstand blicken.

Lesen Sie im Sonntag-EXPRESS

Guter Rat für guten Schlaf



So kommt Deutschland nachts zur Ruhe

Neue Rezepte mit alten Gemüsesorten



Kohl & Co. feiern ein echtes Comeback

schnell. schneller. **Sonntag EXPRESS**

GARTENLUX®
TERRASSENÜBERDACHUNGEN VLO



BLACK FRIDAY

GEWINNEN SIE IHREN KAUFPREIS ZURÜCK!

BIS ZU
25% RABATT*

BEIM KAUF EINER
TERRASSENÜBERDACHUNG

Montage innerhalb von 6 Wochen möglich!

BIS ZU
30% RABATT*

BEIM KAUF EINER
TERRASSENÜBERDACHUNG MIT SEITENWÄNDEN

BIS ZU
35% RABATT*

BEIM KAUF EINES KOMPLETTEN
KALTEN WINTERGARTENS

UNSERE **ÜBERDACHUNG MIT GLASDACH** IST IDEAL!
5,06 m x 3,00 m, auf 2 Pfosten

€3.699,-*
INKLUSIVE MONTAGE

KAUFEN SIE IHRE TERRASSENÜBERDACHUNG WÄHREND UNSERES BLACK FRIDAY-WOCHENENDES UND NUTZEN SIE DIE CHANCE, IHREN KAUFPREIS

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

Gartenlux hat auch am Wochenende von 9:00 bis 17:00 Uhr für Sie geöffnet. Wir erstatten Ihre Spritkosten beim Kauf einer Terrassenüberdachung.
* Gültig bis 29.11.2022. Die Bedingungen und Konditionen finden Sie unter www.gartenlux.eu. Alle Angaben ohne Gewähr - Irrtümer, Druckfehler, Abbildungen und Änderungen vorbehalten!

17-Meter-Mega-Anzeigetafel

Köln/Hbf mit neuem „Gesicht“



Die alte Anzeigetafel vom Kölner Hauptbahnhof (kl. Foto) hat ausgedient, die neue ist nun in Betrieb. Foto: Deutsche Bahn AG

VON AYHAN DEMIRCI

Köln. Der Kölner Hauptbahnhof gilt insgeheim als das 87. Veedel: Immer was los, immer was Neues. Und gefühlt hunderttausende Menschen täglich auf der Durchreise oder auch beim Shoppen.

Zurzeit gibt es einige gravierende Veränderungen – das beginnt gleich in der Empfangshalle. Eine imponierend große, digitale Anzeigetafel hat die alte Technik nach 16 Jahren ersetzt. Eine Bahnsprecherin erklärte: „Die Anzeigetafel besteht aus insgesamt fünf Zuginfo-Monitoren und ist mit einer Gesamtlänge von über 17 Metern größer als die vorherige Anlage.“

Dadurch können die nächsten 50 abfahrenden Züge angezeigt werden – und damit

deutlich mehr als mit dem vorherigen System. Ein weiterer Vorteil ist die bessere Lesbarkeit der Tafel, da sich mit dem Tausch der Anlage auch das Layout und die Schriftgröße geändert haben.“

Insgesamt hat die Deutsche Bahn rund eine halbe Million Euro in die Modernisierung des Systems investiert. Die alte Anzeigetafel dient laut DB zukünftig als Ersatzteilspeicher für Anzeigetafeln an anderen Bahnhöfen.

Es gibt noch weitere Änderungen, die die Colonaden betreffen.

Die Buchhandlung Ludwig (mit nationaler Presse) hat die Räumlichkeiten im Norden des Bahnhofs wie lange angekündigt geräumt und ist in die ehemalige McPaper-Filiale den Gang runter gezogen.

Damit ist der Weg frei für die Bundespolizei, die in die ehemaligen Räume der traditionsreichen Buchhandlung (schon seit 1948 im Hbf) zieht. Die Eröffnung ist für Frühjahr 2024 geplant. Zurzeit ist die Behörde in der Containerwache am Breslauer Platz untergebracht.

Die beliebte Espressobar Segafredo steht nach Komplettumbau vor der Neueröffnung – in völlig anderem Look. Auffällig sind die roten Hocker und die weiße Theke, insgesamt ist alles sehr hell gehalten.

Zwei Neuerungen betreffen die KVB-Bereiche am Hauptbahnhof. In der Zwischenebene, dem Abgang zur U-Bahn-Station Dom/Hauptbahnhof, werkeln Arbeiter gerade an einem neuen, großen Servicepoint für die Kunden.

Austausch über Demenz

Köln. Pflegende Angehörige von Menschen mit Demenz brauchen Entlastung. Die Malteser bieten einmal im Monat die Möglichkeit zum Austausch. Der Gesprächskreis trifft sich jeden 3. oder 4. Dienstag im Monat von 14 bis 16 Uhr. Die Veranstalter stehen mit Ratschlägen, Informationen und Tipps zum Umgang mit Menschen mit Demenz zur Seite. Die pflegenden Angehörigen können untereinander Erfahrungen austauschen und aus der Begegnung mit Menschen Kraft schöpfen. Ort: Malteser Schulungszentrum (Stolberger Straße 364). Anmeldung unter 0221/94 97 60 14.

Weihnachtliches Konzert

Köln. Das St. Marien-Hospital Köln lädt zu einem vorweihnachtlichen Konzertabend in die Kapelle des Krankenhauses (Kunibertskloster 11-13). An der historischen Klais-Orgel begleitet Gerhard Blum das Caspar-Ulenberg-Ensemble zu Werken von Johannes Brahms, Josef Gabriel Rheinberger, Charles Villier Stanford und anderen.

Das Konzert ist für die Besucher kostenlos. Es wird um eine Spende zugunsten des Vereins der Freunde und Förderer des St. Marien-Hospitals e. V. gebeten. In der Kapelle und im Krankenhaus besteht durchgängig Maskenpflicht (FFP2).

Advents-Kultur „Rudolph“

Köln. Der Förderverein des Jugendzentrums Bauspielplatz Friedenspark im alten Fort I in der Südstadt (Bauspielplatz Friedenspark, Hans-Abraham-Ochs-Weg 1) lädt am 27. November von 12 bis 18 Uhr zur Advents-Kultur „Rudolph“ ein. Es wird Handwerker-Stände mit Selbstgemachtem geben, und der Verein bietet Kaffee, Waffeln und Kuchen und eine Bastelaktion für Kinder an. Wer Schönes häkeln, klöppeln, nähen, stricken, schreineren, basteln, einmachen, backen, fädeln oder filzen kann, kann sich noch per E-Mail an bauifoerderung@web.de für einen Stand anmelden.

Pilot für einen Tag

Flugsimulator-Zentrum Köln

Airbus A320 und Hubschrauber

Einzel- oder Gruppenevent

Durchgeführt von erfahrenen Fluglehrern

Buchung & Infos:
0800 – 55009238
booking@yourcockpit.de
www.yourcockpit.de

Die Geschenk-idee

YOUR cockpit

Großer Advents- und Lemax-Verkauf

Jeden Sonntag geöffnet

LEURS Gartencenter

STRAßE 370 VENLO
WWW.GARTENCENTERLEURS.DE

Ihre Anzeigen auch online!

kleinanzeigenmarkt rheinland.de

Rathaus-Teppich: Käufer aus Dubai

Alle öffentliche Empörung, bitterböse Kritik an der Verwaltung seitens der Bürgermeister Elster und Hupke und sogar ein letzter Brief an Oberbürgermeisterin Henriette Reker halfen nichts: Im Auftrag der Stadt versteigerte das Kunsthaus Lempertz vier kostbare und historisch wertvolle Teppiche aus dem Rathaus, auf denen auch schon die Queen und US-Präsident John F. Kennedy standen. Für die unerwartet hohe Summe von 166 000 Euro!

VON PHILIPP J. MECKERT

Köln. Um 16.17 Uhr war es soweit. Die Nummern 481 bis 484 aus dem Lempertz-Katalog wurden aufgerufen: Vier einzigartige Perserteppiche, vor über 80 Jahren im Nordiran gefertigt.

Der Größte, der bei einem Aufruf von 22 000 Euro startete, hat 87 Quadratmeter Fläche und 400 Kilo Gewicht. Und ging für satte 80 000 Euro über den Tisch und geht nach Dubai. Der Käufer hatte sein Gebot per Telefon mitteilen lassen.

