

EXPRESS

Die Woche

Ausgabe Kalk / Deutz / Mülheim / Rath / Heumar
3./4. November 2023 | 44. Woche | 2. Jahrgang

Drei Schwestern sorgen für Furore



Das talentierte Thai-Trio

Foto: Feyerabend

So erreichen Sie uns



Zustellung:
reklamation@rdw-koeln.de
Zur Online-Reklamation
den nebenstehenden
QR-Code mit
dem Smartphone scannen
oder direkt zu:
bit.ly/edw-zustellung



Private (Klein-)Anzeigen:
(0 22 32) 94 52 00
privat@express-die-woche.de

Gewerbliche Anzeigen:
(02 21) 224 25 86 / gewerblich@
express-die-woche.de

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

ANZEIGE

**(E-)BIKE
LAGERVERKAUF**
inkl. Gebrauchtradmarkt

04.11.23 | 9 - 15 Uhr

LESKAN Park Halle 41, Waltherstr. 49-51, 51069 Köln

Rosenmontagszug nur linksrheinisch

Köln. Der Kölner Rosenmontagszug wird 2024 wieder über die seit vielen Jahren bekannte Strecke verlaufen. Das heißt: Tschö, Schäl Sick!

Anlässlich des 200-jährigen Jubiläums des Festkomitees Kölner Karneval war der Zoch in diesem Jahr erstmals in Deutz gestartet und von dort über die Deutzer Brücke ins Linksrheinische gezogen. Das Ende lag an der Severinstorburg, wo gewöhnlich der Start ist. Schon damals hatte Zugleiter Holger Kirsch durchblicken lassen, dass es sich zunächst einmal um eine einmalige Sache gehandelt habe. Und dabei bleibt es wohl auch. Im kommenden Jahr wird der Höhepunkt der Karnevalssession wieder in der Kölner Südstadt starten und von dort den gewohnten Weg durch die Altstadt und City nehmen, wie eine Sprecherin des Festkomitees bestätigte.

Das „Betonauto“ wurde gerade saniert, bekommt einen neuen Platz

Kölns berühmter Klotz zieht um



Foto: Alexander Roll



In den vergangenen Wochen wurde die Skulptur unter einer Plane restauriert.
Foto: Martina Goyert

HARDECK.

DAS GELBE TICKET.

Ihre Chance auf eine gratis
Einrichtung. **Mit jedem
100. gelben Ticket** direkt an der
Kasse **Ihren Einkauf gewinnen.***

JEDER 100. EINKAUF GEWINNT

40721 HILDEN • Ellerstraße 100

*Veranstalter: Hardeck Möbel GmbH & Co. KG, Werner Hellweg 2-30, 44803 Bochum. Gewinnspielzeitraum: 30.10. bis 19.11.2023. Teilnahme: Neukauf (min. 5 €) im Einrichtungshaus oder auf hardeck.de. Ausführliche Teilnahmebedingungen unter hardeck.de gelbes-ticket.

Erry Stoklosa und Peter Brings dabei

Tommy und seine Weihnachtsengel

von DANIELA DECKER

Köln. Die kölsche Weihnachtsinstitution rund um Tommy Engel stellt ihr Publikum in diesem Jahr vor eine schwere Entscheidung, denn: Erstmals wird es zwei Stargäste und zwei Premieren geben.

In den ersten fünf Shows – Premiere ist am 24. November in der Motorworld am Butzweilerhof – wird Fööss-Urgestein Erry Stoklosa dabei sein, ehe Peter Brings übernimmt – des-

sen Premiere ist am 8. Dezember. Tommy Engel sagt: „Ich hatte ja schon viele Gäste dabei, aber nur die wenigsten konnten singen. Mit Erry und Peter stehen zwei Musiker mit mir auf der Bühne, die für mich zu den besten Sängern der Stadt gehören. Diese 13 Shows sind für mich wie eine Challenge, auf die ich mich total freue.“

Für Erry Stoklosa ist die Zusammenarbeit mit seinem ehemaligen Bandkollegen etwas ganz Besonderes: „Die fünf ge-

meinsamen Shows mit Tommy beschäftigen mich total. Nach 52 Jahren Fööss ist es für mich etwas vollkommen Neues. Ich bin überzeugt, dass mir am Premierenabend die Muffe geht.“

Ebenso sieht Peter Brings die acht gemeinsamen Shows mit Tommy Engel als eine große Herausforderung an: „Auch wenn meine Band jetzt beleidigt ist, aber mal nicht dieselben Köpfe um sich herum zu haben, ist schon klasse.“

Jetzt Heizkessel tauschen.

24-Std.-Notruf: 0 22 03 - 9 35 24 10

sanitherm
Peter Schumacher GmbH

51149 Köln (Porz) - Fuggerstr. 20 - Tel. 0 22 03/93 52 41 0 - Fax. 0 22 03/93 52 440
zentrale@sanitherm.de - www.sanitherm.de

Der „ruhende Verkehr“ wurde gerade saniert und erhält bald einen neuen Parkplatz

Kölns berühmter Klotz zieht um

So kennen die Kölner ihr Betonauto mitten auf dem Hohenzollernring. Doch dort wird es nicht mehr lange stehen. Foto: Alexander Roll

Den wichtigen Betonklotz mitten auf den Ringen dürfen die meisten Kölner kennen. Auch die Geschichte, dass darunter ein richtiges Auto versteckt ist. Generationen von Fußballfans bejubelten an und auf der Skulptur wichtige Siege des 1. FC oder der Nationalmannschaft. Derzeit ist der Klotz eingerüstet, wird restauriert. Und gleich danach wird er umziehen ...

Köln. Kölner Passanten in der Domstraße staunten vor fast genau 54 Jahren nicht schlecht: Am 2. Oktober 1969 parkte dort Künstler Wolf Vostell seinen Opel Kapitän vor einer Kunstgalerie am Straßenrand auf einem Holzpo-

dest. Und unmittelbar danach begannen Arbeiter, den Wagen mit Holz zu verschalen. Danach rückte ein Betonmischer an, der den Opel in seiner Verschalung komplett in Beton eingoss. Dabei lief der Motor des Kapitäns und auch das Autoradio dudelte.

Der Happening-Künstler Vostell war zufrieden. Seine provokante Aktion, die er als Kritik an der autogerechten Stadt und den Konsumräumen der Deutschen verstand, war ein voller Erfolg. Passanten regten sich gebühlich über diese Verschwendung auf und ein Verkehrshindernis für Parkende war die Betonskulptur mit dem Titel „Ruhender Verkehr“ außerdem.

Doch lange blieb es nicht in

der Domstraße stehen. Schon im Dezember 1969 bezog das Betonauto einen neuen Parkplatz auf dem Josef-Haubrich-Hof vor der Kunsthalle. 1989 beschloss die Bezirksvertretung Innenstadt schließlich den Umzug auf die Mittelinsel des Hohenzollernrings, gleich vor den „Filmpalast“.

Auch wenn dieser Standort dem ursprünglichen Gedanken von Vostell nicht gerecht wurde, das Betonauto auf einem bewirtschafteten Parkplatz abzustellen, wurde die Skulptur nicht zuletzt durch ihren prominenten Standort zu einem der bekanntesten Kunstwerke Kölns.

Der „Ruhende Verkehr“ ist inzwischen Teil der Sammlung des Museums Ludwig. Noch zusammen mit dem 1998 verstorbenen Vostell hatte sich das Museum dafür eingesetzt, die Skulptur in eine offizielle, bewirtschaftete Parkbucht zu stellen. Doch es mussten noch einige Jahre ins Land ziehen, bis die Bezirksvertretung Innenstadt im vergangenen Jahr auf Antrag der Grünen eine Umplatzierung beschloss.

Und bevor der Wunsch Vo-



In den vergangenen Wochen wurde die Skulptur unter einer Plane restauriert. Foto: Martina Goyert



In einer Parkbucht vor dem Kölnischen Kunstverein wird das Betonauto umziehen. Foto: Roll

bald an seinen neuen Standort umziehen – in eine reguläre Parkbucht vor dem Kölnischen Kunstverein in der Hahnenstraße. An einen Ort also, wo Vostell seine Skulptur ursprünglich immer sah.



Am 2.10.1969 begannen die Arbeiten zur Einbetonierung des Opels in der Domstraße. Foto: Screenshot WDR

stells endgültig erhört wird, bedarf es einer Restaurierung seines Werks. Diese wurde nun mit einem eigens installierten Baugerüst unter einer Plane in Angriff genommen. Eine Fachfirma aus Siegburg reinigte die Oberfläche, bearbeitete die teilweise freiliegenden Armierungen, entrostete Drähte, füllte Risse. Zum Schluss wird das Kunstwerk mit einer transparenten

Schutzlasur für sein weiteres Dasein im Kölner Straßenbild präpariert.

Laut einer Stadtsprecherin ist die Restaurierung am 3. November 2023 abgeschlossen. Solange wurden der Auto- und Radverkehr an der Baustelle am Mittelstreifen vorbeigeführt. Durch die Verlagerung der Fahrbahn

kam es zu einer Einengung der Radspur. Der Fußverkehr war nicht betroffen.

Und jetzt, wo der berühmte Betonklotz wieder frischem gemacht worden ist, kann er

Nur die Fußballfans müssen sich bei Jubelfeiern auf den Ringen künftig eine andere Empore zum Fahnen-schwenken suchen. (alk./mit red.)

ANZEIGE

XIAO bietet umfangreiches asiatisches Erlebnis- Buffet für jeden Geschmack

Außergewöhnliche Location für Weihnachtsfeiern – jetzt reservieren!

Die Zeit der Weihnachtsfeiern naht! Wer noch nach einem schönen Restaurant für die Feierlichkeiten sucht, könnte mit der Am Westufer 1 in Pulheim ansässigen asiatischen Systemgastronomie XIAO fündig werden. Das Restaurant verspricht seinen Gästen grenzenlosen Genuss bei außergewöhnlichem Ambiente mit spektakulärem Ausblick auf den Pulheimer See. Frei nach dem Motto „probiere, entdecke und genieße so viel du möchtest“, können sich die Gäste von XIAO jeden Tag ab 12.00 Uhr durch das asiatische Erlebnis- Buffet schlemmen. Montags bis freitags in der Zeit von 12:00 – 16:00 Uhr gibt es sogar einen besonderen Preis: **Nur 16,90 € p. Pers. kostet dann das Erlebnis-Buffet inkl. Live Grill.** Ab 16.00 Uhr und am Wochenende ganztägig wird der Preis des Abend-Buffets in Höhe von 24,90 € p. Pers. berechnet. An Feiertagen gelten die selben Öffnungszeiten und Preise, wie am Wochenende.

XIAO bietet mit seinen großzügigen Räumlichkeiten viele Vorteile für Feierlichkeiten und große

Gruppenreservierungen, beispielsweise im Rahmen von privaten oder geschäftlichen Weihnachtsfeiern. Die große und vielfältige Auswahl am Erlebnis-Buffet trifft garantiert jeden Geschmack. Darüber hinaus erlaubt der feste Preis p.P. eine **finanzielle Planbarkeit der Feierlichkeiten.**

Bis zu 200 Produkte gibt es auf dem umfangreichen Erlebnis-Buffet zu entdecken. Von Sushi über exotische Wok-Gerichte, frische Salate bis hin zum mongolischen Live-Grill, bietet XIAO viele Variationen für Fisch- und Fleischliebhaber sowie für Vegetarier und Veganer an. So sind über 60% der Produkte vegetarisch und 30% sogar vegan. Zudem setzt XIAO auf **die frische Zubereitung der Gerichte und verzichtet gänzlich auf den Einsatz von Glutamat,** wodurch die Speisen besonders bekömmlich und qualitativ hochwertig sind. Abgerundet wird das Geschmackserlebnis durch die umfangreiche Dessert-Bar, welche Eis, Kuchen, Cookies, köstliche Saucen, Toppings und frisches Obst serviert.

Bei allem Genuss setzt sich die Systemgastronomie aktiv gegen Food Waste ein und nutzt dafür die fortschrittlichste Technologie auf dem Markt: Eine künstliche Intelligenz mit eingebauter Kamera und Waage dokumentiert Lebensmittelabfälle und identifiziert so Einsparungspotenziale, wodurch Einkauf und Produktionsprozesse optimal angepasst werden. Außerdem können die Gäste zum Ladenschluss die übrig gebliebenen Speisen mittels der App „Too Good to Go“ vor der Entsorgung retten.

XIAO ist regional fest etabliert und erfreut sich an den Standorten in Marl, Gelsenkirchen, Oberhausen, Pulheim, Krefeld und Essen hoher Beliebtheit. Im November dieses Jahres wird ein weiteres Restaurant in Bornheim eröffnen, das sich nahtlos in die Philosophie und Anmutung der bestehenden Objekte einfügt.

Reservierungen können bequem online unter www.xiao-restaurant.de oder telefonisch unter +49 223 896 455 70 getätigt werden.

Öffnungszeiten und Preise:

Mo. - Fr.:
 12.00 - 16.00 Uhr, p. Pers. € 16,90
 16.00 - 22.00 Uhr, p. Pers. € 24,90

Sa. - So. & Feiertage:
 12.00 - 22.00 Uhr, p. Pers. € 24,90

Kinder bis 1,40 m Körpergröße:
 p. P. 11,90 €

bis 1,00 m Körpergröße:
 p. P. 5,00 €

im Kinderstuhl: gratis

XIAO Pulheim

Am Westufer 1
 50259 Pulheim
 Tel: +49 223 896 455 70

Weitere Informationen finden Sie unter:
www.xiao-restaurant.de

XIAO



Schulungskurs: Leben mit Demenz

Ostheim. Ein Leben mit Menschen mit Demenz ist eine besondere Herausforderung. Um die Situation für pflegende Angehörige zu erleichtern und um die Veränderungen des erkrankten Angehörigen besser zu verstehen, bietet der Landesverband der Alzheimer-Gesellschaften NRW e.V. in Zusammenarbeit mit der AOK Rheinland/ Hamburg und der Begegnungsstätte Paula-Dürre-Haus den kostenlosen Schulungskurs „Leben mit Demenz“ in Köln-Ostheim an.

In sechs Einheiten à 90 Minuten wird am 14., 21. und 28. November jeweils um 17 Uhr im Paula-Dürre-Haus (Heppenheimer Straße 7) die Möglichkeit gegeben, sich über die Erkrankung Demenz, Verhaltensformen der Erkrankung, den Umgang mit Menschen mit Demenz, die Bewältigung von Krisensituationen, rechtliche und finanzielle Unterstützungsmöglichkeiten sowie Entlastungsangebote für pflegende Angehörige zu informieren.

Um Anmeldung wird gebeten unter 0157/52951936 oder per E-Mail an pdh.koeln-ostheim@ekir.de.

Ballettschule feiert 20-jähriges Bestehen

Kalk. In diesem Jahr feiert die Ballettschule in Köln-Kalk ihr 20-jähriges Bestehen. Dieser besondere Anlass wird am 4. November ab 16 Uhr im Bürgerhaus Kalk gefeiert.