Lempertz-Chef Prof. Henrik Rolf Hanstein kommentierte das Ergebnis mit den Worten: „Da wird sich die Oberbürgermeisterin freuen.“

Der Kleinste (44 Quadratmeter) kletterte von anfangs 7500 Euro am Ende auf 46 000 Euro. Zwei weitere Teppiche erzielten



Schon Queen Elizabeth stand auf ihm. Nun ist der Perserteppich unter den Hammer gekommen. Foto: Archiv

40 000 und 11 000 Euro. Letzterer wurde trotz Gebot dann doch nicht verkauft.

„Das internationale Interesse ist sehr groß“, hatte Lempertz-Sprecherin Dr. Ingrid Gilgenmann vor der Auktion gesagt. Aber ebenso groß war der Aufschrei aus der Politik. Dr. Ralph Elster, Bürgermeister von Köln und kulturpolitischer Sprecher der CDU monierte im EXPRESS: „Das Kunsthaus Lempertz versteigert Kunst. Also sind die Rathaus-Teppiche Kunst. Und wenn die Teppiche aus dem Rathaus Kunst sind, dann ist der Kulturausschuss der Stadt Köln zuständig. Und muss entsprechend in den Vorgang einbezogen werden. Aber das ist nicht geschehen.“

Andreas Hupke, Bürgermeister Innenstadt, schrieb sogar noch vor der Auktion an OB Reker, dass die Mehrheit der Bezirksvertretung die Versteigerung stoppen will. Zudem wurde ein „Gemeinsamer Dringlichkeitsantrag“ („Kulturgut für Köln erhalten – die vier historischen Rathaussteppiche retten!“), unterschrieben von Vertretern von sechs Fraktionen, gefasst. Hupke

empörte sich zudem über „eine skandalöse Nichtbeachtung demokratischer Gremien, die vom Volke gewählt worden sind“.

Aber nicht nur das. Der Grüne wollte den Verkauf auch verhindern, weil die Teppiche eng mit der dunklen Nazi-Historie verknüpft sind. Denn die überdimensionalen Stücke wurden von 1937 bis 1942 für die Reichskanzlei und somit für den Kriegsverbrecher Hermann Göring gefertigt.

Mit dem Verkauf, so Hupke, würde die Stadt „die Möglichkeit geben, ein Originalstück von Nazi-Größen kaufen zu können. Vielleicht an Sammler, die sich dann diese Teppiche in ihre Schlösser legen. Das wäre dann wie in diesem Hitler-Streifen »Schtunk!«“.

Für reichlich Stunk will Hupke auch nach der Auktion sorgen. „Für uns ist das Thema noch lange nicht durch.“ Am Ende gingen die Teppiche für insgesamt 166 000 Euro weg. Abzüglich Provision für Lempertz dürften so mehr als 120 000 Euro in die Stadtkassen fließen. Die Stadt will die Summe in die Renovierung des Hansa-Saals investieren.

Sehen: Jahn! Hören: Jahn!

50% gespart

1 Glas geschenkt

Ohne Einschränkungen
für alle Brillengläser: Kunststoff, Gleitsicht, hohe Stärken, usw.

optik jahn
HÖRakUSTIK

TEST Bild
DIE BESTEN DER STADT
★★★★★ 2021
Konsumentenbefragung
Ausgabe 1/2021
OPTIK JAHN
HÖRakUSTIK
KÖLN
1. Platz
OPTIKER

50126 BERGHEIM Hauptstraße 13 Tel. 02271/44088
50321 BRÜHL Untstraße 102 Gieseler-Galerie Tel. 02232/569045
51103 KÖLN-KALK Kalken-Hausstraße 55 Köln-Arcaden Tel. 0221/35503860
51107 KÖLN-RATH Römershof-Straße 520 Tel. 0221/861872
51143 KÖLN-PORZ Hermannstraße 2 City-Center Porz Tel. 02203/977315
51465 BERGISCH-GLADBACH Hauptstraße 130 Rheinberg-Galerie Tel. 02202/1862477
53225 BONN-BEUEL Kreuzstraße 1 Tel. 0228/9738080
53879 EUSKIRCHEN Neustraße 11 Tel. 02281/76070

www.optikjahn.de info@optikjahn.de
Optik Jahn Hörakustik ist ein Angebot der Optik Jahn GmbH · Von der Witten-Straße 25 · 51149 Köln

Kölner Konditor-König nun offiziell die Nummer 1 in Deutschland

Der perfekte Patissier

Schokoladen-Törtchen, Edel-Pralinen, spezielle Teig-Kreationen. Patissier Fabian Scheithe (34) weiß genau, wodurch seinen Gästen das Wasser im Munde zusammenläuft. Und auch optisch machen seine Desserts eine Menge her. Nun ist der Kölner Konditor des Excelsior Hotel Ernst vom Restaurantführer Schlemmer Atlas bei einer großen Gala in Donaueschingen ausgezeichnet worden. Er ist aktuell der beste seines Fachs in ganz Deutschland.

VON ALEXANDER BÜGE

Köln. Und das ist mehr als bemerkenswert. Denn im gesamten Bundesgebiet wurden die Speisen von mehr als 3000 Patissiers von Fachleuten getestet und bewertet, natürlich unangekündigt und inkognito. „Man konnte sich nicht darauf vorbereiten. Vielmehr wird gerade die tägliche Arbeit bewertet“, sagt Scheithe. „Das macht die Auszeichnung zum Patissier des Jahres für mich umso wertvoller. Sie steht für die Arbeit meines gesamten Teams, das die Standards auch in meiner Abwesenheit hochhält.“

Tatsächlich entwickelt Scheithe seine Arbeit immer weiter, probiert mit seinen Mitarbeiterinnen neue Kreationen aus und hinterfragt diese permanent. Für die Herstellung einzelner Spezialitäten braucht Scheithe sogar drei bis vier Tage, wobei letzte Details erst einige Sekunden vor der Servierung vorge-

nommen werden. Entsprechend leidenschaftlich geht Scheithe jeden Arbeitstag zu Werke.

Kein Wunder also, dass sich schon in jungen Jahren abzeichnete, dass er als Konditor Karriere machen könnte. „Ich habe schon als Kind gerne mitgebacken. Schon damals war ich eher für das Süße zuständig“, erinnert sich Scheithe, der im Excelsior jedes Törtchen (ab zehn Euro) und jedes Dessert (ab 17 Euro) verantwortet. „Zudem war ich immer schon sehr kreativ, weshalb mein Vater damals zu mir meinte, dass man dies beim Beruf des Patissiers perfekt miteinander kombinieren kann.“

So machte er als 15-Jähriger im Cafe Hirsch auf der Dürener Straße sein erstes Praktikum in diesem Bereich. Es folgten eine Ausbildung zum Konditor, Auslandsaufenthalte in Österreich, der Schweiz, in England und auf zwei Kreuzfahrtschiffen sowie ein Studium an der Hotelfachschule in Heidelberg. Überall lernte er dazu und entwickelte sich weiter, ehe er im Jahr 2016 als Chef-Patissier des Excelsior Hotel Ernst in seine Heimatstadt zurückkehrte.

Nur sechs Jahre später ist der Kölner bereits die Nummer 1 in Deutschland, die er zukünftig unbedingt bleiben will. Denn noch nie konnte jemand den Titel Patissier des Jahres verteidigen. Und genau darauf legt es Scheithe nun an, mit weiteren außergewöhnlichen Kreationen, die bundesweit ihresgleichen suchen.



Beispielsweise bei einem Kaffee können die Kreationen von Scheithe jederzeit genossen werden. Auch die Desserts in dem Restaurant verantwortet er.
Foto: Büge



Das Team von Fabian Scheithe spornt sich gegenseitig zu immer neuen Höchstleistungen an.
Foto: Büge

Scheithes weihnachtliche Rezepttipps

Pekannuss Brownie

350g Zartbitter Kuvertüre
350g Butter
200g Eier
290g Zucker
100g Mehl Type 405
4g Backpulver
150g Pekannüsse

Zartbitter Kuvertüre und Butter separat schmelzen. Anschließend mischen und mit einem Pürierstab emulgieren. Zucker und Eier mit der Küchenmaschine oder dem Handrührgerät aufschlagen, bis die Masse ihr Volumen deutlich vergrößert und sehr hell

wird. Mehl und Backpulver zusammen abwiegen und sieben. Zunächst die Kuvertüre-Buttermasse zur Zucker-Ei-Mischung hinzufügen und gut verrühren. Anschließend Mehl und Backpulver unterrühren. Die Masse auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech verteilen und die gehackten Pekannüsse gleichmäßig darauf verteilen. Im vorgeheizten Backofen bei 180°C Ober- Unterhitze ca. 25 Minuten backen. Etwas auskühlen lassen und in die gewünschte

Form schneiden oder ausstechen.

Vanille Creme Chantilly

300g Creme Double
50g Sahne
60g Puderzucker
1 Vanilleschote
Abrieb von einer Bio-Zitrone

Puderzucker sieben, dann alle restlichen Zutaten mit der Küchenmaschine oder dem Handrührgerät zu einer stabilen Creme aufschlagen. Vorsicht, nicht überschlagen!

Anschließend die Creme auf den Pekannuss Brownie aufdressieren.

Voilà, guten Appetit.



Foto: wirestock-stock.adobe.com

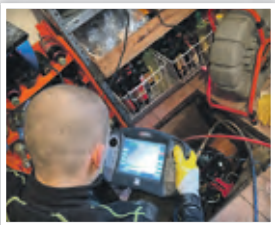


DIE ABFLUSSMEISTER

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 25.11. bis 02.12.2022

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: dieabflussmeister@gmail.com



Ihr Marktplatz







Auch online unter 




Zuverlässige

Reinigungskräfte (m/w/d)

für Büroreinigung nach **Köln-Zentrum**,
Nähe Hauptbahnhof gesucht.

Arbeitszeit Mo.-Fr. für 2,5 Std. (Schlüsselstelle).

Tel. 0 22 06 / 8 30 09



Wir suchen für ab sofort eine
Aushilfe (m/w/d) auf geringfügiger Basis,
38 Std./Monat,
Mo, Mi + Fr je 2,5 Std.
für das **Altenheim St. Anno**
Ansprechpartner: Frau Cerimi
Tel.: 0177-7330822

Wir suchen für unser Dentallabor in Porz-Urbach u. Lohmar

eine/n Zahntechniker/in
eine/n Mitarbeiter/in

für Abrechnungen (Labor u. Praxis)

Dentaltechnik Müller, Frankfurter Str. 523, 51145 Köln
Mobil: 0151 / 109 18 384

PROFIS UND QUEREINSTEIGER WILLKOMMEN!

Gesucht werden

Fahrer (m/w/d)

auf Minijob-Basis oder gerne auch als Nebentätigkeit.

Die Tätigkeit umfasst den Patiententransport zu medizinischen Einrichtungen in Roll- und Tragestühlen.

Du hast einen freundlichen, kompetenten und verantwortungsbewussten Umgang mit hilfebedürftigen Menschen und hast die Souveränität auch schwierige Situationen ruhig zu meistern. Du fährst sehr gerne Auto – dann starte in unserem Krankenfahrteam!

Du bist ...

- körperlich uneingeschränkt und fit
- mindestens 2 Jahre im Besitz der Führerscheinklasse B
- Dein Führungszeugnis enthält keine Einträge
- die deutsche Sprache rundet Dein Profil in Wort und Schrift ab

BEWERBE DICH JETZT!

0 22 36 / 33 12 12 · HPL Krankenfahrteam



McDonald's Kinderhilfe

In der McDonald's Kinderhilfe Stiftung engagieren wir uns seit 1987 für die Gesundheit und das Wohlergehen von Familien in Deutschland. In 22 Ronald McDonald Häusern und 6 Ronald McDonald Oasen in der Nähe von Kinderkliniken bieten wir Rückzugsorte in schweren Zeiten. Unser Team setzt sich mit viel Engagement und Herz für Familien schwer kranker Kinder ein - sind Sie dabei?

Hausleitung (m/w/d)

Im Ronald McDonald Haus und der Oase Köln tragen Sie Ihren Teil dazu bei, dass Familien ein »Zuhause auf Zeit« und eine Auszeit vom Klinikalltag finden. Wir suchen Sie ab sofort, zunächst befristet auf 2 Jahre, mit Aussicht auf Übernahme.

IHRE AUFGABEN

- Leitung eines Teams von 3 hauptamtlichen und einem Team ehrenamtlicher Mitarbeiter
- Fundraising: Einwerben der Ressourcen für den Betrieb des Ronald McDonald Hauses und der Oase
- Planung, Organisation und Durchführung von Projekten, Events und Kampagnen
- Durchführung der Presse- und Öffentlichkeitsarbeit
- Budgeterstellung und laufende Überwachung
- Gelegentliche Übernahme von Wochenend- und Bereitschaftsdiensten

WAS SIE MITBRINGEN

- Abgeschlossenes Hochschulstudium
- Ausgeprägte Erfahrungen im Bereich Fundraising
- Fundierte PR-Erfahrung
- Management- und Führungserfahrung
- Hohes Engagement und Einfühlbarkeit
- Stärke im strategischen Denken und zielorientiertem Handeln
- Stilsicheres Auftreten zur Repräsentation des Hauses und der Stiftung
- Freude am Arbeiten im Team
- Als Partner des Gesundheitssystems benötigen Sie den laut §20a IfSG notwendigen Nachweis über eine Immunisierung gegen das SARS-CoV-2-Virus

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
- Über 35-jährige Erfahrung im gemeinnützigen Bereich

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

Frau Isabell Möllner
Abteilungsleiterin Personal
Heinz-Goerke-Str. 31, 81377 München
traumjob@mdk.org
www.mcdonalds-kinderhilfe.org

Stellenangebote

Als Pflegekraft (m/w/d) bei Felten: Sicheres Gehalt, Dienstplan nach Wunsch, bis zu 30 Tage Urlaub. Lern uns kennen: 0221-57143015 o. jobs@felten.de

Aufsicht (w/m/d) für Spielhalle gesucht! Der Spielpalast in Köln-Dünnwald, Porz-Urbach, Subbelrather Str. sucht neue Mitarbeiter. Abwechslungsreiche Aufgabe für freundliche, flexible und zuverlässige Menschen ab 25. Gerne auch ohne Erfahrung. Tarifliche Entlohnung für angenehme Tätigkeit. Schichtarbeit in Vollzeit, und Teilzeit. Spaß an Teamarbeit, Flexibilität und gute Deutschkenntnisse werden vorausgesetzt. Ein tolles Team und individuelle Schichtpläne erwarten Sie. Anfragen und Bewerbungen an: 0160-93859486 SMS, WhatsApp und Voice-mail auch erwünscht (11-23 Uhr).

Aushilfe (m/w/d) Bereich Thekenkraft + Spüler auf 450 € Basis gesucht, in fo@bierhaus-salgass.de **0221 - 8001900**



Auslieferungsfahrer (m/w/d) für Lunchpakete in Köln 50767, ab sofort in Voll-, Teilzeit oder als GFB-Kraft gesucht. Kontakt: Primus Service GmbH, Olaf Büchner: 0221-97707127 Weitere Infos unter: www.primus-service.de/karriere/stellenangebote

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

Buchhalter (w/m/d), in der Immobilienwirtschaft, für die Erstellung von Nebenkosten- und Hausgeldabrechnungen. Ihre Bewerbungsunterlagen senden Sie bitte an: Blum+Partner Immobilien GmbH, Neufelder Str. 19, 51067 Köln, oder: info@blum-partner.de, ☎ 0221-297709-0

Damen für Erotik-Hotline in Köln gesucht. Reine Telefonfertigkeit. Guter Verdienst. Infos unter: 0221-964464218

Erfahrene Reinigungskräfte mit FS auf Minijob/ Teilzeit gesucht. 0152-54071596

Erkrankte Frau sucht liebevolles Zuhause bei Familie, Paar, weibl. Einzelperson (älter als 50 Jahre). ☎ 0175-8231548

Exam. **Pflegepersonal** für Tag- u. Nachtdienste im Intensivbereich zu Topkonditionen mit flexiblen Arbeitszeiten gesucht Tel. 0177-7875900

Examierte und angelernte Pflegekräfte m/w/d in unbefristeter Anstellung gesucht! Dienstplan nach Wunsch, fairer und transparenter Umgang miteinander, gute Bezahlung, Jobticket/Fahrgeld und ein echt nettes Team warten auf Sie! EPOS Medical ☎ 0221-292190120, med.koeln@epos-services.com

Fahrer (m/w/d) für 3,5 t & 7,49 t in Vollzeit für Getränkeauslieferung gesucht. ☎ 0171-7827071

Fahrer gesucht für Kurierdienst, mit Führerschein (3,5t) in Vollzeit. ☎ 0152-56485502