Zum Jubiläum gibt die Schule eine Vorführung des „Nussknackers“ zum Besten, getanzt in zwei Akten von den Ballett-Schülern. Einige von ihnen tanzen bereits seit 15 Jahren in der Kalker Schule. Als besonderer Gast ist Igor Siadzko mit dabei, der Erste Solist des Griechischen Nationalballetts aus Athen. Er hat bereits in mehreren Co-Produktionen mit der Schule brilliert. Tickets über die Ballettschule unter ballettinkalk.wg.am

Keanu (19) arbeitet als Trainer in Costa Rica

Der Kölner Keanu im Trikot des SC Brück trainiert Kinder in Costa Rica. Foto: Keanu Selbst



Der „Gringo“ aus Brück

Der 19-jährige Kölner Keanu Selbst macht derzeit eine Work-and-Travel-Reise in Süd- und Mittelamerika. In Costa Rica ist er aktuell als Jugendfußballtrainer tätig – immer mit dabei sind seine Trikots des SC Brück. In dem mittelamerikanischen Ort erlangt ein kleiner Kölner Kreisligaverband dadurch Bekanntheit – zumindest ein bisschen.

VON NIKLAS BRÜHL

Brück/Costa Rica. Verantwortlich dafür ist der 19-jährige Keanu Selbst, der in diesem Jahr sein Abitur machte. Momentan lebt er innerhalb seines Work-and-Travel-Jahres für einige Wochen in Costa Rica. Immer mit dabei hat er die Trikots des SC Brück. Für die Kinder vor Ort ist er bereits zum „Gringo aus Köln-Brück“ geworden. „Da ich in Brück aufgewachsen bin, habe ich dort beim SC Brück auch das erste Mal Fußball in einem Verein gespielt und dort einige erfolgreiche Jahre als Jugendspieler verbracht“, berichtet er.

Seine Begeisterung für den

Sport hat er auch mit nach Costa Rica genommen, denn der 19-Jährige trainiert dort mittlerweile Kinder zwischen acht und zwölf Jahren – eine besondere Erfahrung. „Ich habe mich hier vor Ort auf die Suche nach einer Freiwilligenarbeit gemacht, damit ich möglichst viel Spanisch sprechen und möglichst billig Reisen kann. Als ich dann auf die Anzeige als Fußballtrainer für Kinder gestoßen bin, wusste ich sofort, dass ich das machen möchte, da mich der Beruf als Trainer auch sehr interessiert.“



Trainingseinheit mit dem Gringo aus Brück. Foto: Keanu Selbst

Die Unterschiede zwischen dem Trainerjob in Deutschland und in Costa Rica sind dem 19-Jährigen bereits nach wenigen Einheiten aufgefallen. Pünktlichkeit und Zuverlässigkeit – also „deutsche Tugenden“ – werden in Mittelamerika eher lockerer genommen. „Die außergewöhnlichste Erfahrung in Bezug auf den Fußball bis jetzt ist, dass es keine festen Termine gibt. Mal ist Training, mal nicht. Mal kommen 15 Kinder, mal nur fünf“, sagt Selbst. „Ich finde den Gedanken sehr schön,

der ganzen Welt zu zeigen, wo ich selber herkomme und wie Fußballvereine auf der anderen Seite der Welt aussehen. Außerdem möchte ich nach meiner Reise beim SC Brück vielleicht als Jugendtrainer tätig sein.“

Beim Kölner Klub selber kommen die Fotos vom Training in Costa Rica ebenfalls gut an, der Verein postete die Impressionen stolz auf seinen Social-Media-Kanälen.

Demnächst geht es für den 19-jährigen Kölner weiter nach Kolumbien, dort leben Bekannte von ihm. Bis dahin will er sein Spanisch vor allem auf dem Trainingsplatz in Costa Rica weiter verbessern. Trotz der Fülle an neuen Erfahrungen schweifen Keanus Gedanken auch immer mal wieder in Richtung Heimat ab. „Köln vermisste ich sehr. Besonders das kölsche Essen sowie meine Familie und meine Freundinnen und Freunde. Und natürlich besonders den Stadtteil Brück.“ Weiter sagt der 19-Jährige: Aber auch der Gedanke, dass bald die Karnevalszeit ohne mich losgeht, tut ein wenig weh.“

Hoffnung für Kölner Schausteller

Deutz. Es gibt Hoffnung für die langjährigen Ausrichter des Frühjahrs- und Herbstvolksfestes. Nach der Kritik der Schausteller, die das Volksfest seit 50 Jahren ausrichten, will die Kölner Politik sich mit der Auswahl des Veranstalters durch die Stadt nochmal in einer Sitzung des Hauptausschusses am 13. November beschäftigen.

In dem Antrag heißt es: „Der Rat fordert die Stadtverwaltung auf, Wege aufzuzeigen, wie die Deutzer Kirmes auch im Jahr 2024 in bewährter Form mit den bisherigen Akteuren stattfinden kann.“ Tanja Hoffmann von der Gemeinschaft Kölner



Foto: Michael Bause

Schausteller (GKS) meint: „Wir bewerten das als positives Zeichen.“ Ob die GKS die Feste 2024 aber wie bisher ausrichten kann, bleibt auch nach der Ratssitzung offen.

Wie berichtet, droht der GKS ab nächstem Jahr der Verlust der Veranstaltung. Zur GKS ge-

hören 150 Schausteller, 90 Prozent davon aus Köln.

Laut GKS hat das Ordnungsamt ihnen mitgeteilt, dass ein anderer Veranstalter den Zuschlag bekommen habe, unter anderem wegen eines Formfehlers der GKS im Versicherungsformular. (mhe)

Die Stadt wollte zu dem Verfahren keine Auskunft geben, weil bis zum 7. November Rechtsmittel gegen die Entscheidung möglich seien. Sie bestätigte aber, eine Auswahl getroffen zu haben. Hoffmann kündigte bereits an, die Klage vorzubereiten. (mhe)

Weil es um mehr als nur gutes Essen geht ...

LANDHAUS KÜCHE
von **apetito**

Unser Probierangebot:
3 Mittagsgesichte inkl. Dessert für je 7,99 € (inkl. MwSt.)
Tel. 0 22 33-4 09 40 08

✓ Täglich heiß geliefert
✓ Ab einer Portion bestellbar

Zusteller (m/w/d) für unsere Zeitungen gesucht!

Ab 13 Jahren;
Auch nur wochenweise
- als Ferienjob - möglich!

Aktuell verstärkt gesucht in:
• Köln
(Auweiler, Braunsfeld, Brück, Rath-Heumar, Porz, Weiden)

02203 18 83 99
0175 999 44 00
www.zusteller-jobs.net

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

Sehen: Jahn! Hören: Jahn!

50% gespart

KAUF 1 NIMM 2

Wählen Sie ihre zwei Wunschbrillen in gleicher Glasqualität und bezahlen Sie für das Paket nur eine der beiden Brillen.

optik jahn
HÖRAKUSTIK

TEST BILD
DIE BESTEN DER STADT
★★★★★
2021
OPTIK JAHN HÖRAKUSTIK
KÖLN
1. Platz OPTIKER

50126 BERGHEIM Heidenstraße 13 Tel: 02271-440580	50521 BRÜHL Uhlenstraße 103 Gleiser-Galerie Tel: 02333-569542	51103 KÖLN-KALK Kölner-Heuchstraße 20 Köln-Ascadon Tel: 0221-30523860	51107 KÖLN-PAATH Friedrichstraße 520 Tel: 0221-961972	51143 KÖLN-PORZ Hermannstraße 2 City-Center-Porz Tel: 02333-977315	51465 BERGISCHE-GLADBACH Hagenstraße 126 Rheinberg-Galerie Tel: 02323-1862477	53225 BONN-BEUEL Kreuzstraße 1 Tel: 0228-9738080	53879 EUSKIRCHEN Neustraße 11 Tel: 02251-792070
--	--	--	---	---	--	--	---

www.optikjahn.de info@optikjahn.de

Optik Jahn Höraakustik ist ein Angebot der Optik Jahn GmbH · Von der Wahlen-Straße 3-5 · 51149 Köln

HERZKRANK?
Schütze Dich vor dem **HERZSTILLSTAND!**

Quirlsberg
Diakonischer Gesundheitscampus
Mit uns bergauf.

Gut fürs Herz.
Deutsche Herzstiftung

Herzseminar

für Patienten, Angehörige und Interessierte im Rahmen der Herzwochen der Deutschen Herzstiftung

Donnerstag 9.11.2023 19:00 Uhr

Bürgerhaus Bergischer Löwe
Spiegelsaal
Konrad-Adenauer-Platz
51465 Bergisch Gladbach

Die Teilnahme ist kostenfrei.

Schirmherr: **Bürgermeister Frank Stein**
Leitung und Moderation: **Prof. Dr. med. Hans-Peter Hermann**, Chefarzt der Klinik für Innere Medizin und Kardiologie am Evangelischen Krankenhaus Bergisch Gladbach, Mitglied des Wissenschaftlichen Beirats der Deutschen Herzstiftung e. V.

Vortragsprogramm

Wie kommt es zum plötzlichen Herztod / Herzstillstand?
Ursachen und Vorbeugung, Diagnostik beim Hausarzt und Kardiologen
Referent: **Prof. Dr. med. Hans-Peter Hermann** | Chefarzt | Klinik für Innere Medizin und Kardiologie am EVK

Herzstillstand und plötzlicher Herztod: Behandlung in der Akutphase, Schutz durch Herzschrittmacher und Defibrillator
Vor- und Nachteile, wichtige Kontrollen
Referent: **Dr. med. Eckhard Hohn** | Leitender Oberarzt | Klinik für Innere Medizin und Kardiologie am EVK

Herzstillstand und plötzlicher Herztod: Neue Entwicklungen bei Defibrillator-Behandlung und kardialer Resynchronisationstherapie
Wer benötigt eine „CRT“, subkutaner Defibrillator „S-ICD“?
Referent: **Dr. med. Christopher Wolf** | Oberarzt | Klinik für Innere Medizin und Kardiologie am EVK

Vor Beginn der Veranstaltung vor dem Spiegelsaal **ab 17:30 Uhr**:

- Gesundheitsmessungen: Blutdruck, Cholesterinwert
- Infostand: Deutsche Herzstiftung e.V.
- Infostand: Quirlsberg Prävention & Rehabilitation
- Infostand: Turnerschaft Bergisch Gladbach 1879 e.V.
- Infostand: AOK

Mit freundlicher Unterstützung:

AOK **DIE BANK, DIE PASST. VR Bank eG** **Kreissparkasse Köln**

www.quirlsberg-herzwochen.de

Stadt Köln verlängert Ausweitung bis Ende 2024

Mehr Platz für die Außengastronomie

Köln. Die Kölner Gastronomiebetriebe dürfen bis Ende 2024 wie bisher die vergrößerten Außenflächen mit mehr Plätzen für ihre Gäste anbieten. Das hat der Stadtrat am Donnerstag beschlossen. Während der Corona-Pandemie war die Ausweitung im Jahr 2020 genehmigt worden, damit die Gäste draußen sicherer essen und trinken konnten. Zunächst hatte

der Rat diese Regel im Jahr 2022 auf das Jahr 2023 ausgedehnt, nun folgt die Verlängerung bis Ende 2024.

Es geht laut der Antragsteller von Grünen, CDU und Volt nicht darum, noch mehr Plätze zu genehmigen, sondern die bislang bestehende Anzahl bis 2024 zu verlängern. Die Betriebe müssen dafür eine Sondergenehmigungsgebühr zahlen. Bis Ende

März 2024 soll ein dauerhaftes Konzept für die Außengastronomieflächen vorliegen. Ursprünglich wollte die Stadtverwaltung die Ausweitung früher beenden, worauf Wirt und die IG Gastro protestierten. (red)



Kölner sitzen gerne im Außenbereich von Lokalen. Foto: Goyert

Su säht mer en Kölle

Schötzekünning



„Piff, paff, der Vuggel muss erav...“ heiß et en dem Leed „Schötzfess“ vun de Bläck Fööss. Nit jeder kann Schötzekünning wäde. Dat muss mer sich verdeene, Us Ähnz ess Spass jewoode. Wie mer nit mih scееße moot, öm för sich zo schötze hann de

Schötzebroderschaffe öm de Wett jeschosse. Wä jewenne dät wor Schötzekünning. Jedes Jahr weed neu jeschosse. Wä dreimol hingerenander der Vuggel trifft darf sich Schötze-kaiser nenne. Jede Schötzebroderschaff hät ne Name noh ehrem Patron. Mihtstens noh St. Sebastianus odder St. Hubertus. En Zollstock es et de Schötzejesellschaff Adler.

Katharina Petzoldt



Lesen Sie im Sonntag-EXPRESS

Kick-off in Deutschland
Alles zum großen Football-Spektakel!

Heiliger, Mantel, Gänse & Laternen: Das Quiz
Geht Ihnen an Sankt Martin ein Licht auf?

schnell. Schneller.



Anzeige

ARTHROSE

Pflanzlicher Wirkstoff macht Gelenke wieder beweglich¹

Ein pflanzlicher Arthrose-Wirkstoff aus Deutschland überzeugt in klinischen Studien: Die Patienten sind wieder deutlich beweglicher¹ und haben weniger Gelenkschmerzen².

Rund 15 Millionen Deutsche leiden an chronischen Gelenkschmerzen – bei der Mehrheit ist Gelenkverschleiß (Arthrose) die Ursache. Eine fühlbare Steigerung der Lebensqualität und Linderung verspricht ein pflanzlicher Arthrose-Wirkstoff aus Deutschland. Der Pflanzenextrakt nutzt die bekannten positiven Wirkungen

der Arthrose-Heilpflanze *Harpagophytum procumbens* und wurde nun mit einer Tagesdosis von 2.400mg als moderne Filmtablette aufbereitet (Apotheke, Gelenium® EXTRACT). In klinischen Studien mit Knie- und Hüftarthrose-Patienten zeigte sich bei Einnahme des Wirkstoffes eine deutliche Verbesserung der Beweglichkeit (+35%) sowie eine Reduzierung der Gelenksteife.¹ Darüber hinaus wurden die mit

Betroffene konnten zudem die Einnahme chemischer Schmerzmittel deutlich reduzieren² – und somit auch deren häufige Nebenwirkungen (u.a. Bluthochdruck, Magengeschwüre).

Fazit: Mit dem pflanzlichen Wirkstoff in Gelenium® EXTRACT können Sie Ihre Beweglichkeit zurückgewinnen. Fragen Sie in Ihrer Apotheke nach Gelenium® EXTRACT.

Studienresultate:

- SCHMERZEN GELINDERT**
Erwiesene Linderung der Gelenkschmerzen – Wirkung vergleichbar mit chemischen Schmerzmitteln²
- BEWEGLICHKEIT VERBESSERT**
Erwiesene Verbesserung um **+ 35%**¹

Für die Apotheke

Gelenium® EXTRACT
75 Tabletten PZN 16236733
150 Tabletten PZN 16236756
300 Tabletten PZN 17532250
www.gelenium.de

Für die Apotheke

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

¹ Wegener, In Phytother. Res., 2013; 11(10):1163–1172. ² Uehara, In Rheumatology (Oxford) 2015; 54(14):1448; Randomisierte, doppelblinde Head-to-Head Studie; getestet wurde 2.400 mg Teufelskrallewurzel-Trockenextrakt gegen Rofecoxib (Vioxx, NSAR). Hinsichtlich Zusammensetzung, Extrakt-Tagesdosis sowie Menge an Droge pro Tag ist das in der Studie verwendete Harpagophytum procumbens-Präparat identisch mit Gelenium EXTRACT. ³ Vlachojannis, Phytother. Res. 2008; 22:149-152. Systematische Meta-Analyse von 28 klinischen Studien.

Pflichttext: Gelenium EXTRACT Pflanzliche Filmtabletten. Wirkstoff: 600 mg Teufelskrallewurzel-Trockenextrakt. Zur Anwendung bei Erwachsenen. Pflanzliches Arzneimittel zur unterstützenden Behandlung bei Verschleißerkrankungen (degenerative Erkrankungen) des Bewegungsapparates. Enthält Lactose und Saccharose. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. HerbigPharmazeutika GmbH • Alt-Moabit 101B • 10559 Berlin.

GESUNDHEIT

RHEUMA

Natürliches Arzneimittel

Ein gut verträgliches Naturarzneimittel mit 4 natürlichen Arzneistoffen (u.a. Rhododendron, Sumpfporst) 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.

Fragen Sie jetzt in Ihrer Apotheke nach Rheumagil.

Für die Apotheke

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

Pflichttext: Rheumagil®: Homöopathisches Arzneimittel bei Rheumatisma. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Heilpflanzenwohl GmbH • Alt-Moabit 101B • 10559 Berlin.

Yaris - Endspurt!

JETZT 1,99 % FINANZIERUNG SICHERN.

SOFORT VERFÜGBAR!

1,99 % EFFEKTIVER JAHRESZINS AB **139 €¹** MTL. FINANZIEREN

SOFORT VERFÜGBAR!

1,99 % EFFEKTIVER JAHRESZINS AB **199 €²** MTL. FINANZIEREN

SOFORT VERFÜGBAR!

1,99 % EFFEKTIVER JAHRESZINS AB **229 €³** MTL. FINANZIEREN

TOYOTA YARIS COMFORT, 1,0 L BENZINMOTOR

Kraftstoffverbrauch Toyota Yaris Comfort 1,0-L-VVT-i Benzinmotor, 53 kW (72 PS) 5-Türer: kombiniert: 5,6 l/100 km; CO₂-Emissionen kombiniert: 127 g/km. Werte gemäß WLTP-Prüfverfahren. Die zur Ermittlung der CO₂-Effizienzklasse erforderlichen Daten sind nicht verfügbar. Der Gesetzgeber arbeitet derzeit an einer Novellierung der gesetzlichen Vorschriften. Abb. zeigt Sonderausstattung.

¹Unser Toyota Finanzierungs-Angebot für den Toyota Yaris Comfort, 5-Türer, 1,0-L-VVT-i Benzinmotor, als Neuwagen. Anschaffungspreis: 18.203,50 €, inkl. Auslieferungspaket (Überführung, Zulassung inkl. Wunschkennzeichen und Umweltplakette, Fußmatten, SOS Paket, inkl. voller Tankfüllung) i.H.v. 1.260,00 €, Gesamtbetrag 16.288,50 €, Anzahlung 1.915,00 €, Vertragslaufzeit 48 Monate, gebundener Sollzins 1,97 %, effektiver Jahreszins 1,99 %, 48 mtl. Raten à 139,00 €. Ein unverbindliches Angebot der Toyota Kreditbank GmbH, Toyota-Allee 5, 50858 Köln. Gilt bei Anfrage und Genehmigung bis zum 31.12.2023. Nur solange der Vorrat reicht.

TOYOTA YARIS TEAM DEUTSCHLAND, 1,5 L HYBRID

Kraftstoffverbrauch Toyota Yaris Team Deutschland 1,5-L-VVT-iE Hybrid: Benzinmotor 68 kW (92 PS) und Elektromotor 59 kW (80 PS), Systemleistung 85 kW (116 PS), 5-Türer, stufenloses Automatikgetriebe (4X2) CVT, Hubraum 1490 cm³. Verbr. komb. WLTP 3,8 - 4,9 l/100 km. CO₂ komb. WLTP 87 - 112 g/km. Die zur Ermittlung der CO₂-Effizienzklasse erforderlichen Daten sind nicht verfügbar. Der Gesetzgeber arbeitet derzeit an einer Novellierung der gesetzlichen Vorschriften. Abb. zeigt Sonderausstattung.

²Unser Toyota Finanzierungs-Angebot für den Toyota Yaris Team Deutschland 1,5-L-VVT-iE Hybrid, 5-Türer, Stufenloses Automatikgetriebe, als Neuwagen. Anschaffungspreis: 24.701,18 €, inkl. Auslieferungspaket (Überführung, Zulassung inkl. Wunschkennzeichen und Umweltplakette, Fußmatten, SOS Paket, inkl. voller Tankfüllung) i.H.v. 1.260,00 €, Gesamtbetrag 22.235,39 €, Anzahlung 2.465,79 €, Vertragslaufzeit 48 Monate, gebundener Sollzins 1,97 %, effektiver Jahreszins 1,99 %, 48 mtl. Raten à 199,00 €. Ein unverbindliches Angebot der Toyota Kreditbank GmbH, Toyota-Allee 5, 50858 Köln. Gilt bei Anfrage und Genehmigung bis zum 31.12.2023. Nur solange der Vorrat reicht.

TOYOTA YARIS CROSS TEAM DEUTSCHLAND, 1,5 L HYBRID

Kraftstoffverbrauch Toyota Yaris Cross Team Deutschland 1,5-L-VVT-iE Hybrid: Benzinmotor 68 kW (92 PS) und Elektromotor 59 kW (80 PS), Systemleistung 85 kW (116 PS), 5-Türer, stufenloses Automatikgetriebe (4X2) CVT, Hubraum 1490 cm³. WLTP Werte: Verbr. komb. WLTP 4,4 l/100 km. CO₂ komb. WLTP 101 g/km. Die zur Ermittlung der CO₂-Effizienzklasse erforderlichen Daten sind nicht verfügbar. Der Gesetzgeber arbeitet derzeit an einer Novellierung der gesetzlichen Vorschriften. Abb. zeigt Sonderausstattung.

³Unser Toyota Finanzierungs-Angebot für den Toyota Yaris Cross Team Deutschland 1,5-L-VVT-iE Hybrid, 5-Türer, Stufenloses Automatikgetriebe, als Neuwagen. Anschaffungspreis: 28.416,52 €, inkl. Auslieferungspaket (Überführung, Zulassung inkl. Wunschkennzeichen und Umweltplakette, Fußmatten, SOS Paket, inkl. voller Tankfüllung) i.H.v. 1.260,00 €, Gesamtbetrag 25.647,88 €, Anzahlung 2.768,64 €, Vertragslaufzeit 48 Monate, gebundener Sollzins 1,97 %, effektiver Jahreszins 1,99 %, 48 mtl. Raten à 229,00 €. Ein unverbindliches Angebot der Toyota Kreditbank GmbH, Toyota-Allee 5, 50858 Köln. Gilt bei Anfrage und Genehmigung bis zum 31.12.2023. Nur solange der Vorrat reicht.

Zinsen zum Grinsen!

NUR BEI **AUTOLEVY!**

Höherweg 121-131
40233 Düsseldorf
+49 211 15788-0
hoerweg@autolevy.de

Schuchardstraße 4
40595 Düsseldorf
+49 211 9705-0
ddorf-sued@autolevy.de

AUTOLEVY

AUTOLEVY GMBH & CO. KG | 9X IN NRW

2x Düsseldorf | Köln | Frechen | Euskirchen | Neuss | Mönchengladbach | Aachen | Dormagen



AUTOLEVY.DE

Der neue Betreiber Lars Stolle beschreibt seine Pläne für die Merheimer Gaststätte

Neuer Glanz „Em Ahle Kohberg“



„Em Ahle Kohberg gilt als älteste rechtsrheinische Gaststätte Kölns. Foto: Elke Wetzgi - Creative Commons Attribution Share Alike 4.0

Wenn davon die Rede ist, dass ein Haus eine bewegte Geschichte hinter sich hat, dann trifft es genau auf dieses Lokal zu. „Em Ahle Kohberg“ gilt als die älteste Gastwirtschaft im rechtsrheinischen Köln. Seit 1665 ist sie mit der Kirche St. Gereon Dreh- und Angelpunkt im Merheimer Veedel. Doch „Em Ahle Kohberg“ soll es jetzt viel Neues geben.

Die Merheimer „Neuerpflichtung“ heißt nun Lars Stolle. Er übernimmt das Lokal im Dezember und „platzt vor Stolz und Freude“, wie er jüngst bekannt gab. „Dieses traditionsreiche Juwel der Kölner Gastronomie wird bald in neuem Glanz erstrahlen. Wir setzen alles daran, euch so schnell wie möglich unsere Speisekarte zu präsentieren, und arbeiten derzeit mit Hochdruck an einem spannenden Weihnachts- und Silvesterangebot.“ Der aus Rösrath stammende Koch war Küchenchef für die Teams der Bagatelle von Daniel Rabe in Sülz, Ehrenfeld und der Südstadt und will nach elf Monaten Leerstand das Lokal wieder zum Treffpunkt im Veedel machen.

Sein Vorgänger Magnus Thelen hatte das Lokal erst 2019 übernommen, kurz darauf wurde er wie viele andere Gastronomen hart durch die Corona-Pandemie getroffen. Zudem wurden bei dem ersten Brand 2022 das externe Kühlhaus und rund 200 Quadratmeter Lagerräume zerstört. Ursache war ein technischer Defekt. Der im Dezember 2022 auslaufende Vertrag mit Thelen wurde nicht verlängert. „Der Eigentümer scheint andere Pläne zu haben“, sagte Thelen damals. „Vor meiner Übernahme lag der Kohberg am Boden, das ist heute anders.“ Er wünschte dem Nachfolger alles erdenklich Gute.

Das freut den neuen Betreiber, der wie viele Kollegen in der Branche derzeit vor der Aufgabe steht, geeignetes Personal für den Betrieb zu finden. „Gemeinsam werden wir Köln mit Genuss und guter Laune erobern“, richtet sich Stolle an potenzielle Be-

werber. Der „Ahle Kohberg“ soll für gutbürgerliche Küche stehen, kündigt der neue Chef an: „Auf der Speisekarte werden sich kölsche Klassiker wiederfinden, es wird aber auch leichte Fusion-Einflüsse geben und ebenso eigene Kreationen.“

Stolle will erreichen, dass es nicht nur „fröher schön vor en Colonia, wann der Franz me'm Nieß nom ahle Kohberg ging“, wie es im bekannten Lied von Willi Ostermann heißt. Bis 1937 war der Kohberg im Veedel als „Restauration Peter

Wendel“ bekannt war. Die Umbenennung gilt heute als cleverer Image-Trick des damaligen Besitzers. Dabei hatte Ostermann in seinem Hit eine Gaststätte im linksrheinischen Köln besungen – aber das kann auch Stolle heute ziemlich egal sein.

VON JAN WÖRDENWEBER

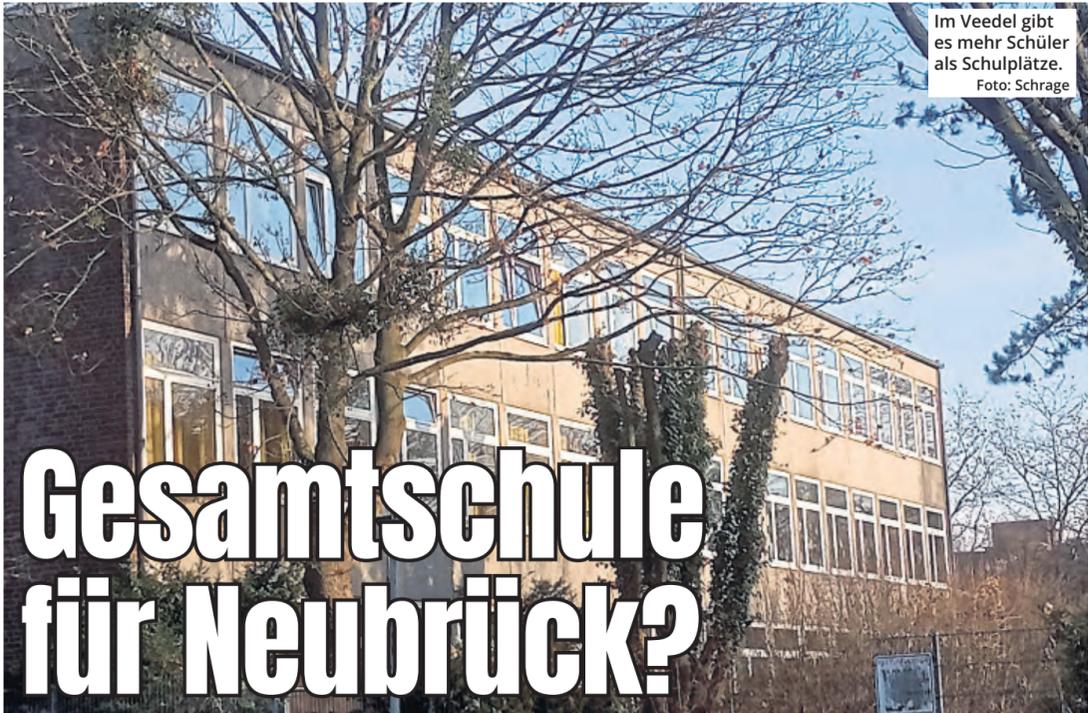
Merheim. Im Jahr 2022 brannte es in dem Lokal gleich zweimal innerhalb weniger Wochen. Hinzu kommt, dass die Betreiber in den vergangenen Jahren oft wechselten.

Lesung in der Erlöserkirche

Vingst. Eva Vieh und Hajo Müller, alias Jove Viller, haben Paargeschichten geschrieben und in ihrem Buch „König Frosch“ veröffentlicht. Am Samstag, 4. November, 17 Uhr, kommen sie zu einer Autorenlesung in die Erlöserkirche Höhenberg-Vingst (Burgstraße 75). Interessierte sind herzlich willkommen. Die Evangelische Kirchengemeinde Vingst-Neubrück-Höhenberg hat sich für die Veranstaltung eine Überraschung überlegt, bei der es einen Preis zu gewinnen geben wird. Der Eintritt ist frei.

Haussammlungen für St. Martinszug

Neubrück. Die Haussammlung für den diesjährigen Martinszug haben begonnen und dauern bis zum 9. November an. Die Sammler freuen sich über großzügige Spenden, für die Gutscheine für Weckmänner ausgegeben werden. Diese können zudem im Pfarrbüro der Katholischen Kirche erworben werden. Der Arbeitskreis Sankt Martin Neubrück freut sich, das Fest gemeinsam mit netten Menschen am 16. November um 17.30 Uhr auf dem Straßburger Platz (Marktplatz) zu feiern. Nach dem bekannten Zugweg ab den beiden Grundschulen um 17.30 Uhr, treffen sich alle Laternenkinder, Sankt Martin mit Pferd und die Kapellen am großen Martinsfeuer am Straßburger Platz. Außerdem gut zu wissen: Neben dem Martinsfeuer wird es Weckmänner, Kinderpunsch und Glühwein geben.



Im Veedel gibt es mehr Schüler als Schulplätze. Foto: Schrage

Gesamtschule für Neubrück?