Friseur (m,w,d) Vollzeit für EKZ Chorweiler gesucht, 5 Tage-Woche. Coiffeur Zander. Tel.: 0172-2904758

Friseur Kopfsalat in Köln-Sülz sucht motivierte **Friseure** (w/m/d) die Spaß an trendorientierter Arbeit haben. Möchtest Du Teil in unserem Team werden? Dann melde Dich telefonisch ☎ 0171-5769805

Glas- und Gebäudereiniger mit oder ohne Ausbildung, Führerschein Klasse B erforderlich in Vollzeit Mo.-Fr. 0160-7161021 oder 170-7981125

Groove Bar sucht musikbegeisterte Porzer/ in zur Verstärkung des Thekenteams. Arbeitszeit 1-2 x am Wochenende abends. kontakt: info@groove.bar

Hausmeisterunterstützung, Führerschein in Köln auf 520,- €. 0173-2549161

Lagerist (m/w/d) in Vollzeit für Getränke-handel gesucht. ☎ 0171-7827071



Fahrer / Lagerist (m/w/d) für GaLa-baubetrieb gesucht. Ihre Aufgabe: Baustellenbestückung, Lager und Instandhaltung. Voraussetzungen: FS C/CE, Flexibilität, Zuverlässigkeit, Teamplayer. Sie fahren sicher und können Baumaschinen verladen. Wir bieten: festen Arbeitsplatz, sympathische Kollegen leistungsgerechte Bezahlung. Bewerbungen an Grünkonzept e.K. z.H. Herrn Thomas Esser, An der Burg Sülz 15, 53797 Lohmar. www.gruen-konzept.net oder 02205 - 920 280



Für unsere Filiale in Köln-Deutz suchen wir Sie als **Modeberater (M/W/D)** auf 520 €-Basis. Sie lieben schöne Schuhe und möchten in einem kleinen Team Großes bewirken? Dann bewerben Sie sich unter jobs@riekerkoeln.de oder einfach anrufen unter: 0160-7419979

Haus Combüchen sucht einen handwerklich begabten Mitarbeiter (m, w, d), bevorzugt mit handwerklicher Ausbildung für allg. Hausmeistertätigkeiten, Instandhaltung, Reparaturen. Stellenumfang: Minijob/520,- € bis ca. 19,5 Stunden/Woche nach Vereinbarung. Bewerbungen bitte an Herrn Laberke: laberke@haus-combue.chen.de oder telefonisch unter 02202-29440.

Haus Combüchen sucht für das hauswirtschaftliche Team eine/n Hauswirtschafter_in/Hauswirtschaftshilfe für Wäscheversorgung, Küchen- und Reinigungsarbeiten. Der Stellenumfang beträgt 19,5 Stunden/Woche, ein bis zwei Samstage pro Monat. Bewerbungen bitte an Herrn Laberke: laberke@haus-combue.chen.de oder telefonisch unter 02202-29440.

Hausarztpraxis sucht ab sofort eine MFA, Teilzeit evtl. Vollzeit. Schriftliche Bewerbung an Herr Ntanguen, Mathildenstr. 81, 50679 Köln-Deutz. ☎ 0221-813469 oder ntanguen@web.de

Hausmeister (m/w/d) auf Minijob-Basis für unser Site.Inn Hotel in Frechen gesucht. Arbeitszeiten flexibel nach Absprache sowie unbefristete Anstellung. Bewerbung unter www.lindner-group.com/de_DE/karriere/stellenmarkt/

HEIM & HAUS sucht Mitarbeiter/-innen m/w/d für Beratung und Verkauf von Rolläden und Markisen. Reinhard Budick, Telefon 0176-63343435 od. 0152-22773824, www.heimhaus.de

Helfende Hände gesucht! Für unser Zahnmedizinisches Versorgungszentrum in Köln-Brück suchen wir ab sofort einen Mitarbeiter (m/w/d) auf Minijobbasis. Die Aufgaben beinhalten einfache Hausmeistertätigkeiten und Botengänge. Sie sind flexibel? Sie haben einen Führerschein Klasse B? Idealerweise ein Auto mit Anhängerkuppelung? Dann freuen wir uns über Ihren Kontakt. Per Mail: bewerbung@carree-dental.de. Telefonisch: 0221 - 789 513 024. Per Post: Carrée Dental MVZ GmbH, Am Klausenberg 1, 51109 Köln

Immobilienkaufmann/-fachwirt (w/m/d) zur Verstärkung unseres Teams im Bereich der WEG-/und Mietverwaltung suchen wir zum nächstmöglichen Zeitpunkt einen erfahrenen Mitarbeiter/-in. Bewerbungsunterlagen bitte an: Blum+Partner Immobilien GmbH, Neufelder Str. 19, 51067 Köln oder an: info@blum-partner.de, 0221-2977090

Kölner Innenstadt-Apotheke sucht Reinigungskraft, Mo-Fr 18.30 Uhr - 20.30 Uhr. ☎ 777/22783 Zuschriften an: Verlag Schlossbote/Werbekurier, Uhlnstr. 102, 50321 Brühl.

Köln-Ossendorf: Koch (m/w/d) VZ FREIE WOCHENENDEN Wir suchen Gastronomen, die Spaß an der Arbeit im Team haben. Die Produktion von hochwertigen Gerichten und die Einführung neuer Food Trends, gehören zum Tagesgeschäft in unserem modernen Betriebsrestaurant. Die Arbeitszeiten sind von Mo.-Fr. / kein Spätdienst. Sie erhalten Urlaubs- und Weihnachtsgeld, sowie die Bereitstellung und Reinigung der Arbeitskleidung und Zuschuss zum ÖPNV-Ticket. Bewerbung an: bewerbung@l-und-d.de / Tel: 0170-76 59 190.

Lagerarbeiter für übertariflich bezahlte Dauerstellung AGILIS-Zeitarbeit. ☎ 0221-234785

Lehrkräfte für Nachhilfeeinstitute nachmittags gesucht. ☎ 0221-97772296

Medizinische Fachangestellte/r für den Empfang einer großen, modernen Hautarztpraxis in Frechen gesucht. Freundliches Team, übertarifliche Bezahlung und pünktlicher Feierabend. Vollzeit oder nachmittags.praxis@dermatologie-frechen.de



Mitarbeiter für die Produktion sofort gesucht - übertarifl. Std.-Lohn. DICON ☎ 02241-70777

Mitarbeiter Lager (m/w/d) in 51149 Köln gesucht! Beschäftigung auf Minijob-Basis. Ihre Arbeitszeit gestaltet sich nach Vereinbarung, von Mo. - Fr. Bitte senden Sie Ihre Kurzbewerbung oder mögliche Rückfragen zur Position an: bewerbung@rdw-koeln.de

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

Objektleiter (m/w/d) - Gebäudereinigung in Vollzeit für den Kölner Raum gesucht! Bei Interesse melden Sie sich gerne unter den Rufnummern: 0221-95814583 oder 0176-45845095. Ihre Roland Gebäudereinigung!

Pferdepfleger (m/w/d) Wir suchen ab sofort freundliche und zuverlässige Unterstützung für unseren Dressurstable in Porz. Das Aufgabengebiet umfasst Pferdepflege, Longieren, Paddock- und Führmaschinenservice sowie Organisation rund ums Pferd. Pferdeverstand und Erfahrung im Umgang mit Pferden setzen wir voraus. Teilzeit- oder auch Vollzeitjob möglich. Kontakt: 0175-5682588

Pflegedienstleitung m/d/w oder stellvert. PDL zu Topkonditionen mit flexiblen Arbeitszeiten gesucht Tel. 0177-7875900

Produktionsmitarbeiter (m/w/d) in Sankt Augustin für Tätigkeiten im Reinraum mit 2-Schicht in Vollzeit bei mittelständ. Medizinproduktehersteller gesucht, eine ausgeprägte Feinmotorik ist erforderlich. Ihre Bewerbung per Mail an bewerbung@humanoptics.com, mehr Informationen telefonisch unter 09131-50665-61 oder www.humanoptics.com/unternehmen/karriere/

Qualifizierte Unterstützung m/w/d als Materialfahrer und Springer für unseren Objektleiter in der Gebäudereinigung gesucht. Wenn Sie täglich mindestens 5 Stunden Zeit haben, einen PKW Führerschein besitzen(Auto wird gestellt) und Erfahrung in der Unterhaltsreinigung haben, sollten wir uns unterhalten! Fa. Eichenauer 0170/5628336

Reinigungskraft (m/w/d) Montag - Freitag 8:30 - 11:00 Uhr für Hotel in Köln gesucht. Bewerbung: Montag - Freitag 8:00 - 18:00 Uhr ☎ **02268 - 93 82 404, mobil: 0176-72736783**

Reinigungskraft (m/w/d) auf Minijobbasis oder mit Steuerkarte nach Köln-Kalk gesucht. Arbeitszeit: Montag und Freitag 6:00 bis 11:00 Uhr und Mittwoch 6:00 bis 8:00 Uhr. Telefonische Bewerbung bei Gebäudereinigung Wicharz, 0221-851143.