Neue Bürgerinitiative fordert rasche Problemlösungen von der Politik

Neubrück. Durch eine immer größer werdende Nachfrage nach Gesamtschul- und Gymnasialplätzen reichen die bestehenden Gesamtschulen insbesondere für die Stadtteile Neubrück, Rath-Heumar, Brück, Merheim und Ostheim nicht aus. Das behauptet jedenfalls die jüngst gegründete Bürgerinitiative „Gesamtschule für Neubrück“. Nachdem der Rat der Stadt Köln im vergangenen Jahr die Neugründung einer Gesamtschule in Neubrück abgelehnt hatte, ist offen, wie es weitergeht. Laut Beschluss des Rates der Stadt Köln aus 2022, soll die Verwaltung die Situation nach der Eröffnung der neuen Gesamtschule im Bildungscampus

Kalk neu bewerten. Dies soll unter Berücksichtigung der Auswirkungen auf die Schülerzahlen der Kurt-Tucholsky-Hauptschule geschehen. „Daher sieht der Bürgerverein Köln-Neubrück e.V. die Dringlichkeit zur Umnutzung des Schulstandortes Helene-Weber-Platz, an dem sich aktuell die Kurt-Tucholsky Hauptschule befindet“, heißt es dazu vom Bürgerverein Köln-Neubrück. „Durch eine Gesamtschule in Neubrück könnte in weitaus kürzerem Zeitraum als durch einen Neubau an anderer Stelle eine größere Anzahl an Gesamtschulplätzen für die Kinder im Rechtsrheinischen geschaffen werden.“ Deshalb habe der Bürgerver-

ein Köln-Neubrück nun eine Bürgerinitiative zugunsten der Gründung einer Gesamtschule in Neubrück gegründet. Mit Blick auf die Einwohnerprognose 2023 übersteigt der Schulplatzbedarf im Sekundarschulbereich in den nächsten Jahren laut Stadtverwaltung den Bestand an Schulplätzen im Stadtbezirk Kalk. „Daher verbleibt die Planungsoption zur Umwidmung der Hauptschule Helene-Weber-Platz für eine Gesamtschulnutzung bestehen“, erklärt Schuldezernent Robert Voigtsberger. „Durch die Verortung im Stadtteil Neubrück würde das wohnortnahe Gesamtschulangebot im Osten des Stadtbezirkes verbessert.“

Kia Motors
jetzt auch in Bensberg
Autohaus Baldsiefen
Olefant 14, 51427 Berg, Gladbach

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

Atemwegsbeschwerden?
Erkältungen-Bronchitis-Asthma-COPD
Salzinhalation Köln
Rösratherstr. 571
51107 Köln-Rath
0221 - 9863013
Bei Vorlage dieser Anzeige erhalten Sie **20 % Rabatt** für Ihren Erstbesuch.
Geschenkgutscheine sind auch bei uns erhältlich.
www.salzinhalation-koeln.de

Erzgebirge ADVENT
die Adventszeit genießen
4 TAGE REISE
Super-Leistungen:
Fahrt im modernen Reisebus
- Übern. im 3*Hotel im Erzgebirge
- Frühstücks-Buffer
- 3 Gänge Menü am Abend
- Ortstaxe vor Ort zahlbar
Ausflugsmöglichkeiten:
- Jagdschlösser Erzgebirge mit Oberwiesenthal, Saiten, Annaberg
- Jagdschlösser Dresden mit Führung und Weinachtsmarkt
28.11. - 01.12. **Ralher-Reisen** 02171/32337
13.12. - 16.12.
Veranstalter: RTS Travel s.r.o., Bulharska 9, Karlovy Vary - einfach besser

KÖLN BRÜCK
ig Handel, Handwerk und Gewerbe
Kauf und Service ohne Stress ...

B. Abbing
Malermaler, Köln-Brück
Tel.: 84 23 78, 0172/244 1944
maler-abbings@web.de

GLAS-SERVICE RENÉ SELBST
Tel. 0221/89 11 89 • Fax 8 90 27 81
glasereij.selbst@gmx.de

W. Benthues
Rollladen-Sonnenschutz
Meisterbetrieb
Tel. 0 22 04 / 30 56 94

A. HINTZEN
- Dachdeckermeister -
Tel. 9 64 18 61
Fax 9 64 18 62

Elektro Ernst
MEISTERBETRIEB
Elektro-Installation, Kundendienst
51109 Köln, Olpener Str. 903
Tel. 84 15 12, 01 71/4 58 46 24

BESTATTUNGSHAUS Koziol
Olpener Str. 904 • Köln-Brück • Tel. 0221/84 33 39
Rösrather Str. 590 • Köln-Rath • Tel. 0221/83744400

Alle Traueranzeigen auch online auf wirtrauern.de Familienanzeigen

www.flohr-faust-grabsteine.de
Zeitlos schöne Grabsteine zu günstigen Preisen.
Flohr Faust GRABSTEINE
Wir helfen weiter!
Grabanlagen aus Granit inkl. Einlassung und Montage, Tiefenfundament mit Standfestigkeitsgarantie, Schrift und Ornament eingehauen sowie einer Laterne aus Bronze oder Aluminium.
Urnengrab Komplet-Preis € 1.190,-
Einzelgrab Komplet-Preis € 2.250,-
Doppelgrab Komplet-Preis € 3.590,-
Besuchen Sie unsere Ausstellung, finden Sie viele weitere Angebote auch auf unserer Internetseite oder fordern Sie unseren kostenlosen Hauptkatalog an - Wir helfen weiter!
Luxemburger Straße 249-251 • 50354 Hürth-Hermülheim • 02233 70 00 34

BESTATTUNGSHAUS KORTE GMBH
Rat & Hilfe in ganz Köln
www.kortebestattungen.de
TAG + NACHT
Ruth Maria Korte
Tel. 0221/8708602

Bestattungen Lauterbach
- seit 1919 -
Übernahme sämtlicher Formalitäten
Alle Bestattungsarten und Vorsorgeberatung
Hausbesuche und Trauerdruck
Mit eigener Trauerhalle
Olpener Straße 270 • 51103 Köln-Höhenberg
Tag und Nacht • 0221/87 25 50
info@bestattungen-dlauterbach.de

Vertrauen Sie sich uns mit Ihrer Vorsorge an.
Bestimmen Sie selbst Notwendiges zu regeln.
Übernehmen Sie Verantwortung, um Ihre Angehörigen zu entlasten.
JOS. SCHMITZ
Bestattungen seit 1932
Waldecker Str. 23
Köln-Buchforst
Rösrather Str. 629
Köln-Rath/Heumar
96 25 17 0
Vereinbaren Sie mit uns einen Termin, bei uns im Büro oder bei Ihnen zu Hause.

Statt Karten
Und immer sind da Spuren Deines Lebens, Gedanken, Bilder, Augenblicke, die uns an Dich erinnern.
Elisabeth „Ele“ Nußbaum
*4. Dezember 1941 †16. Oktober 2023
In Liebe und Dankbarkeit nehmen wir Abschied.
Deine Cousine Margot Lob geb. Nußbaum
Dein Patenkind Gudrun Langen geb. Rörlre
Deine Großcousine Petra Lob
Traueranschrift: Familie Lob und Langen,
c/o Bestattungen Krein, In der Konde 54, 51107 Köln
Die Trauerfeier findet am Freitag, dem 10. November 2023, um 11.00 Uhr in der Trauerhalle des Friedhofs in Köln-Rath/Heumar, Fockerweg, statt.
Die Urnenbeisetzung erfolgt in aller Stille.

Wir helfen und beraten im Sterbefall
Erd-, Feuer- und Seebestattungen
Erledigung sämtlicher Formalitäten
Hausbesuche in allen Stadtteilen
Vorsorgeberatung für die spätere Beerdigung
Bestattungen J. Frings
Tanusstr. 12 • 51105 Köln-Humboldt
Telefon 0221 / 831249



Ihr Marktplatz

Automarkt
Bauen & Wohnen
Bekanntschaften
Immobilien
Kleinanzeigen
Reisemarkt
Stellenmarkt

Ihr Online-Marktplatz **kleinanzeigenmarkt-rheinland.de** **yourIMMO** **YOURJOB.de**

Automarkt Auch online unter **kleinanzeigenmarkt-rheinland.de** **Stellenmarkt** online unter **YOURJOB.de**

Motorräder/ Mopeds
Zweirad-ANKAUF
Abholung:
Motorräder, Roller, Mofas, Sammlungen, Quads, Chopper, Oldies
auch defekt - Unfall Köln - Rodenkirchen **02236-381305**

Ihre Anzeigen auch online!
Ihr Online-Marktplatz **kleinanzeigenmarkt-rheinland.de**

IMPRESSUM
Wochenzeitung für die Stadt Köln mit 11 Teilausgaben
Verlag: Kölner Anzeigenblatt GmbH & Co. KG August-Horch-Str. 10, 51149 Köln
Redaktionschluss: Dienstags, 13 Uhr (wenn nicht abweichend auf der Titelseite vermerkt)
Redaktion: MVR Media Vermarktung Rheinland GmbH (ein Unternehmen der Kölner Stadt-Anzeiger Medien), Amsterdamer Straße 192, 50735 Köln
Druckauflage: 513.488 Exemplare
Verteilte Auflage: 508.237 Exemplare (laut ADA 2. Quartal 2023), kostenlose Verteilung an die Haushalte in Köln
Druck: RZ Druckhaus Mittelrheinstraße 2, 56072 Koblenz
Redaktionschluss: Dienstags, 13 Uhr (wenn nicht abweichend auf der Titelseite vermerkt)
Redaktion: MVR Media Vermarktung Rheinland GmbH (ein Unternehmen der Kölner Stadt-Anzeiger Medien), Amsterdamer Straße 192, 50735 Köln
Druckauflage: 513.488 Exemplare
Verteilte Auflage: 508.237 Exemplare (laut ADA 2. Quartal 2023), kostenlose Verteilung an die Haushalte in Köln
Druck: RZ Druckhaus Mittelrheinstraße 2, 56072 Koblenz
Redaktionschluss: Dienstags, 13 Uhr (wenn nicht abweichend auf der Titelseite vermerkt)
Redaktion: MVR Media Vermarktung Rheinland GmbH (ein Unternehmen der Kölner Stadt-Anzeiger Medien), Amsterdamer Straße 192, 50735 Köln
Druckauflage: 513.488 Exemplare
Verteilte Auflage: 508.237 Exemplare (laut ADA 2. Quartal 2023), kostenlose Verteilung an die Haushalte in Köln
Druck: RZ Druckhaus Mittelrheinstraße 2, 56072 Koblenz
Redaktionschluss: Dienstags, 13 Uhr (wenn nicht abweichend auf der Titelseite vermerkt)
Redaktion: MVR Media Vermarktung Rheinland GmbH (ein Unternehmen der Kölner Stadt-Anzeiger Medien), Amsterdamer Straße 192, 50735 Köln

Wohnwagen/ Wohnmobile
Rolf kauft alle Wohnwagen / Wohnmobile
☎ 0221-2769612
Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen
03944-36160 www.wm-aw.de Fa.

Fahrzeug-Kaufgesuche
Aktion!!! ☎ 0163-7940925 Wir kaufen Ihr Auto ab mit Motorschaden, hohe KM, Unfallwagen oder kein TÜV. PKW / LKW-Ankauf. Sie erhalten bei uns den besten Preis! ☎ 0172-4038446
Ankauf PKW, LKW, Busse, Pick Up's, Gelände/Unfallwagen, Motorschaden. Komme sofort zähle faire Preise. ☎ 02202 - 2379996 / 0163 - 8348888 auch SA/SO.

Achtung !!! 100 bis 10.000 € Kaufe alle PKW, LKW, Geländewagen, Nutzfahrzeuge - alte und neue Bj., auch mit Schäden, TÜV, KM egal! Barzahlung, kostenlose Abholung! Tel. 0221 / 20 46 06 89 W.app 0157 - 888 353 99

Stellenmarkt

Auch online unter **YOURJOB.de**

Stellenangebote

ABAX
Anlagenmechaniker*in SHK, Elektriker*in, Maler*in, Schreiner*in gesucht! Überörtlicher Stundenlohn, Deutschlandticket, Urlaubs- und Weihnachtsgeld, Prämien. ABAX Zeitarbeit, Wiener Platz 4, 51065 Köln, info@abaxkoeln.de, www.abax.koeln.de, 0221 559250

Friseur Kopfsalat und Salon Grünhorn in Köln-Ehrenfeld und Köln-Sülz sucht motivierte Friseur (w/m/d) gerne auch Jungfriseur (w/m/d) und Wiedereinsteiger die Spaß an trendorientierter Arbeit haben. Mochtest Du Teil in unserem Team werden? Dann melde Dich telefonisch ☎ 0171-5769805

NerZ GmbH sucht ab sofort: Lagermitarbeiter m/w/d mit und ohne Staplerschein In Troisdorf und Umgebung Vollzeit in Ein- und Mehrschicht Überörtliche Bezahlung Branchenzuschläge Unbefristeter Arbeitsvertrag Urlaubs- und Weihnachtsgeld Deutschlandticket möglich. NerZ GmbH ☎ 02241 9739970 info@nerz.jobs Kronenstraße 51 53840 Troisdorf

Technisches Hirn für Mieterbetreuung mit Mathewissen. 30 Jahre Renditehaus.de. @renditehausverkaufen.de - J. Kratzke 0171 5748943
Verkäufer (m/w/d) für unseren Accessoiresbereich im Porzer City Center auf € 520 Basis gesucht. Tel. 02203-52575
Vorarbeiter/in im Bereich Reinigung gesucht. Für ein Objekt in Köln-Poll, Teilzeit Mo-Do. 16.00-20.00 Uhr, Fr. 16.00-19.00 Uhr Führerschein Kl. B wünschenswert ☎ 0170-7981125
Wir suchen ab sofort 4 Reinigungskräfte in Köln-Zentrum auf Minijob-Basis oder Teilzeit. ☎ 0176-82374867
Wir suchen Mitarbeitende (m/w/d) für unseren Bereich Service im Frühdienst ab 6 Uhr in Teilzeit (bis zu 30 Std./Woche) oder im Spätdienst ab 17 Uhr als geringfügige Beschäftigung, auch sonn- und feiertags, zusätzlich betriebliche Altersvorsorge. Interessant? Dann wenden Sie sich an Ulrike Nieder unter (0221) 8997-431, per Mail an willkommen@do-wohnstift.de oder senden Ihre Bewerbung direkt an Deutsches Wohnstift Konrad Adenauer, Straßburger Platz 2, 51109 Köln. www.seniorendienste.de
Zuverlässige Dame für den Weihnachtsmarkt (Alter Markt) als Verkaufshilfe für unsere Weihnacht & Gewürzfloristik. Guter leistungsgerechte Bezahlung. www.Trowa.de ☎ 02871-221274
Zuverlässige Reinigungskraft für Treppenhäuser in Köln-Merheim gesucht. Mo. & Mi. 7:00 Uhr bis 10:30 Uhr 14 €/Std. ☎ 02202-2725897

Ambulanz Köln bietet kostenlose Qualifizierung zum **Rettungssanitäter** (m/w/d) in ca. 3 Monaten, danach Vollzeitarbeitsplatz im Kölner Krankentransport. Mindestgehalt 2400 € + Zulagen. info: www.ambulanz-koeln.de

KFZ Mechatroniker (m/w/d) und KFZ Mechaniker (m/w/d) ab sofort gesucht! Bosch Service 0221-591220
Koch m/w/d in Vollzeit, für gut bürgerliche Küche in Köln/Hansaring gesucht. Arbeitszeit 6-13 Uhr. Tel. 0178-6375468
Koch/Beikoch (m/w/d) als Voll-/Teilzeit oder Aushilfe 520 € ab sofort gesucht. Bewerbung per Mail oder telef. info@bierhaus-salzgass.de oder 0221 - 8001900
Mitarbeiter (m/w/d) auf Basis flexibler Teilzeit für Lottogeschäft in Klettenberg ab sofort gesucht. ☎ 0221-4201765

Pflegekräfte (gerne auch ungelern!) für die persönliche Assistenz und Pflege gesucht. Ich bin körperbehindert, Raucherin und suche freundliche und zuverlässige Pflegekräfte. Ihr übernehmt für mich alle was ich nicht selber machen kann. Ich muss auch aus und in den Rollstuhl gehoben werden. Gearbeitet wird in drei Schichten (Früh, Spät, Nacht) und der Einsatzort ist in Bergisch Gladbach Schildgen. Derzeit suche ich für alle drei Schichten. Aber auch nur die Nachtschicht ist möglich (21 - 9 Uhr). Neben dem Stundenlohn (16 €) gibt es noch weitere Zuschläge. Ich hoffe, ich habe eure Interesse geweckt und freue mich auf eure Zuschriften unter AssistenzBf@web.de.