Reinigungskraft (m/w/d) auf Minijobbasis nach Köln-Vingst gesucht. Arbeitszeit: Montag bis Freitag ab 16:00 Uhr. Telefonische Bewerbung bei Gebäudereinigung Wicharz, 0221-851143.

Reinigungskraft (m/w/d) auf Minijobbasis oder mit Steuerkarte nach Köln-Kalk gesucht. Arbeitszeit: Montag und Freitag ab 16:30 Uhr. Telefonische Bewerbung bei Gebäudereinigung Orth 0221-937766-0.

Reinigungskraft (m/w/d) in Rodenkirchen-Weiß für ca. 6 Std. pro Woche ab sofort gesucht. ☎ 0179-5309791

Reinigungskraft (m/w/d) mit Steuerkarte nach Köln-Deutz gesucht. Arbeitszeit: Montag bis Freitag von 14:30 bis 17:45 Uhr. Telefonische Bewerbung bei Gebäudereinigung Wicharz, 0221-851143.

Reinigungskraft (m/w/d) mit Steuerkarte und auf Minijobbasis nach Köln-Gremberg gesucht. Arbeitszeit: Montag bis Freitag 6:00 bis 8:00 Uhr und 16:00 bis 18:00 Uhr. Telefonische Bewerbung bei Gebäudereinigung Wicharz, 0221-851143.

Reinigungskraft (Minijob) für Altenwohnheim in Köln-Brück gesucht. Arbeitszeit Montag-Freitag ab ca. 8:30 Uhr. Der Tariflohn beträgt 13,- €/Std. brutto. Voraussetzung: Vollständige Coronaschutzimpfung. Billecke GmbH. ☎ 0221-638464

Reinigungskraft auf Minijob-Basis als Urlaubvertretung nach Köln-Bilderstöcken gesucht. AZ: Montag bis Freitag ab 18:30 Uhr. ☎ Bewerbung bei Gebäudereinigung Orth, 0221-937766-0.

Reinigungskraft für Büro und Umkleidekabinen (1 Stunde täglich) im REWE Markt Einkaufszentrum Weiden, gesucht. Arbeitszeit kann über den ganzen Tag durchgeführt werden. Infos unter ☎ 0221-7904735, HS-Gebäudereinigung.

Reinigungskraft für Treppenhauserreinigung in Köln Merheim & Köln Dellbrück auf 520,- € Basis gesucht, 13,50 € Std. ☎ 02202-9277080

Reinigungskraft gesucht für die Unterhaltsreinigung Bürogebäude. Für unser Objekt, Siegburger Str. 241 in Köln, ohne Steuerkarte 1,5 Stunden täglich Mo.-Fr. AZ: 18:30-20:00, ab sofort ☎ 0160-7161021 oder 0170-7981125

Reinigungskräfte (m/w/d) mit Steuerkarte und auf Minijob-Basis nach Köln-Marsdorf gesucht. AZ: Montag bis Freitag ab 6:00 Uhr. Bewerbung bei Gebäudereinigung Wicharz, ☎ 0221-851143

Rettungssanitäter (m/w/d) kostenlose Qualifizierung. In ca. 3 Monaten danach Vollzeitarbeitsplatz im Kölner Krankentransport. Anfangsgehalt 2200 € + Zulagen. info: www.ambulanz-koeln.de

Studenten für Mega Events Messe Köln oder Lanxess Arena, Service oder Küche, Minijob-Basis oder Teilzeit gesucht! Infos gerne unter ☎ 0221-6209840 / hoesen@k3-services.de oder whatsapp 0176-84074109.

Suchen Reinigungskräfte m/w/d für ein Objekt in Köln Klettenberg ab sofort. Es stehen verschiedene Arbeitszeiten zur Auswahl: 1. Mo-Sa. in der Zeit von 6:00-7:30 Uhr. 2. Mo-Sa. in der Zeit von 8:00-9:15 Uhr. 3. Mo-Sa. in der Zeit von 6:00-7:00 Uhr. Wenn Sie gern auf Steuerekarte arbeiten möchten können Pos. 1 u. 2 auch zusammen ausgeführt werden. Eventuelle Fahrkosten können übernommen werden. Wir freuen uns über Ihren Anruf. Reinigungsservice Puderbach GmbH, ☎ 02602-1341260

Umzugsspedition sucht zur Verstärkung ihrer Teams Mitarbeiter mit einschlägiger Branchenerfahrung in Voll- oder Teilzeit. Domizilexpress 0221-29764008

Vorarbeiter/in gesucht für Unterhaltsreinigung. Wünschenswert mit Erfahrung in der Reinigung in Teilzeit Mo.-Fr. 16.00-20.30 Uhr. ☎ 0160-7161021 oder 0170-7981125

Dynamische/r kaufmännische/r Sachbearbeiter/in (m/w/d) für den Einkauf in einem jungen, austrebendem Team gesucht. Wir bieten eine zukunftsorientierte sowie krisenfesteste Dauerstellung in Vollzeit, Standort ist Dormagen, Bewerbung bitte an bewerbung@caroline.de

Wir sind ein junges Weingut und suchen jemanden mit Interesse an Wein und Spaß am Verkaufen, der für uns in Köln Kunden (Restaurants, Feinkostläden, Event-Locations etc.) sucht, besucht und findet. Arbeitszeit frei einteilbar. Wir freuen uns auf Ihren Anruf. ☎ 0171-8931715

Wir suchen zur Verstärkung unseres Teams eine freundliche Thekenkraft für einen Saunacub in Hennef. Info unter 02248-1529 und 0163-5758178

Wir suchen zuverlässige und erfahrene Reinigungskräfte (w/m/d) auf Minijob-Basis ab sofort für unser Objekte in Köln - Weiden (übertariflicher Lohn) Im Rhein Center. Arbeitszeiten: Montag-Samstag von 07:00 - 08:30 Uhr Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung bei der Firma Wisag telefonisch unter: 0162-2653599 oder 02234-936990

Zahntechniker (m/w/d) gesucht! Ausführliche Infos und Kontaktdaten: www.dental-labor-kroeger.de

Wir suchen in Vollzeit

Jungkoch & Verkaufsmetzger

(m/w/d)

Du bist mit Leib & Seele dabei?
Dann sende deine aussagekräftige Bewerbung an:

EDEKA Fischer & Nieder
Münsters Gäßchen 3 - 9
51375 Schlebusch
edeka-fischer-nieder@t-online.de

Reinigungskräfte (m/w/d) für unsere Objekte in **Köln-Godorf**
Montag bis Freitag
9.30 Uhr - 11.15 Uhr
Frechen
Montag, Mittwoch, Freitag
8.00 Uhr - 11.00 Uhr
Hürth
Montag bis Freitag
ab 17.00 Uhr
(Schlüsselstelle, gerne Ehepaar) gesucht
Nähere Informationen erhalten Sie bei:



Gebäudereinigung · Dienstleistungen
Tel.: (02 28) 24 99 870
bung.spilles@datevnet.de

Stellenmarkt

Auch online unter

YOURJOB.de

Bauen & Wohnen

Stellenangebote

Wir suchen zuverlässige und erfahrene Reinigungskräfte (w/m/d) auf Steuerkarte für unser Objekt in Köln (direkt am Dom). Arbeitszeiten: Montag - Freitag von 17:00 - 20:00 Uhr Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung bei der Firma Wisag telefonisch unter: 0152-37759435

Wir suchen zuverlässige und erfahrene Reinigungskräfte (w/m/d) im Bereich Spülküche für unser Objekt in Köln, Parkgürtel auf Steuerkarte und gerigfügiger Basis. Arbeitszeiten: Montag - Freitag ab 12:00 Uhr und ab 14:30 Uhr Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung bei der Firma Wisag telefonisch unter: 0152-37759435

Wir suchen zuverlässige und erfahrene Reinigungskräfte (w/m/d) auf Steuerkarte für unser Objekt in Köln-Deutz, Charles de Gaulle-Platz. Arbeitszeiten: Montag - Freitag von 5:00 Uhr - 08:00 Uhr Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung bei der Firma Wisag telefonisch unter: 0152-37759435

Zusteller (m/w/d) ab 13 Jahren gesucht! Auch reine Ferienjobs sind wochenweise möglich! Mehr Informationen unter www.zusteller-jobs.net oder telefonisch unter ☎ 02203-188399

Arbeitsgesuche

24 Stunden Pflegestelle gesucht . Tel. 0176-74060087

Altenbetreuerin, zertifiziert mit Demenzerfahrung, betreut liebevoll Senioren zu Hause, stundenweise ☎ 0157-53320864

Altenpflegerin im Vorruhestand sucht Haushalt und/oder Pflege. ☎ 0152-29053939

Biete Gartenarbeit aller Art. Preiswert & schnell mit Entsorgung ☎ 0157-82920783

Frau sucht Putzstelle in Porz. ☎ 0176-8649077

Frau sucht Putzstelle im Privathaushalt. ☎ 0157-52935542

Gärtner sucht Arbeit und macht den Herbstschnitt. ☎ 0152-18660949

Maler, zuverlässig, günstig. ☎ 0160-95506055

Malermmeisterin, kompetent, sauber, zuverlässig, auch kurzfristig. 0178-8369781

Polin mit Gewerbeschein sucht Putzstelle, auch einmalig. 0179-9723302

Putzfrau sucht Arbeit. ☎ 01578-2246075

Putzstelle gesucht, 4-5 Stunden, nur privat. ☎ 0221-80060734 oder 0172-5966410

Übernahme Gartenarbeit mit Entsorgung, aller Art. ☎ 0163-7034162

Zuverlässige Frau sucht Putzstelle, 0179-9223849

Zuverlässige, erfahrene Putzfrau sucht Stelle ☎ 0151-14130229

Zuverlässige
Reinigungskräfte (m/w/x)
mit dem Auge für Sauberkeit



ab sofort Steuerkarte gesucht.

Einsatzort:
LVR-Klinik Köln 51109 Köln-Merheim

Arbeitszeit:

Mo. – Fr. 5:00 – 11:00 Uhr
Sa. und So. nach Bedarf

Wir bieten Ihnen ein nettes Team,
eine betriebliche Altersvorsorge
und zusätzliches Urlaubsgeld

und freuen uns auf Ihren Anruf!
Mo.-Fr. 07:30-12:30 Uhr



Frau Inden / Herr Büttner
02 21 / 8 99 34 06

Arbeitsangebote

Austräger/Zeitungsusteller (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

Bügelhilfe umgehend gesucht, privat, guter Bahnanschluss, gute Bezahlung. ☎ 0151-53212907

Gebäudereinigung sucht, Reinigungskräfte in Minijob 520,00 €, Teilzeit und Vollzeit in Köln. Schlüsselstellen. Auf Erfahrung, Zuverlässigkeit, Führerschein sowie Teamfähigkeit legen wir großen Wert. Arbeitszeit Mo. - Fr. Std.-Lohn 13,00 €. Alles Nähere unter ☎ 0173-5688514.

Haushaltshilfe gesucht. ☎ 0177-7394390

Junger Mann für Firma in Festanstellung, guter Lohn, Führerschein, Porz-Eil ☎ 0173-9363506

Kantinenhilfen Minijob-Basis, Teilzeit oder Vollzeit für Köln gesucht. ☎ 0221-6209840 oder leitner@k3-services.de oder whatsapp 0157-71425860.

Mehrere Reinigungskräfte (m/w/d) für unser Objekt in Köln-Vogelsang auf Minijob-basis/Versicherungspflichtig gesucht. Bezahlung nach Tarif (13€/Std.) Nähere Information bei Frau Clever Tel. 0160-4107026

Putzhilfe gesucht, Köln-Buchforst. ☎ 0175-7863922

Reinigungskraft (m/w/d) mit Steuerkarte und auf Minijobbasis nach Köln-Lövenich gesucht. AZ.: Montag bis Freitag ab 6:00 Uhr und ab 15:00 Uhr. Bewerbung bei Gebäudereinigung Orth. ☎ 0221-9377660

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

Reinigungskraft m/w/d in Köln-Marsdorf Emmy-Noether-Str. auf Minijob-Basis oder Steuerkarte ab sofort gesucht. AZ: Mo-Sa 7:00-8:30 Uhr oder Mo-Sa. 7:00-10:00 Uhr Gebäudereinigung Schrey ☎ 02166-80021

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

Taxi/Mietwagenfahrer, m/w/d für unsere Schulfahrten und Behindertentransporte suchen wir noch zuverlässige Mitarbeiter/innen auf Aushilfs- oder Vollzeit Basis. (Auch ideal für Rentner geeignet.) Bewerbung jeder Zeit gerne an info@ck-ta.xi.koeln oder telefonisch unter: 0171-7014528.

Telefonist (m/w) auf Minijob-Basis für Köln-Longerich gesucht. Sie vereinbaren Termine für unseren Kundenberater. Bewerbung unter 0177-7584177.

Unternehmen aus Köln-Vingst sucht Aushilfe auf Teilzeitjobbasis für Fahrtätigkeiten, flexible Arbeitszeit, PKW-Führerschein, Tel. 0221-801938-25 oder 0173-2359230

Vollzeitjobs in Küche, Kasse oder Service MESSE Köln zu vergeben: ☎ 0221-6209840 oder sander@k3-services.de oder whatsapp 0157-56537069

Zeitschriftenzustellung, donnerstags, vormittags, mit eigenem PKW, Kilometergelderstattung, festes Liefergebiet, Daueranstellung auf Minijobbasis. Lesezirkel Feierabend, ☎ 0221-5994021.

Zuverlässige und erfahrene Reinigungskräfte in der Zeit von 18:00-20:00 Uhr in der Kölner Innenstadt gesucht. Bewerbungen: 0160-8866385, info@marx-gebäude-reinigung.de

Stellengesuche

Putzfrau sucht Putzstelle. ☎ 0176-21993699

Lernhilfe sucht
Lehrkräfte
für Einzelunterricht
für unsere Schulen in: Engelskirchen, Wiehl, Wipperfurth, Nümbrecht, Lindlar, Gummersbach, Overath, Rösrath, Bergisch Gladbach, Köln-Rodenkirchen, Troisdorf. Voraussetzung ist ein abgeschl. oder fast abgeschl. Studium.
Info unter: Tel. 0 22 02/9 42 42 92

Für den Flughafen Köln/Bonn
Mitarbeiter m/w
für die **Luftfrachtkontrolle** gesucht
Quereinsteiger werden sorgfältig geschult. Förderung der Schulung durch Agentur für Arbeit / Jobcenter möglich.
ASW GmbH
Mail: koeln@aswonline.de
Tel: 02203-988 660
Bitte Lebenslauf beifügen.

Klein`s 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

2. Bäcker (m/w/d)
in Tag- und Nachtschicht

3. Konditor (m/w/d)
in Tag und Nachtschicht

4. Versand- und Produktionshelfer (m/w/d)

5. Reinigungskräfte (m/w/d)
für die Produktion
Bewerbungen an

Herr Brockmann
0157-39597732
Falls nichterreichbar
02233-9633610
E-Mail: p.brockmann@kleins-backstube.de

Kleins Backstube,
Max-Planckstr. 42, 50354 Hürth

www.kleinsbackstube.de
Wir freuen uns auf Dich!

Ihre Anzeigen auch online!

YOURJOB.de
In Kooperation mit **stellenanzeigen.de**

Hausarztpraxis
in Bergisch Gladbach sucht
Arzthelferin
(m/w/d)
Telefon 0 22 02 / 5 33 88
farbostan@yahoo.de

Für unser Objekt in **SBK Köln (Boltensterstr.)** suchen wir ab sofort zuverlässige
Reinigungskräfte (m/w/d)
AZ: Mo.–Sa. ab 7 Uhr (Steuerkarte).
OPTI GmbH ☎ 0 22 03 / 36 91 40

Für unser Objekt in **SBK Köln (Hamborner Str.)** suchen wir ab zuverlässige
Reinigungskräfte (m/w/d)
für 3 Monate
AZ: Mo. – Fr. 4,5 Stunden täglich
OPTI GmbH ☎ 0 22 03 / 36 91 40

Klein´s Backstube
sucht
Bäckereiverkäufer/in
in Vollzeit/Teilzeit und
Aushilfen m/w/d
als **Bäckereiverkäufer** für
Köln-Rodenkirchen, Köln-Innenstadt, Köln-Weißhausstraße, Köln-Volkhoven und Köln-Chorweiler

Herr Nieswandt:
0160-98215932
u.nieswandt@kleins-backstube.de

www.kleinsbackstube.de
Wir freuen uns auf Dich!