Reinigungskräfte m/w/d gesucht. Für ein Objekt in Köln-Poll, Minijob Basis Mo-Do. 18.30-20.15 Uhr, Fr. 16.00-17.45 Uhr ☎ 0151-20550998
Reinigungsmitarbeiter/in für die Unterhaltsreinigung gesucht. Stundenlohn 13,- €. Arbeitsort: Braunfeld. Arbeitszeit: Montag - Freitag von 06:30 - 09:00 Uhr. Mehrarbeit möglich. ☎ 0221-16907040 oder 0176-30731991. Die Putzfeen GmbH & Co.KG
Reinigungsmitarbeiter/in für die Unterhaltsreinigung gesucht. Stundenlohn 13,- €. Arbeitsort: Köln-Dellbrück, Waltherstr.; Arbeitszeit: Dienstag und Freitags von 18:00 - 20:30 oder Samstag vormittags 2,5 Stunden. Schlüsselstelle. Mehrarbeit möglich. ☎ 0221-16907040. Die Putzfeen GmbH & Co.KG
Schließer (m/w/d) auf MJ-Basis in K-Mitte gesucht. AZ: 19:15-20:15, Mo-Sa. Voraussetzung: Flexibel, Führ.-zeugnis, Rentner erwünscht. 0203-3939774

Aushilfe (m/w/d) Bereich Thekenkraft / Spüler auf 520 € Basis gesucht, in fo@bierhaus-salzgass.de ☎ 0221 - 8001900

Mitarbeiter für die Produktion gesucht. DICOM ☎ 02241-70777

Mitarbeiter für Lager/Produktion/Handwerk für unbefristete Dauerstellung. AGI-LIS-Zeitarbeit ☎ 0221-234785
Monteur für Rohr- und Kanalarbeitung in Köln gesucht. Voraussetzung: Deutsch in Wort und Schrift, FS-Klasse B, Vorkenntnisse wünschenswert. ☎ 0171-3097676

Wir suchen ab sofort eine Reinigungskraft (m/w/d) 25 Stunden Woche Mo-Fr + alle 14 Tage Samstags, Arbeitsbeginn 06:00 & 07:00 Uhr für das Krankenhaus St. Agatha in Köln-Niehl
Ansprechpartner: Frau Zierden/Herr Rust 0221-71751380 Anrufe bis 13 Uhr

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

Mitarbeiter für die Produktion gesucht. DICOM ☎ 02241-70777

Reinigungsmitarbeiter/in für die Unterhaltsreinigung gesucht. Stundenlohn 13,- €. Arbeitsort: Braunfeld. Arbeitszeit: Montag - Freitag von 06:30 - 09:00 Uhr. Mehrarbeit möglich. ☎ 0221-16907040. Die Putzfeen GmbH & Co.KG
Reinigungsmitarbeiter/in für die Unterhaltsreinigung gesucht. Stundenlohn 13,- €. Arbeitsort: Köln-Dellbrück, Waltherstr.; Arbeitszeit: Dienstag und Freitags von 18:00 - 20:30 oder Samstag vormittags 2,5 Stunden. Schlüsselstelle. Mehrarbeit möglich. ☎ 0221-16907040. Die Putzfeen GmbH & Co.KG
Schließer (m/w/d) auf MJ-Basis in K-Mitte gesucht. AZ: 19:15-20:15, Mo-Sa. Voraussetzung: Flexibel, Führ.-zeugnis, Rentner erwünscht. 0203-3939774

Niederberger Gruppe
Niederberger Köln sucht **Mitarbeiter** auf Minijobbasis oder Steuerkarte für unser Objekt in **Bayenthal**. AZ: ab 15:00 Uhr. Bei Interesse bitte unter 02203/935260 oder 0163/6352277 melden.

Fahrer & Hausmeisterunterstützung, je 520,- €, für Köln. ☎ 0173-2549161

Mitarbeiter für Lager/Produktion/Handwerk für unbefristete Dauerstellung. AGI-LIS-Zeitarbeit ☎ 0221-234785
Monteur für Rohr- und Kanalarbeitung in Köln gesucht. Voraussetzung: Deutsch in Wort und Schrift, FS-Klasse B, Vorkenntnisse wünschenswert. ☎ 0171-3097676

Reinigungsmitarbeiter/in für die Unterhaltsreinigung gesucht. Stundenlohn 13,- €. Arbeitsort: Braunfeld. Arbeitszeit: Montag - Freitag von 06:30 - 09:00 Uhr. Mehrarbeit möglich. ☎ 0221-16907040. Die Putzfeen GmbH & Co.KG
Reinigungsmitarbeiter/in für die Unterhaltsreinigung gesucht. Stundenlohn 13,- €. Arbeitsort: Köln-Dellbrück, Waltherstr.; Arbeitszeit: Dienstag und Freitags von 18:00 - 20:30 oder Samstag vormittags 2,5 Stunden. Schlüsselstelle. Mehrarbeit möglich. ☎ 0221-16907040. Die Putzfeen GmbH & Co.KG
Schließer (m/w/d) auf MJ-Basis in K-Mitte gesucht. AZ: 19:15-20:15, Mo-Sa. Voraussetzung: Flexibel, Führ.-zeugnis, Rentner erwünscht. 0203-3939774

Niederberger Gruppe
Niederberger Köln sucht **Mitarbeiter** auf Minijobbasis oder Steuerkarte für unser Objekt in **Bayenthal**. AZ: ab 15:00 Uhr. Bei Interesse bitte unter 02203/935260 oder 0163/6352277 melden.

Friseur Kopfsalat und Salon Grünhorn in Köln-Dellbrück sucht motivierte **Friseur (w/m/d)** gerne auch **Jungfriseur (w/m/d)** und **Wiedereinsteiger** die Spaß an trendorientierter Arbeit haben. Mochtest Du Teil in unserem Team werden? Dann melde Dich telefonisch ☎ 0171-5769805

Reinigungsmitarbeiter/in für die Unterhaltsreinigung gesucht. Stundenlohn 13,- €. Arbeitsort: Braunfeld. Arbeitszeit: Montag - Freitag von 06:30 - 09:00 Uhr. Mehrarbeit möglich. ☎ 0221-16907040. Die Putzfeen GmbH & Co.KG
Reinigungsmitarbeiter/in für die Unterhaltsreinigung gesucht. Stundenlohn 13,- €. Arbeitsort: Köln-Dellbrück, Waltherstr.; Arbeitszeit: Dienstag und Freitags von 18:00 - 20:30 oder Samstag vormittags 2,5 Stunden. Schlüsselstelle. Mehrarbeit möglich. ☎ 0221-16907040. Die Putzfeen GmbH & Co.KG
Schließer (m/w/d) auf MJ-Basis in K-Mitte gesucht. AZ: 19:15-20:15, Mo-Sa. Voraussetzung: Flexibel, Führ.-zeugnis, Rentner erwünscht. 0203-3939774

Reinigungsmitarbeiter/in für die Unterhaltsreinigung gesucht. Stundenlohn 13,- €. Arbeitsort: Braunfeld. Arbeitszeit: Montag - Freitag von 06:30 - 09:00 Uhr. Mehrarbeit möglich. ☎ 0221-16907040. Die Putzfeen GmbH & Co.KG
Reinigungsmitarbeiter/in für die Unterhaltsreinigung gesucht. Stundenlohn 13,- €. Arbeitsort: Köln-Dellbrück, Waltherstr.; Arbeitszeit: Dienstag und Freitags von 18:00 - 20:30 oder Samstag vormittags 2,5 Stunden. Schlüsselstelle. Mehrarbeit möglich. ☎ 0221-16907040. Die Putzfeen GmbH & Co.KG
Schließer (m/w/d) auf MJ-Basis in K-Mitte gesucht. AZ: 19:15-20:15, Mo-Sa. Voraussetzung: Flexibel, Führ.-zeugnis, Rentner erwünscht. 0203-3939774

Niederberger Gruppe
Niederberger Köln sucht **Mitarbeiter** auf Minijobbasis oder Steuerkarte für unser Objekt in **Bayenthal**. AZ: ab 15:00 Uhr. Bei Interesse bitte unter 02203/935260 oder 0163/6352277 melden.

HNO-Praxis Dr. Unger sucht freundliche MFA zur Verstärkung unseres fröhlichen Teams in Vollzeit. Bewerbung an: info@hno-pulheim.de.

Reinigungsmitarbeiter/in für die Unterhaltsreinigung gesucht. Stundenlohn 13,- €. Arbeitsort: Braunfeld. Arbeitszeit: Montag - Freitag von 06:30 - 09:00 Uhr. Mehrarbeit möglich. ☎ 0221-16907040. Die Putzfeen GmbH & Co.KG
Reinigungsmitarbeiter/in für die Unterhaltsreinigung gesucht. Stundenlohn 13,- €. Arbeitsort: Köln-Dellbrück, Waltherstr.; Arbeitszeit: Dienstag und Freitags von 18:00 - 20:30 oder Samstag vormittags 2,5 Stunden. Schlüsselstelle. Mehrarbeit möglich. ☎ 0221-16907040. Die Putzfeen GmbH & Co.KG
Schließer (m/w/d) auf MJ-Basis in K-Mitte gesucht. AZ: 19:15-20:15, Mo-Sa. Voraussetzung: Flexibel, Führ.-zeugnis, Rentner erwünscht. 0203-3939774

Reinigungsmitarbeiter/in für die Unterhaltsreinigung gesucht. Stundenlohn 13,- €. Arbeitsort: Braunfeld. Arbeitszeit: Montag - Freitag von 06:30 - 09:00 Uhr. Mehrarbeit möglich. ☎ 0221-16907040. Die Putzfeen GmbH & Co.KG
Reinigungsmitarbeiter/in für die Unterhaltsreinigung gesucht. Stundenlohn 13,- €. Arbeitsort: Köln-Dellbrück, Waltherstr.; Arbeitszeit: Dienstag und Freitags von 18:00 - 20:30 oder Samstag vormittags 2,5 Stunden. Schlüsselstelle. Mehrarbeit möglich. ☎ 0221-16907040. Die Putzfeen GmbH & Co.KG
Schließer (m/w/d) auf MJ-Basis in K-Mitte gesucht. AZ: 19:15-20:15, Mo-Sa. Voraussetzung: Flexibel, Führ.-zeugnis, Rentner erwünscht. 0203-3939774

Niederberger Gruppe
Niederberger Köln sucht **Mitarbeiter** auf Minijobbasis oder Steuerkarte für unser Objekt in **Bayenthal**. AZ: ab 15:00 Uhr. Bei Interesse bitte unter 02203/935260 oder 0163/6352277 melden.

SCHMERSAL BÖHNKE + PARTNER
Böhnke + Partner GmbH ist seit über 30 Jahren auf die Herstellung von Steuerungen im Bereich der Aufzugtechnik spezialisiert und gehört zu einem der führenden Dienstleistern in diesem Segment.
Zur Verstärkung unseres Teams suchen wir ab sofort
Mitarbeiter Lager / Versand m/w/d
Ihre Aufgaben:
• Kommissionieren und Verpacken verschiedener Warenguppen nach den vorhandenen Auftragsdaten
• Einlagern und umlagern unserer Produkte auf die Lagerplätze
• Ausgabe von Betriebsmitteln aus dem BM-Lager
• Durchführen von innerbetrieblichen Transportaufgaben (Warenverkehr) mittels Hubwagen/Stapler
• Bei Bedarf Mitarbeit an anderen Arbeitsplätzen
Wir bieten:
• ein attraktives Vergütungspaket
• überdurchschnittliche Sozialleistungen
• individuelle Angebote für ihre fachliche und persönliche Weiterentwicklung
• flache Hierarchien und kurze Entscheidungswege
• ein modernes Arbeitsumfeld
• flexible Arbeitszeiten
Interesse? Fragen? Gerne an:
Böhnke + Partner GmbH
Steuerungssysteme
S. Steg ☎ s.steg@boehnepartner.de

Niederberger Gruppe
Niederberger Köln sucht **Mitarbeiter** auf Minijobbasis oder Steuerkarte für unser Objekt in **Bayenthal**. AZ: ab 15:00 Uhr. Bei Interesse bitte unter 02203/935260 oder 0163/6352277 melden.

intensiv 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**

Arbeitsangebote
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
Genau, zuverlässige Putzhilfe gesucht. 1 mal wöchentlich 4 Stunden nach Porz Zündorf. ☎ 02203-590447
Hausdame-Vertretung (w/m/d) sucht Hotel Viktoria Köln - Frau Kerschner (Nähe Reichensperger Platz). ☎ 0221-973172196
Hausmeister (m/w/d) zur Aushilfe, vorzugsweise Maler, sucht Hotel Viktoria Köln (Nähe Reichensperger Platz) - ☎ 0221-973172-193 (Frau Rentrop Mo-Do 10.00-15.00 Uhr)
Hausmeisterteam sucht Verstärkung für Treppenhäuserreinigung, Büroreinigung, Führerschein Voraussetzung. info@schneider-dienstleistungen.eu ☎ 0177-8658556, 02203-9287526
Hotel am Freischütz sucht ab sofort **Reinigungskräfte (m/w/d)** in Teilzeit oder auf 520,00 € Basis. Melden bitte unter ☎ 02233-932330 oder per Mail: m.may@hotel-am-freischuetz.de
Hausmeisterteam sucht Verstärkung zur Pflege von Außenanlagen Helfer (Gärtner), Führerschein Voraussetzung, in fo@schneider-dienstleistungen.eu, ☎ 02203-9287526, 0177-8658556
Treppenhäuserreinigung. Wir suchen für unsere Objekte in Raum Köln deutschsprachige und zuverlässige Reinigungskräfte (m/w/d) mit Berufserfahrung. Auf Minijob oder Teilzeit. ☎ 0221-2225230; Mobil: 0173-7271727 oder info@tim-gmbh.eu.

REINIGUNGSPERSONAL IN 50733 KÖLN (KÖLNTURM MEDIAPARK) GESUCHT
(m/w/d) ab sofort, AZ: Mo-Sa, 6.00-8.30 Uhr, in Teilzeit 13,-€/Std. o. Mo-Fr, 15.00-18.00 Uhr in Teilzeit 13,-€/Std.
☎ 0178-9079829 o. ☎ 02421-9779-0
www.peterhoff.de Peterhoff Gebäudereiniger

Erteile mit uns dem Müll eine Abfuhr!
Wir suchen Mülllader (m/w/d)
In überörtlich bezahlter und unbefristeter Festanstellung mit Chance auf Übernahme in einen der größten Entsorgungsfachbetriebe
In Vollzeit im Raum Köln
Rufen Sie uns an: Tel. 0221 / 98 60 96 00
Fa. IDH GmbH
Rösrather Str. 505 A, 51107 Köln

Zwei zeitlich flexible Mitarbeiter (m/w/d) gerne Rentner gesucht.
Voraussetzungen:
- Gute Deutschkenntnisse in Schrift und Sprache
- Führerschein Klasse B (PKW)
Für Büroarbeiten und Hausmeisterarbeiten in Köln-Mülheim und Refrath.
Bitte telefonisch unter der Mobilnummer: 01735162833 melden.

Wir suchen für ab sofort eine zuverlässige und deutschsprachige Reinigungskraft (m/w/d)
- sozialversicherungspflichtige Beschäftigung -
- Vergütung nach Lohntarifvertrag (Gebäudereiniger-Handwerk)
- 30 Tage bezahlten Urlaub pro Jahr -
Haben wir Ihr Interesse geweckt? Dann melden Sie sich gerne bei uns. für unser Objekt -
Krankenhaus St. Hildegardis
Ansprechpartner: Frau Curic
Tel.: 0221-40038293

WIR SUCHEN DICH ...in Köln
(Spenrather Weg 7) **SPIELSTATION**

SERVICEKRAFT (m/w/d) in Teil- oder Vollzeit (gerne Quereinsteiger)
Zum neuen Job: **02541/9406473** oder **www.karriere.spielstation.de**

Ihre Anzeigen auch online!
In Kooperation mit **stellenanzeigen.de** **YOURJOB.de**

WIR SUCHEN DICH!
Mühlenbäckerei Scherbarth
Bäcker:in gesucht!
Hast du Lust, hochwertige und gesunde Bio-Vollkornbackwaren herzustellen?
Melde dich gerne unter: **02202 / 956880** oder **01575 / 4 71 08 84** **job@scherbarth.net**
Wir bieten dir eine überörtliche Bezahlung, die Möglichkeit, ein langes Wochenende zu genießen und jeden Sonntag frei zu haben.
Mühlenbäckerei Scherbarth
Gustav-Strosemann Str. 16
51469 Bergisch Gladbach
02202/956880
www.scherbarth.net
job@scherbarth.net

Niederberger Gruppe
Niederberger Köln sucht **Mitarbeiter** auf Minijobbasis oder Steuerkarte für unser Objekt in **Bayenthal**. AZ: ab 15:00 Uhr. Bei Interesse bitte unter 02203/935260 oder 0163/6352277 melden.

SCHMERSAL BÖHNKE + PARTNER
Böhnke + Partner GmbH ist seit über 30 Jahren auf die Herstellung von Steuerungen im Bereich der Aufzugtechnik spezialisiert und gehört zu einem der führenden Dienstleistern in diesem Segment.
Zur Verstärkung unseres Teams suchen wir ab sofort
Mitarbeiter Lager / Versand m/w/d
Ihre Aufgaben:
• Kommissionieren und Verpacken verschiedener Warenguppen nach den vorhandenen Auftragsdaten
• Einlagern und umlagern unserer Produkte auf die Lagerplätze
• Ausgabe von Betriebsmitteln aus dem BM-Lager
• Durchführen von innerbetrieblichen Transportaufgaben (Warenverkehr) mittels Hubwagen/Stapler
• Bei Bedarf Mitarbeit an anderen Arbeitsplätzen
Wir bieten:
• ein attraktives Vergütungspaket
• überdurchschnittliche Sozialleistungen
• individuelle Angebote für ihre fachliche und persönliche Weiterentwicklung
• flache Hierarchien und kurze Entscheidungswege
• ein modernes Arbeitsumfeld
• flexible Arbeitszeiten
Interesse? Fragen? Gerne an:
Böhnke + Partner GmbH
Steuerungssysteme
S. Steg ☎ s.steg@boehnepartner.de

Niederberger Gruppe
Niederberger Köln sucht **Mitarbeiter** auf Minijobbasis oder Steuerkarte für unser Objekt in **Bayenthal**. AZ: ab 6:00 Uhr. Bei Interesse bitte unter 02203 - 935260 oder 0163/6352249

Die Justizvollzugsanstalt Siegburg stellt ein:
Beamtin bzw. Beamter im Allgemeinen Vollzugsdienst (m/w/d)
Sie möchten dazu beitragen, dass Gefangene auch nach der Inhaftierung in sozialer Verantwortung ein Leben ohne Straftaten führen?
Als Beamtin oder Beamter im Allgemeinen Vollzugsdienst sind Sie in Zusammenarbeit mit unterschiedlichen Fachdiensten daran beteiligt, dieses Ziel zu erreichen. Sie arbeiten im Schichtdienst und auch an Wochenenden oder Feiertagen mit einem Anspruch auf dienstfreie Tage in der Woche.
Nähere Informationen zum Berufsbild finden Sie unter: <https://www.justiz-karriere.nrw/ausbildung/beamter-im-allgemeinen-vollzugsdienst>.
Feste Einstellungstermine bestehen nicht. Ihre Einstellung in den Allgemeinen Vollzugsdienst erfolgt in der Regel im Tarifbeschäftigungsverhältnis. Sie haben so die Möglichkeit, schon einmal Berufserfahrung im Justizvollzug zu sammeln. Im Anschluss an das Beschäftigungsverhältnis starten Sie regelmäßig innerhalb von 3 Jahren Ihre Ausbildung im Beamtenverhältnis auf Widerruf.
Die Ausschreibung wendet sich ausdrücklich auch an Menschen mit Migrationshintergrund mit guten Deutschkenntnissen in Sprache und Schrift.
Bewerbungen geeigneter schwerbehinderter und diesen gleichgestellten Menschen im Sinne des § 2 Abs. 3 SGB IX sind ebenfalls ausdrücklich erwünscht.
Ihre aussagekräftige, schriftliche Bewerbung richten Sie bitte an:
Leiterin der Justizvollzugsanstalt Siegburg
z.Hd. Hr. Reichelt
Luisenstr. 90, 53721 Siegburg
oder per Mail an: bewerbung@jva-siegburg.nrw.de
Telefonische Anfragen unter Tel.: 02241 / 307-1105

SCHMERSAL BÖHNKE + PARTNER
Böhnke + Partner GmbH ist seit über 30 Jahren auf die Herstellung von Steuerungen im Bereich der Aufzugtechnik spezialisiert und gehört zu einem der führenden Dienstleistern in diesem Segment.
Zur Verstärkung unseres Teams suchen wir ab sofort
Technischer Zeichner / Systemplaner m/w/d
Ihre Aufgaben:
• Erstellen von Projektdokumentationen gemäß Datenblättern, technischen Vorgaben vom Kunden und Sonderkonstruktionen
• Erstellen von Fertigungslisten für SAP
• Zusammenstellen und Übergabe der zu einem Projekt gehörenden Unterlagen und Beschriftungen,
• gegenseitige Kontrolle der Zeichnungen bei Bedarf
• Erstellen der Dokumentationen zur Auslieferung
Unsere Anforderungen:
• abgeschlossene elektrotechnische Ausbildung
• Erfahrung im Umgang mit CAD-Programmen
• erste Berufserfahrung im Aufgabengebiet von Vorteil
• zielorientierte und strukturierte Arbeitsweise
• Teamfähigkeit
Wir bieten:
• ein attraktives Vergütungspaket
• überdurchschnittliche Sozialleistungen
• individuelle Angebote für ihre fachliche und persönliche Weiterentwicklung
• flache Hierarchien und kurze Entscheidungswege
• ein modernes Arbeitsumfeld
• flexible Arbeitszeiten
Interesse? Fragen? Gerne an:
Böhnke + Partner GmbH
Steuerungssysteme
S. Steg ☎ s.steg@boehnepartner.de

Reisemarkt

Ihre Anzeigen auch online!

Kleinanzeigenmarkt Rheinland.de

Reise und Erholung

Airporttransfer supergut & zuverlässig. 02234-4306380

Advent & Weihnachtsmärkte

01.12. - 03.12.23	3T. Lüneburg & Celle, HP	ab € 339,-
02.12. - 06.12.23	5T. Schwarzwald, Romantischer Advent, HP	ab € 529,-
04.12. - 08.12.23	5T. Fehmarn - Ostsee-Flair, HP	ab € 679,-
10.12. - 12.12.23	3T. Bremen - Schlachtezauber, TP	ab € 359,-
11.12. - 13.12.23	3T. Harz - Zauber der 1000 Lichter, HP	ab € 349,-
21.12. - 28.12.23	8T. Südtirol - Weihnachten, HP	ab € 1059,-
23.12. - 28.12.23	6T. Altmühltal - Weihnachten, HP	ab € 779,-
30.12. - 03.01.24	5T. Usedom - Silvester, HP	ab € 739,-
20.01. - 22.01.24	3T. Berlin - Grüne Woche, ÜF	ab € 299,-
22.12.23 - 03.01.24	13T. Weihnachten & Silvester (EZ ausgebaut) in der Fränkischen Schweiz, HP	ab € 1398,-
23.12.23 - 03.01.24	12T. Weihnachten & Silvester Erzgebirge & Vogtland, HP	ab € 1879,-

Zentrale Wähl 0 22 61 - 81 75 10
Bergisch Gladbach 0 22 02 - 32 92 9
Köln 0 22 1 - 60 60 38 38

Benninghoff-Reisen

www.Benninghoff-Reisen.de

Immobilien

Immobilien-gesuche

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

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

2-3 Zimmer-wohnungen

Urbach, 2 Zimmer, Küche, Diele, Bad, Balkon, 57 m², ab 01.03. frei. Kaltmiete 520,-, Nebenkosten 105,-, Heizkosten 105,-, Kaution 1.400,-. ☎ 02203-22548

4-5 Zimmer-wohnungen

Lichtdurchflutete 4,5 Zimmer-Wohnung, mit 160,00 m² - Zentrum Königsdorf. Gehobene Ausstattung, großzügige Terrasse. WG-geeignet. 1.695,00 € kalt + NK. Fr. Dr. Dreytmüller: 0172-2513333

Umzüge

KristianUmzüge, Renovierung, Seniorenumzüge, Hausauflösung, Nachlässe, JobcenterKVA, Wohnungsaufll. 0221-96711176

Verkäufe Eigentumswohnungen

Modernes Wohnen in Köln-Fühligen.

- 3 Neubau-Eigentumswohnungen
- 3-4 Zimmer mit Wohnfläche von ca. 86 m² bis ca. 110 m²
- Balkon
- Energieklasse A+
- Fußbodenheizung

Kaufpreisbeispiel: Nr. 61425 1: WE 1, Ergeschoss, ca. 109 m² Wohnfläche, 4 Zimmer 656.500 EUR inkl. Garage
Keine zusätzliche Käufercourtage

Marius Sandberg
0221 179494-23
ksk-immobilien.de/neubau

Kleinanzeigen

Tierbörse

Babykatz (Persianer), 18 Wochen alt, in gute Hände abzugeben. ☎ 0176-6475601

Kaufgesuche

0163 - 3967068 Wir suchen antike Möbel, Porzellan, Uhren, Schmuck, Bernstein, Bronzefig., Pelze, Handtaschen, Häckeldecken, Puppen, Lexika, LPs. Frau Wesel

Suche Massivholz u. Bauernmöbel, Zinn, Uhren, Münzen, Modeschmuck, Pelzmantel u. Jacken 0177-9037482

! 0157 - 37 77 92 12 Achtung Ankauf !! Pelze, Bekleidung, Handtaschen, Porzellan, Bleikristall, Zinn, Näh-u. Schreibmasch., Bücher, LP's, Briefe, Teppiche, Möbel, Gobeline, Puppen, Besteck, Bilder, Uhren, Tafelsilber, Münzen, Bernstein u. Schmuck. Seriose Hausbesuche, Barzahlung. Frau Hartmann ☎ 0157 -3777 9212

! Achtung seriöser Ankauf! Nachlässe, Pelze, Garderobe, Porzellan, Sammelta., Kristall, Römer, Näh- & Schreibm., Zinn, Silberbest., Vorwerk, Puppen, Möbel, Münzen, Schmuck, Militaria, Hummelfiguren, CDs & Schallpl., Teppiche, Gemälde, Kameras uvm. MFG Ben Tel: 0178-4676350

1a Aber absolut alles Ankauf, Pelzankauf. Bekannt für höchste Seriosität. Abendgarderobe, Landhaus Mode, Lederwaren, Bücher, Silberbesteck, Münzen, Uhren, Champagner Wein und Spirituosen, Zinn, Schmuck, Porzellan, Kristall, Römergläser, Leuchter, Teppiche, Gobelin, Gemälde, Holzfiguren, Karnevalsorden, Handtaschen, LP, CD, Näh- u. Schreibmaschinen, Puppen. Wertschätzung, bitte alles anbieten. Weiß Tel: 0178-3735914

Alte Karnevals-Orden/Mützen/Anstecker aus Bergisch Gladbach/Köln, von privatem Sammler gesucht. 02207-7910, 0163-8436553

Alte MÄRKLIN, TRIX, Fleischmann Modellbahn mit Zubehör, ferner alte WIKING, SIKU-Plastik Modellautos gesucht. Tel. 0175 - 595 0110

Ankauf von Wanduhren, Standuhren, Kammeruhren, Armbanduhren, Taschenuhren, Herr Herzberg 0162-6526557

Barankauf von Silberbesteck, Meissen u. Herend Porzellan, Bücher u. kompl. Nachlässe, geschnitzte Herrenzimmer, groß. Ölbilder, Bronzefiguren, Zeitlos & Antik, Henkel, Frankfurtstr. 117, ☎ 02242-9041348 o. 0177-7593050

Briefmarken & Münzen: Ob Sie eine Einlieferung für unsere Auktionen vornehmen oder sofort gegen bar verkaufen wollen - auch an Ihrem Wohnort -, wenden Sie sich an die richtige Adresse: **AIK-Phila GmbH**, 52062 Aachen, Lothringerstraße 13, ☎ 0241-33995 - www.aikphila.de

Kaufe gut erhaltene Einbauküchen und andere Möbel. 0171-3572560

KAUFE MODELLEISENBahn ALLER ART! Auch große Sammlungsauflösung. Zahle fair und bar bei Abholung. Heinrich Weber, 0160/964 577 81

Maria kauft! Hochwertiges Porzellan, Meissen, Rosenthal, Herend, ältere Weine u. Champagner, Pelze, Porzellanfiguren, Silber, Modeschmuck, Zinn, Musikinstrumente, hochwertige Schmuck-Uhren. 0221-17052664 Barzahlung!