Zuverlässige Reinigungskraft (m/w/x) mit dem Auge für Sauberkeit

auf Steuerkarte gesucht.

Einsatzort:
LVR-Klinik
Forensische Psychiatrie in Köln Porz

Arbeitszeit:
Mo.-Fr.: 05:00-11:30 Uhr
bei einer Vergütung
von 13,- Euro/Std.

Wir bieten Ihnen ein nettes Team, eine betriebliche Altersvorsorge und zusätzliches Urlaubsgeld

und freuen uns auf Ihren Anruf!
Mo.-Fr.: 07:30-12:30 Uhr

Frau Inden / Herr Büttner
0221 / 89 93-406

SBK Sozial-Betriebe-Köln
gemeinnützige GmbH

Gepflegt wohnen – und mehr.

Aushilfskräfte (m/w/d)
Seniorenfitnessstudio

Das Seniorenzentrum Riehl sucht ab sofort für sein Fitnessstudio KölnVital stundenweise Aushilfskräfte für leichte Aufsichtstätigkeiten. Eine begonnene oder abgeschlossene Ausbildung oder ehemalige Tätigkeit z. B. als Gymnastiklehrer*in, Physiotherapeut*in oder Sportlehrer*in ist erforderlich. Die Vergütung erfolgt auf Honorarbasis. Dauer und Häufigkeit der Einsätze erfolgen nach Absprache.

0221 7775-2009 · christof.odoj@sbk-koeln.de

www.sbk-koeln.de

Bauen & Wohnen

Badewannen - Neubeschichtung, schnell und preiswert, auch ohne Fliesenarbeiten, auch für Duschtassen, mit Garantie, Fa. Derichsweiler, Tel.: **0221 - 2598 1779**

Badsanierung, Fliesen, Sanitär, Heizung, Elektro (Meisterbetrieb), kompetent, zuverlässig, günstig (Bad Ausstellung), ☎ 0175-4018760

Bauunternehmen führt aus: Renovieren, Sanieren, Putz, Mauern, Malerarbeiten, Elektroarbeiten. ☎ 0157-77392797

Bauunternehmen Klimek, Meisterbetrieb für Innen- und Außenputz, Wärmedämmung, Hoch-, Tief-, Innenausbau usw. auch Kleinaufträge. 02686-9885347

Elektriker hat noch Termine frei. ☎ 0157-77392797

Maler, - und Bodenarbeiten sind kurzfristig möglich. 0221-20467902

Parkettprofi: Abschleifen, Reparaturen, Holztreppensanierung. ☎ 0221-2852085 - 0172-2056196

aktuell und regional
Rheinische Anzeigenblätter.de

Immobilien

Individuelle Massivhäuser

Beratung • Planung • Verkauf

Roswitha Maser
Immobilienökonom (ebs)

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

www.HELMA.de

Vermietungen Garagen

Holweide, Piccoloministr., Garage zu vermieten, 70,- ☎ 0178-2841949

Lagercontainer Porz, 6,0 x 2,5 m, trocken, 108,- €/mtl. ☎ 0171-6976135

Tiefgaragenstellplatz in Rodenkirchen zu vermieten! Ab 01.12.2022, Miete: 65 €, Kaution: 195 €. ☎ 02234-984830

Mietgesuche

Suche in Köln Zweizimmerwohnung, Stellplatz, Balkon. Kaltmiete 650. 0176-70335621

Umzüge

KristianUmzüge, Renovierungen, JobcenterKVA, Argefestpreis, Seniorenumzüge, Nachlässe, Wohnungsaufl., Entrümpelungen. 0221-96711176

Verkäufe Häuser

Erftstadt Friesheim - Hochwertiger Bungalow - umfassend saniert 2021 - Holzpelletheizung, ENEC C, 88,1 kWh, Wohnfläche ca. 203 m², Traumgrundstück von ca. 1300 m², 6 Zimmer, BJ 1964, Garage, KP 1.149.000 Euro, Käuferprovision 3,57 %. Für Ihre Fragen und Besichtigungswünsche stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung! Karin Geller Immobilien Bergisch-Gladbacher-Straße 984, 51069 Köln Dellbrück Tel.: 0221-9697930

Einfamilienhaus in ruhiger Lage

Peter Kittlaus IVD
Immobilien & Hausverwaltung

Köln-Porz/Eil ca. 200 m² Wfl., ca. 652 m² Grd., 2 Garagen, 895.000 € (Käuferprov. 3,57 %), E-Ausw. in Bearb. **Immobilien Kittlaus** ☎ 02241-127320 info@immobilien-kittlaus.de www.immobilien-kittlaus.de

Immobilien-gesuche

Abrisshäuser + Baugrundstücke gesucht! Provisionsfreie Direktvermittlung an unsere Bauherren. LUXHAUS Köln 0176-70760559

Architektenpaar sucht Grundstück oder Abrissgrundstück. ☎ 02241-1462328

Bender & Bender
- Immobilien Gruppe -

Auf Wunsch vermarkten wir Ihre Immobilie unter Ausschluss der Öffentlichkeit - **privat, vertraulich und diskret**. Rufen Sie uns an, wir beraten Sie gerne unverbindlich im Detail! Infos unter: www.bender-immobilien.de oder unter 02204/2904940.

Privat sucht ETW ☎ 02233-6198716
Suche Immobilie zur Altersvorsorge. 0177-8899456, andreas@tipse.de

Action Aldi	Matratzen Concord
Bären Apotheke	Media Park Apotheke
Boss	Merlin Apotheke
Bucheimer Apotheke	Mix Markt
Center Shop	Onlineprinters
E-Center	Immocito Real Estate UG
Eck Apotheke	Osternmann
Edeka	Pizza Company
Elefanten Apotheke	Pizza Team
Futterhaus	Polsterarena
Gartenstadt-Easy Apotheke	Bernskötter
Globus	REWE
Hansa Apotheke	Rossmann
Hit	Segmüller
IKEA	Sertürner Apotheke
Butzweilerhof	Stephanus-Apotheke
JYSK	Telekom Deutschland „Magenta Thursday“
Leder Jäger	Trinkgut
Lidl	Wiesel-Apotheke
Magazin Kölner Süden	

IPAS
Individuelle Pflege
Ambulant & Stationär

Wir suchen Dich!
exam. Pflegefachkraft
in Vollzeit oder Teilzeit
für unsere WG in Lindlar

Willkommensbonus 3.000 €

Dies erwartet Dich:

- ✓ eine attraktive Vergütung
- ✓ individuelle Dienstplangestaltung
- ✓ Weihnachtsgeld
- ✓ betriebliche Altersvorsorge
- ✓ vielfältige Fortbildungsmöglichkeiten
- ✓ Aufstiegsmöglichkeiten
- ✓ eine gemeinsame Vision mit langfristigem Ziel
- ✓ arbeiten in einem familiären Umfeld
- ✓ Kita-Zuschuss
- ✓ Fitnessstudio-Beitrag
- ✓ unterhaltsame Firmenevents

... und vor allem SPASS bei der Arbeit.

Bewirb Dich jetzt!

Oulustraße 19
51375 Leverkusen
0214-865 730 60
info@ipas-pflege.de
www.ipas-pflege.de

Scan mich!

MARKISEN-WINTER 2022
Beim Schenken an den Sommer denken!
Familienbetrieb seit 1949
FRANZ AACHEN
Zelte und Planen GmbH
Röhlfeldstr. 27 · 53227 Bonn-Beuel · Mo.-Fr. 8-17 Uhr, Sa. 9-13 Uhr

Vor Jahreswechsel und Preisanpassung in 2023
jetzt noch unsere aktuellen günstigen Preise sichern!
Anrufen & Termin vereinbaren
0228 - 46 69 89

Steuerberatung
TAX-JUR E.M.B.G.E.N.B.R.O.I.C.H
Rechtsanwalts-gesellschaft UG
Wir vertreten Ihre Interessen
Finanzbuchhaltung • Lohnbuchhaltung • Gewinnberechnungen • Jahresabschlüsse • Steuererklärungen • Einspruchsverfahren • Finanzgerichtsverfahren • Erbschaftsteuerrecht • Betriebsprüfungen • internationales Steuerrecht • allgemeine Steuerberatung • Vertretung in Steuerfahndungsfällen und Strafverfahren • Unternehmensform-Beratung • Existenzgründungsberatung • Land- u. Forstwirtschaft • Vertretung in Vollstreckungs- und Haftfällen • Sozialversicherungsprüfungen
In Alters- und Krankheitsfällen auch Hausbesuche möglich.
Im Mediapark 8 • 50670 Köln
Info: 0800 - 77 40 100 (kostenlos)



Chronisch lecker: Ernährung bei Asthma
Du bist, was du isst, lautet ein altbekanntes Sprichwort. Dass gesunde Ernährung den Körper und den Geist fit hält, ist für die meisten Menschen nichts Neues. Was viele jedoch nicht wissen: Mit der richtigen Wahl der Lebensmittel lassen sich sogar entzündliche Prozesse im Körper positiv beeinflussen. Das ist grundsätzlich für jeden, aber insbesondere für Menschen mit einer chronisch-entzündlichen Erkrankung wie Asthma wichtig. Unsere Mahlzeiten sollten also nicht nur gut schmecken, sondern den Körper vor allem mit lebenswichtigen Nährstoffen versorgen. Sobald wir essen, werden daher viele unterschiedliche Stoffwechselprozesse im Körper in Gang gesetzt – wobei einige Lebensmittel z. B. auf entzündliche Prozesse im Körper einwirken. Ernährungswissenschaftlerin Christiane Dölz bestätigt: „Es gibt Lebensmittel, die uns bei chronisch-entzündlichen Krankheiten dabei helfen können, gesünder zu werden.“
Dazu zählen beispielsweise fettreicher Fisch, pflanzliche Öle und sämtliches Obst und Gemüse. Auf der Website www.Asthma-Aktivisten.de klärt sie weiter über entzündungshemmende Lebensmittel auf. Außerdem finden sich dort Rezepte, die gemeinsam mit Profiköchin Maria Groß entwickelt wurden. Dabei stehen gesunde, möglichst regionale und saisonale Zutaten sowie eine unkomplizierte Zubereitung im Mittelpunkt – schnell, einfach und chronisch lecker!

©Sanofi
MAT-DE-2204739-1.0-10/2022

ANZEIGE

Herbstzeit ist Radiozeit Jetzt mit DAB+ genießen
Eigentlich hat Radio das ganze Jahr über Saison. Wenn aber die Tage immer kürzer und die Nächte wieder kühler werden, dann ist das Radio wie ein modernes Lagerfeuer. Es ist ein treuer Begleiter und erzählt Geschichten. Die Geschichten können wahr oder ausgedacht sein; sie können von Sport, Musik oder Wirtschaft handeln; sie laden immer zum Mitlachen, Miterleben und Mitfühlen ein.
DAB+ ist die neue Generation Radio
Wenn Sie Ihr „Radio-Lagerfeuer“ einschalten, stellen Sie sicher, dass Sie digitales DAB+ Radio hören. DAB+ ist der Nachfolger von UKW, voll digital und dennoch unabhängig vom Internet. Die Bedienung ist leicht und komfortabel. Mit einem DAB+ Radio stehen in Deutschland über 300 Sender zur Verfügung, regional bis zu 80, bundesweit gibt es 29 Programme. Entdecken Sie spannende neue Sender, die UKW nicht bietet.

Das Beste: Alle DAB+ Radios haben UKW inklusive. Überzeugen Sie sich von den Vorteilen und entscheiden Sie sich für ein DAB+ Radio. Alle Infos unter www.dabplus.de.
Geräte bereits ab 30 Euro
Gönnen Sie sich und Ihren Liebstes ein DAB+ Radiol DAB+ Radios sind zukunftsicher. Im Auto ist DAB+ z. B. bereits serienmäßig. Für zu Hause gibt es Geräte ab 30 Euro. Wechseln Sie jetzt auf digitales Radio. Die perfekte Auswahl finden Sie auf www.dabplus.store.


ANZEIGE

Trotz Rechtsanspruch gehen viele leer aus
Fehlende KiTa-Plätze
VON HOLGER BIENERT

In Deutschland gibt es viel zu wenig KiTa-Plätze.
Symbolfoto: Kathleen Rekowski - stock.adobe.com

Köln. Einen Rechtsanspruch auf einen Kitaplatz für Kinder ab einem Jahr gibt es bereits seit 2013. Vielen Eltern wird der im kommenden Jahr nichts nutzen. Gemessen am Betreuungsbedarf werden in Nordrhein-Westfalen knapp 102.000 Kita-Plätze fehlen (bundesweit 384.000). Zu dieser Einschätzung kommt eine Studie der Bertelsmann Stiftung. Um die Nachfrage zu decken, müssten nach der Berechnung für den bundesweiten Ländermonitor Frühkindliche Bildung rund 24.400 Fachkräfte eingestellt werden. Personalkosten würden sich um 1,1 Milliarden Euro erhöhen. Zumindest in der Theorie, denn es fehlt an Personal. Kommunen können neue Kitas nur teilweise öffnen, weil das erforderliche Personal fehlt. „Daher ist die Landesregierung gefordert, kurzfristig weitere Maßnahmen zu ergreifen“, sagt Tjark Sauer von der Gewerkschaft Verdi.

Problem. Auch in der Domstadt gibt es mehr offene Stellen als Bewerber. „Um ein verlässliches Betreuungsangebot sicherzustellen, müssen freie Stellen nachbesetzt werden“, teilt die Stadt auf Nachfrage von EXPRESS – Die Woche mit. Ein zentraler Baustein für mehr KiTa-Plätze sei daher die Erhöhung der Ausbildungsplätze. Zudem solle die Kindertagespflege weiter ausgebaut werden. In Köln fehlen zum Ende des Kita-Jahres

2022/23 insgesamt 1503 Betreuungsplätze. „Das liegt unter anderem daran, dass ein **„Jeder unmittelbare Betreuungswunsch kann erfüllt werden.“** Teil der Eltern ihren grundsätzlichen Betreuungswunsch nicht anmelden, eine Anmeldung aufschieben oder lieber auf einen Platz in bestimmten Wunsch-Einrichtungen warten“, so eine Sprecherin der Stadt Köln. Wichtig sei es, fest-

zuhalten, dass die geltenden Rechtsansprüche auf einen Betreuungsplatz erfüllt werden können. „Jeder unmittelbare Betreuungswunsch von Eltern, der an die Stadt herangetragen wird, kann erfüllt werden.“ Der Rechtsanspruch bedeutet nicht, dass dieser auch mit einem Platz in der Wunsch-Kita oder in einer Einrichtung in unmittelbarer Nähe zum Wohnort erfüllt wird. Dessen sollten sich Eltern bewusst sein.

Guerillaplakate mit Hoeneß

Das Plakat der Guerillaaktion am Heumarkt.
Foto: Dirk Borm

MULTI prosti®



Glutenfrei
Laktosefrei
Mit Steirischem Kürbiskernöl g.g.A.
DAS MÄNNLICHE KRAFTPAKET
ENTHÄLT SÄGEPALMENFRUCHT-, GRANATAPFEL-, GINSENGWURZELEXTRAKT, STEIRISCHES KÜRBISKERNÖL G.G.A., L-ARGININ, ZINK, SELEN & VITAMIN B6
www.multi.at
PZN: 16744228 | APOTHEKENEXKLUSIV
© Liubov - stock.adobe.com, 20221126_MPR_J_RheinscheA_01

Nikolausteier für Obdachlose
Köln. Seit mehr als 17 Jahren richtet die Dr. Peter Deubner-Stiftung zusammen mit der Diakonie Köln das Kölner Obdachlosen-Frühstück aus. Auch in diesem Winter gibt es genug Anlass, den obdachlosen und anderweitig bedürftigen Gästen Mut zuzusprechen. Denn sie sind von der Corona-Pandemie, der Inflation und auch von der Energiekrise in außergewöhnlich starkem Maß betroffen. Daher laden die Organisatoren am 3. Dezember ins Agnes-Viertel zu einer Open-Air-Nikolausteier auf den Hof der Alten Feuerwache Köln, Melchiorstraße 3. Neben einem kleinen Nikolausgeschenk gibt es Live-Musik und warmen Eintopf. Schirmherrin ist Elfi Scho-Antwerpes.