Modelleisenbahn Spur HO - Märklin, Roco, Fleischmann gesucht - auch LGB und Lenz-Spur-0 gesucht. Gerne auch größere Anlagen und Sammlungen. Tel. 02238-89 492

Sammler sucht Bibel-, Gesangs- und Gebetsbücher Hermann 0163-1086945

Verloren/Gefunden

Irakischer Reisepass verloren, ausgest. 09.12.2015, Nr. A9024605, gültig 07.12.23, Eigentümer Jotyar Jarjis Younis Younis. ☎ 0162-2325389

Garten

BAUMDIENST SCHICK GmbH
• Risikofällungen inkl. Entsorgung
• Seilklettertechnik • Wurzelfräsen
• Sturmshadenbeseitigung
• kostenlose Beratung
☎ 0221/53 43 357

BAUMDIENST MÖDL
• Baum- und Risikofällungen
inkl. Entsorgung
• Klettertechnik • Wurzelfräsen
• kostenlose Beratung
Tel. 02234 - 899988

PORZER BAUMDIENST
günstig - sicher - fachgerecht
Kronenpflege, Einkürzen, Wurzelentfernung
Baumfällung an schwierigsten Standorten
Heckenschnitt - kostenlose Beratung
☎ 0 22 03 / 10 35 37

0 - Anfahrtskosten Alle Gartenarbeiten jeder Art zum Festpreis, Rückschnitt von Hecken, Sträuchern, Bäumen, Rasenpflege, Rollrasen, Teichreinigung ☎ 0221-6807759

1A alle Gartenarbeiten zum Festpreis!!!
Kostenlose Besichtigung!!!! ☎ 0221-54818935

Baumfällung u. Entsorgung im Raum Köln. Firma H. Murges (Eifel) ☎ 0171-7953956

Biete Gartenarbeit aller Art & Entsorgung. Firmenarbeits ☎ 0176-84029053

Gartenarbeiten aller Art, Hecken, Baumfällungen, Entsorgung, ☎ 0162-9156321

24 Stunden

kommt Ihre Nachricht bei uns an.
www.express-die-Woche.de,
AnzeigenEdW@schlossbote.de

Dienstleistung

1a Haushaltsauflösungen mit Wertanrechnung. ☎ 0221-378265

1a Abfallbeseitigung, Entrümpelungen aller Art. Zum Festpreis! Kostenlose Besichtigung! ☎ 0157-38759222

1a Abfallentsorgung, Haushaltsauflösung, Entrümpelung www.batke-transporte.de ☎ 02234-59621

20 Jahre Entrümpelung preiswert, besenrein und zu garantierten Festpreisen. Unverbindliche kostenlose Besichtigung: ☎ 0221-5897618, werner-koeln.de

Fensterreinigung zum Festpreis! ☎ 0221-75983287

Malerarbeiten sauber, preiswert ☎ 02234-4308098

Malermeister H.P. Kneis: Fassadenbeschichtung, Rißsanierung, sämtliche Malerarbeiten, spezielle Putz- und Wischtechniken ☎ 0172-2421526, eMail: hanspeter.kneis@koeln.de, www.hp-kneis.de

Wohnungsaufösungen, Entrümpelungen; schnell, preiswert. SSM Köln, 0221-6403152. Sie unterstützen ein langjähriges Selbsthilfeprojekt!

Bauen & Wohnen

Badenwannen

Neubeschichtung, schnell und preiswert, alles ohne Fliesenarbeiten, auch für Duschtassen, mit Garantie, Fa. Derichswiler, 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, gerne Kleinaufträge. ☎ 0157-77392797

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

FENSTERLÄDEN

ALU KUNSTSTOFF-HOLZ

Perfektion nach Maß

W. KIESEL GMBH
Hauptstr. 358 • 51143 Köln
Telefon 0 22 03/5 33 11
www.kiesel-fensterlaeden.de

Immobilien

Kaufgesuche Häuser

Suche v. Privat. ☎ 0221-2929903

Köln-Rechtsrheinisch! Für einen Kunden suchen wir ein gepflegtes EFH, Wfl. ca. 120 m² und mind. 4-5 Zimmern. Rufen Sie uns an, wir beraten Sie gerne unverb. im Detail. Infos unter: www.bender-immobilien.de, oder unter: 02204/2904940

Resthof, Mühle, Herrenhaus, Burg, Schloss mit reichlich Nebengebäuden für barzahlenden Mehrgenerationenhaushalt gesucht. Misch: Ruhiglage, Abstand zu Nachbarn, großes Grundstück, Nebengebäude für Fahrzeugpark und Tierhaltung. Übernahmetermin sehr flexibel, von Emhofen Immobilien, www.vonemhofen.de, 0221-9405510

Kaufgesuche Eigentumswohnung

Suche Eigentumswohnung zum Kauf von Privat! 02235-4019782

Vermietungen

Lagerboxen zum Einlagern von Hausrat ab 1m² bis 13m² ab 21 €/monat, frostfrei, 24 Std. zugänglich in Hürth-Knapsack. 02233 - 707 175, www.versicherung-schumacher.de

Vermietungen Apartments

Rommerskirchen, modernes, vollständig möbliertes Apartment 35m² zur Kurzzeitmiete (mindestens 2 Monate) ab 01.01.24, ausgestattet mit Tageslichtbad, Balkon und PKW Stellplatz in zentraler ruhiger Lage. Nähere Infos unter www.schiller-apart.de Warmmiete inklusive aller Nebenkosten (Hzg, Wasser, Internet etc.) 700,- ☎ 0178-5223987

Verkäufe

Brennholz zum Selbermachen im Raum Frechen. Abholung am Weg bis selber Schlägen im Wald. Motorsägenschein erforderlich. Kontakt: brennholz@bau-mannshof-gbr.de

Gänse, Gänseteile, Wild, Enten, Puten -> jetzt bestellen beim Bauerngut Schiefelbusch im Hofladen oder in der Sülzau.

Verkaufe elektr. Roller (3 Rad) mit Nummernschild, Preis VB ☎ 02203-1830341

Kleinanzeigen Verkäufe **Brennholz** zum Selbermachen im Raum Frechen. Abholung am Weg bis selber Schlägen im Wald. Motorsägenschein erforderlich. Kontakt: brennholz@bau-mannshof-gbr.de **Gänse**, Gänseteile, Wild, Enten, Puten -> jetzt bestellen beim Bauerngut Schiefelbusch im Hofladen oder in der Sülzau. **Verkaufe** elektr. Roller (3 Rad) mit Nummernschild, Preis VB ☎ 02203-1830341 Häusliche Pflege **Badewannenentür** für Ihre alte Wanne. Nachrüstung in 5 Std. Ab Pflegegrad 1 kostenlos. Wansa Badkonzept, www.wansa.de ☎ 02171/3992599 **Frau aus Ungarn sucht neue 24 Stunden Stelle** Ich betreue seit vielen Jahren ältere Menschen Daheim. Weder trinke ich Alkohol noch rauche ich Zigaretten. Nur Langfristig! Bitte nur seriöse Anfragen! ☎ 0621-18060355 Handy 01579-2452045

Nasse Keller?

Feuchte Wände? Schimmel?

Endlich trocken! Ohne zu baggern!

20 Jahre Garantie!

Rufen Sie an:
Tel. 02234-4352038

Besichtigung & Angebot kostenlos! www.AquaPron.de

Kleinanzeigen Verkäufe **Brennholz** zum Selbermachen im Raum Frechen. Abholung am Weg bis selber Schlägen im Wald. Motorsägenschein erforderlich. Kontakt: brennholz@bau-mannshof-gbr.de **Gänse**, Gänseteile, Wild, Enten, Puten -> jetzt bestellen beim Bauerngut Schiefelbusch im Hofladen oder in der Sülzau. **Verkaufe** elektr. Roller (3 Rad) mit Nummernschild, Preis VB ☎ 02203-1830341 Häusliche Pflege **Badewannenentür** für Ihre alte Wanne. Nachrüstung in 5 Std. Ab Pflegegrad 1 kostenlos. Wansa Badkonzept, www.wansa.de ☎ 02171/3992599 **Frau aus Ungarn sucht neue 24 Stunden Stelle** Ich betreue seit vielen Jahren ältere Menschen Daheim. Weder trinke ich Alkohol noch rauche ich Zigaretten. Nur Langfristig! Bitte nur seriöse Anfragen! ☎ 0621-18060355 Handy 01579-2452045

Kleinanzeigen Verkäufe **Brennholz** zum Selbermachen im Raum Frechen. Abholung am Weg bis selber Schlägen im Wald. Motorsägenschein erforderlich. Kontakt: brennholz@bau-mannshof-gbr.de **Gänse**, Gänseteile, Wild, Enten, Puten -> jetzt bestellen beim Bauerngut Schiefelbusch im Hofladen oder in der Sülzau. **Verkaufe** elektr. Roller (3 Rad) mit Nummernschild, Preis VB ☎ 02203-1830341 Häusliche Pflege **Badewannenentür** für Ihre alte Wanne. Nachrüstung in 5 Std. Ab Pflegegrad 1 kostenlos. Wansa Badkonzept, www.wansa.de ☎ 02171/3992599 **Frau aus Ungarn sucht neue 24 Stunden Stelle** Ich betreue seit vielen Jahren ältere Menschen Daheim. Weder trinke ich Alkohol noch rauche ich Zigaretten. Nur Langfristig! Bitte nur seriöse Anfragen! ☎ 0621-18060355 Handy 01579-2452045

Bekanntschaffen

Ihre Anzeigen auch online!

Kleinanzeigenmarkt Rheinland.de

VON HERZ ZU HERZ

SIE SUCHT IHN ER SUCHT SIE

Simva, 53 J., Altenpflegerin, sanftweiche Haut, sanfte Augen. Was wünsche ich mir für mein Leben? Glück, Gesundheit - und eine große Liebe! Ich vermisse Streichelheiten, wünsche mir einen Mann, den ich mit meiner Liebe und Küssen glücklich machen möchte - aber bitte nur nur an, wenn du es auch ehrlich meinst. Ich bin offen für alles Neue, sportlich, mag die Natur, Musik, koche + backe gerne. Hab ich dein Interesse geweckt? Melde dich über: (5522/J167279) GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎0800-333 1117

Silvia, 57 J., Bürokauffrau, super nett, total natürlich, lange Haare, einfühlungs-warmherzig. Liebe für immer gesucht! Was soll ich dir über mich erzählen? Ich reise sehr gerne, treibe Sport, lese, interessiere mich für Sprachen, dekoriere gerne schön mein gemütliches Heim, wünsche ich mir einen Partner, der nach einer wirklich festen Zweisamkeit sucht, der nicht mit meinen Gefühlen spielt, mit mir gemeinsam eine Zukunft planen möchte. Melde dich über:(5522/J167479) GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎0800-333 1117

Inga, 60 J., med. Fachangestellte, schlank, strahlendes Lächeln, bei Liebe nicht ortgebunden. Kommt die Liebe auch noch mal zu mir? Ich hatte leider Pech in der Liebe, wünsche mir eine Partnerschaft mit vielen schönen Momenten: wir könnten zusammen reisen, Stadtbummel unternehmen, ins Kino oder joggen gehen, das Leben teilen, zusammen lachen - einfach ganz viel Liebe spüren! Ich suche keinen perfekten Mann, sondern denjenigen, der mit mir noch viele schöne Jahre erleben möchte! Melde dich über: (5522/J167839) GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎0800-333 1117

Barbara, 61 J., Diplom-Ingenieurin, eine gepflegte, gut aussehende Frau mit absolut positiver Wesensart, sie reist gerne, besucht Museen, ist musikalisch, kocht sehr gut. Richtig glücklich ist man nur, wenn das Herz auch glücklich ist! Ich wünsche mir eine Wohlfühlbeziehung mit vielen Gemeinsamkeiten & Geborgenheit, suche Sie, den kultivierten Mann, für ein Leben auf der Sonnenseite. Sich auf jeden gemeinsamen Tag, auf jedes Treffen freuen, gegenseitigen Respekt & Wertschätzung spüren! Rufen Sie an über: (5522/J167330) GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎0800-333 1117

Annette, 63 J., Haushälterin, sehr warmherzig, weibliche, vollbusige Figur, liebes Lächeln, sie betreut auch gerne ältere Menschen. Leider habe ich privat noch nicht das große Glück gefunden. Wenn ich abends für mich alleine koche, bin ich oft traurig. Ich möchte wieder das Gefühl spüren geliebt zu werden, wäre bei Sympathie nicht ortgebunden. Melden Sie sich über: (5522/J135416) GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎0800-333 1117

Gabriele, 65 J., Erzieherin, liebevolle, sympathische Wesensart, naturverbunden, sie liebt das Meer, mag Kultur, Theater, betreut gerne ältere Menschen. Ich finde: Jeder hat ein Recht auf Glück + Liebe! Ich möchte eine liebevolle Beziehung mit einem netten Herrn aufbauen, möchte alles mit Ihnen teilen, Liebe geben und bekommen. Eins und eins - das ist zwei! Ich bin auch bereit, Kompromisse zu machen, um ein neues Leben zu zweit aufzubauen, würde eventuell auch umziehen. Melden Sie sich über: (5522/J163045) GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎0800-333 1117

Susanne, 68 J., Krankenschwester, ganz liebe Witwe, sehr natürlich, schlank, sportlich (Radfahren, Fitness, Wandern), sie reist gerne ans Meer, eig. Pkw. Alleine in Urlaube fahren, alleine essen gehen, alleine die Sonntage verbringen zu müssen möchte ich nicht mehr - ich möchte vieles zusammen erleben, gemeinsam eine Zukunft aufbauen, noch hoffentlich ganz viele Jahre zu zweit zu haben, einfach richtig glücklich sein. Melden Sie sich über: (5522/J167588) GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎0800-333 1117

Gisela, 70 J., Altenpflegerin, eine ganz natürliche, lebenswerte Frau, ehrlich + hilfsbereit, humorvoll, eig. Pkw. Richtig glücklich ist man erst zu zweit! Wäre es nicht wunderbar, sich ein gemeinsames Leben zu wünschen, wo viele gemeinsame Stunden erleben und genießen dürfen? Ich mag die Natur, ein gemütliches Zuhause, suche einen Partner mit Herz und Humor, der wieder Nähe spüren möchte. Sollen wir uns in den nächsten Tagen zu einem Kaffee treffen? Ich bin bei Liebe nicht ortgebunden! Melden Sie sich über: (5522/J156068) GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎0800-333 1117

Roswitha, 75 J., Beamtin i.R., sympathische Witwe, flott + wesentlich jünger wirkend, herzliche Ausstrahlung, eig. Pkw. Einsamkeit macht auf Dauer traurig - deshalb möchte ich Sie kennenlernen. Gemeinsam können wir ein (hoffentlich noch langes) wunderschönes Leben machen, viele unternehmen, gemütliche, harmonische Abende zu Hause verbringen. Ich reise gerne, lese, bin gerne in der Natur und bei gutem Wetter im Garten, möchte mich bei einem lieben Partner wieder ganz als Frau fühlen. Gemeinsam den Alltag fröhlich und harmonisch gestalten, lachen, zu zweit ganz viel Freude im Leben haben. Melden Sie sich über: (5522/J167971) GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎0800-333 1117

Marie-Luise, Krankenschwester, Ende 70, gut aussehende Witwe, gepflegt, jünger wirkend, sie ist häuslich, lebenswert und fürsorglich, kann gut kochen und backen, geht gerne spazieren, eig. Pkw. Wenn ich ehrlich bin, bedrückt mich die Einsamkeit gerade an den Wochenenden und Abenden schon! Ich suche einen ganz normalen Partner, für den ich kochen und sorgen kann, mit dem ich noch viele Jahre in Harmonie, Fröhlichkeit und Zweisamkeit erleben darf, mit dem ich reisen, lachen kann. Ich war viele Jahre in einem Pflegeberuf tätig, möchte mich wieder um jemanden kümmern, für ihn da sein! Bitte melden Sie sich über: (5522/J142146) GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎0800-333 1117

Alexander, 55 J., Ingenieur, 1,90 m, ein charmanter, humorvoller, intelligenter Mann mit einem riesengroßen Herzen, naturverbunden, reisebegeistert, er fährt zur Jagd. Das Leben ist schön - aber alleine zu leben ist nicht so schön! Ich suche eine ehrliche, dauerhafte Liebe, bin ein Mensch, der sich gerne für immer verlieben möchte, bin unternehmungslustig, gehe gerne essen, mag Reisen, Konzerte, shoppen, kann etwas kochen, mag gute Gespräche und Zweisamkeit, bin ehrlich, zuverlässig, aber nicht langweilig - und suche DICH für ein wunderschönes, fröhliches Leben zu zweit. Melde dich über: (5522/J156407) GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎0800-333 1117

Thomas, 61 J., selbst. Unternehmer, sympathisch, offen und fröhlich, 1,83 m, verantwortungsbewusst, sehr ehrlich, feinfühlig, mit viel Tiefgang, ein toller Gesprächspartner, musikalisch, sportlich (Ski, Fitness, wandern), er reist sehr gerne, ist ein richtiger Harmoniemensch. Lust auf ein wunderschönes Leben zu zweit? Ich suche eine Partnerin, die genauso gerne lacht wie ich, die optimistisch ist, Harmonie mag, sportlich ist und gerne reist! Ich möchte ganz viele schöne Dinge im Leben gemeinsam erleben, ganz viel lachen, reden, ganz viel Herzklopfen spüren, mich über beide Ohren verlieben. Melden Sie sich über: (5522/J156716) GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎0800-333 1117

Tim, 65 J., Produktionsleiter, ein netter, gutaussehender, ausgeglichener Witwer mit viel Herz und Ehrlichkeit zur Partnerschaft. Wissen Sie, was mein größter Herzenswunsch ist? Nach einem Schicksalsschlag noch einmal glücklich zu werden, eine neue Liebe zu finden! Deshalb hoffe ich, Sie lesen diese Zeilen! Zu mir: Ich bin verwitwet, treibe Sport/Fitness, wandern), tanze sehr gerne, reise, gehe gerne schön essen - und möchte mit einer netten Partnerin eine glückliche Zukunft aufbauen, vieles unternehmen, ganz viel Liebe + Glück spüren. Melden Sie sich über: (5522/J168574) GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎0800-333 1117

Bernd, 68 J., lieber Witwer, ein absoluter Gütmensch, er liebt die Natur und den Garten, reist eig. Pkw. Leider bin ich seit dem Tod meiner Frau alleine. Doch ich bin optimistisch genug, um an ein neues Glück zu glauben: Wie wäre es, wenn wir zusammen in der Herbstsonne einen Kaffee trinken, über alles reden, lachen, uns verlieben, ein Leben zu zweit aufbauen, unser Glück für immer festhalten? Rufen Sie an über: (5522/J166768) GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎0800-333 1117

Martin, 71 J., Bauleiter, humorvoll, schlank, sportlich (Fitness, schwimmen), er ist handwerklich begabt, liebt schöne Spaziergänge, reist gerne, kann kochen. Ich bin ein Mensch, der versucht, in allem etwas positives zu sehen, gerne lacht, offen für Neues ist. Was ich suche ist eine Partnerin, die gerne etwas unternimmt, die ein optimistisches, fröhliches Naturell hat, die sich ein dauerhaftes Glück wünscht. Es ist nicht schön, wenn der Mensch alleine ist - zu zweit ist doch alles leichter! Rufen Sie an über: (5522/J161790) GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎0800-333 1117

Rolf, 73 J., Diplom-Ingenieur i.R., sympathischer Witwer, 1,82 m, höflich, feinfühlig, sportlich (wandern, Rad fahren), unternehmungslustig, er interessiert sich für das aktuelle Zeitgeschehen, Politik, reist gerne in die Berge. Das Leben ist schön - und ich bin mir sicher: auch nach Regentagen kommt irgendwann wieder Sonnenschein! Deshalb sollen wir keinen Tag mehr alleine vertuen, sondern zu zweit glücklich werden! Ich mag gute Gespräche, unternehme gerne schöne Ausflüge - vielleicht schon bald mit Ihnen? Rufen Sie an über: (5522/J166191) GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎0800-333 1117

Georg, 77 J., fröhlicher Handwerker, ein wirklich netter Mann mit dem Herzen eines Lausbuben, 1,87 m, er möchte die Weichen seines Lebens neu stellen. Das Leben ist wie eine Zugfahrt mit vielen Stationen... lassen Sie uns zusammen reisen mit Fröhlichkeit im Gepäck und vielen glücklichen, gemeinsamen Erlebnissen! Ich bin zuverlässig, mag Spaziergehen, suche eine nette Partnerin für ein harmonisches, angelegtes Miteinander - auf Wunsch auch bei getren. wohnen. Rufen Sie an über: (5522/J165735) GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎0800-333 1117

Uwe, 79 J., Senior mit viel Herz, 1,80 m, jünger wirkend, schlank, gebildet, mit dem Herz an rechten Fleck, gute Umgangsformen, interessanter Gesprächspartner, reisebegeistert, er kocht gerne, sportlich, eig. Pkw. Es ist Herbst, die Blätter sind bald gefärbt - wie schön wäre es, mit einer netten Partnerin nachmittags durch den Park zu spazieren, danach im Cafe zu sitzen, abends irgendwo schön essen zu gehen, sich wohnzuführen, Zuneigung zu spüren, gemeinsame Pläne zu schmieden! Melden Sie sich über: (5522/J166431) GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎0800-333 1117

Dieter, 82 J., Feuerwehrbeamter i.R., schlank, ein wirklich lebenswerter Witwer, der Ruhe und Sicherheit ausstrahlt, eig. Pkw. Leider bin ich verwitwet - und ich möchte sagen, dass das Alleinsein nicht immer schön ist, mir an manchen Tagen schwer fällt. Wie gerne möchte ich wieder mit einer netten Dame den Alltag gestalten, von ganzen Herzen lachen, reden, gemeinsam Pläne schmieden - wieder merken: Ich lebe und ich bin glücklich - auch bei getren. wohnen! Melden Sie sich über: (5522/J166641) GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎0800-333 1117

Kurf, 85 J., Polizeibeamter i.R., Witwer, angenehmes, freundliches Wesen, ein Mann, für den Treue und Ehrlichkeit wichtig sind, eig. Pkw. Das Leben verläuft nicht immer so, wie man es sich wünscht - leider bin ich verwitwet. Doch ich will wieder die Sonne zurück in mein Leben lassen, lachen! Ich interessiere mich für Musik, bin handwerklich begabt, reise gerne, unternehme Ausflüge mit dem Auto, möchte wieder eine fröhliche, ehrliche Partnerschaft finden, zusammen viele unternehmen - auch bei getren. wohnen. Melden Sie sich über: (5522/J168271) GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎0800-333 1117

Ingo, Mitte 80, Chemielaborant i.R., lebenswürdiger Witwer, mit Frohsinn im Herzen, ausgeglichen, er wandert gerne, spielt Tischtennis, ist tierlieb. Muss ich als Witwer für immer alleine bleiben? Oder darf ich auf ein neues Glück hoffen? Das wäre schön! Wo ist die Dame, die mit mir spazieren gehen möchte, jeden Tag mit viel Herzlichkeit und Liebe zu einem schönen Tag machen möchte? Es wäre wunderbar, gemeinsam vielleicht schon den Herbst zu genießen, eine Partnerschaft mit Respekt und Liebe aufzubauen. Melden Sie sich über: (5522/J167223) GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎0800-333 1117

EXPRESS - DIE WOCHE

Diese Ausgabe (auch in Teilaufgaben) mit Beilagen von:

Action E	Intersport
Albert Schweitzer Apotheke	Voswinkel JYSK
Aldi	Köln
Boss	Getränkzentrum
CAN	Kranich Apotheke
Getränke Markt	Lidl
Centershops	Mack Optic
Denn's Biomarkt	Mauritus
Der Küchenmacher	Getränkemarkt
dm-Markt	Meroh Fachmarkt
E-Center	Norma
Edeka	OK/Doki
Fressnapf	Getränkeshop
Gammy	Onlineprinters
Getränkemarkt	Warner Bros.
Getr. Hoffmann	Osternarm
Getränke	Polsterarena
Kilic & Kilic	Bernskötter
Getränke Bersan	Real
Getränke	Rossmann
Breidenbach	Rusta Retail
Getränke	Schaffrath
Granderath	Segmüller
Getränke Kökmen	Trinkgut
Getränke Schneider	Wein- und Getränkemarkt
Globus	IDER
Globus Bau	Worringer
Hit	Getränkemarkt

Barankauf von Gold und Silber zu Höchstpreisen! Wir kaufen: Münzen, Medaillen, Zahngold, Schmuck, Golduhren, Silberbestecke, Silbertablets usw.
 Unser Ankaufspreis betrug am 30.10. für 1g Feingold bis zu 58,00 €. Erfragen Sie unseren Tagespreis!
Münzen & Medaillen-Galerie Koeln
 Auktionshaus Knopek OHG
 Alter Markt 55 • 50667 Köln
 Tel.: (02 21) 25 36 00

Informationen für Jecke

Köln. Die Stadt Köln informiert frühzeitig und umfassend über Maßnahmen und das Sicherheitskonzept zum Sessionsstart am 11.11.2023. Auf der Internetseite karneval.koeln sind ab sofort zahlreiche Informationen für Feiende, Anwohnende, Gastronomen und LKW-Fahrer zu finden.

Außerdem wird die Veranstaltungs-Seite des Festkomitees Kölner Karneval verlinkt, die alternative Feier-Möglichkeiten zur Zülpicher Straße aufzeigt. Die Informationsseite karneval.koeln wird sowohl in Köln als auch im Umland über Social-Media-Anzeigen beworben.

Drei Schwestern sorgen für Kampfsport-Furore

Das talentierte Thai-Trio

Liana, Miriam und Melina Feyerabend haben großen Spaß am Thai-Boxen. Foto: Feyerabend



Drei Schwestern, die sich im Thai-Boxen versuchen. Das gibt es nur ganz selten. Doch Melina (14), Miriam (11) und Liara (9) Feyerabend aus Glessen probieren die Sportart nicht nur aus, sie gehören hierzulande zu den absoluten Top-Talenten. Für die älteste im Bunde sprang jüngst sogar der Vizeweltmeister-Titel bei den Juniorinnen heraus. Und weitere große Siege sollen folgen für Deutschlands talentiertestes Thai-Trio.

von ALEXANDER BÜGE

Mülheim. Melina, Miriam und Liara arbeiten derzeit jedenfalls hart daran, um sich weiter zu verbessern. Immerhin absolvieren sie drei Mal in der Woche sportartspezifisches Training, wozu bei Melina in der Wettkampfvorbereitung noch Lauf- und Krafttraining kommt. Zudem achtet die älteste des talentierten Thai-Trios genau auf ihre Ernährung, um mit dem optimalen Gewicht zu steigen. Kein Wunder also, dass die 14-Jährige jüngst von Sieg zu Sieg eilte, zahlreiche Kämpfe dominierte und in die Nationalmannschaft berufen wurde.

Doch nicht nur das: Melina Feyerabend durfte Deutschland in der türkischen Metropole Antalya im Oktober sogar bei der Junioren-WM vertreten, bei der sie sensationell ins Finale vorstieß und sich dort nur knapp geschlagen geben musste. Entsprechend groß ist die Freude derzeit über das Erreichte, der große Trainingsfleiß von bis zu 14 Stunden in der Woche hat sich ausgezahlt.

Nur: Wie kommen Mädchen in diesem jungen Alter zu einer solch außergewöhnlichen Sportart? „Ich war mit meiner Schwester Miriam früher im Turnverein, doch daran haben wir irgendwann das Interesse verloren und waren auf der Suche nach einem neuen Sport“, erinnert sich die Gymnastin Melina Feyerabend im Gespräch mit Express - Die Woche. „Mein Vater hat uns dann vorgeschlagen mal Thai-Boxen auszuprobieren. Und das hat uns beim ersten Training direkt so gut gefallen, dass wir unbedingt weiter machen wollen.“

Und da sich Melina und Miriam Feyerabend sowie später auch ihre kleine Schwester Liara koordinativ durch das Training enorm weiterentwickelten, blieben sie dran. Mehr noch: Schnell stellte sich heraus, dass alle drei enormes Talent haben und in der Lage seien könnten, eines Tages große Erfolge zu feiern.

Anders als viele Menschen vermuten, ist die Konkurrenz beim Thai-Boxen in Deutschland mittlerweile auch bei den Mädchen durchaus groß. „Früher war Thai-Boxen ein reiner Männersport. Mittlerweile ist das aber ziemlich ausgeglichen, zumindest bei den Kindern, da sich immer mehr Mädchen für diese Sportart interessieren“, erklärt Vater Daniel Feyerabend, der keine Angst hat, dass sich seine Kinder beim Thai-Boxen eines Tages schwer verletzen. „Gedanken über Verletzungen mache ich mir gar keine. Klar gibt es immer mal wieder blaue Flecken oder irgendwelche Prellungen, aber dazu kommt es in jeder anderen Sportart auch. Ich würde sogar sagen, dass die Verletzungsgefahr beim Fußball viel höher ist.“

Zudem arbeite man mit erfahrenen Trainern zusammen, unter anderem im Bundesleistungszentrum in Köln-Mülheim. Und da die Sportart vom Internationalen Olympischen Komitee offiziell anerkannt ist, gibt es genaue Vorschriften, was die Sicherheit der Sportler angeht, gerade beim Nachwuchs. „Man kann dabei nicht

einfach Kinder in den Ring schmeißen und sich prügeln lassen“, erklärt Daniel Feyerabend. „Es kommen beispielsweise Schienbein- und Ellbogenschoner zum Einsatz. Außerdem werden hochwertige Handschuhe aus echtem Leder verwendet, auch ein Mund-, Brust- und Kopf-Schutz muss getragen werden.“

An den Wettkampf werden Kinder darüber hinaus nach und nach herangeführt. So dürfen sie bis zum zwölften Lebensjahr beim Thai-Boxen nicht zum Kopf des Gegners schlagen, während Tritte sowie Knie- und Ellbogenstöße gegen den Kopf erst ab einem Alter von 14 Jahren zugelassen werden. Vor einem Wettkampf muss letztlich jeweils eine ärztliche Bescheinigung über die Wettkampftauglichkeit vorgelegt werden.

Dementsprechend hat sich noch keines der Feyerabend-Mädchen eine größere Verletzung zugezogen. Und genau so soll es auch bleiben. Vielmehr freut sich das talentierte Thai-Trio aus dem Rheinland auf die kommenden Monate, wobei die Nominierung für die kommenden EM sowie für die nächste

WM im Jahr 2024 die Zielsetzungen sind. „Um erfolgreich zu sein, müssen die Mädchen weiter dran bleiben. Da mache ich mir aber keine Sorgen. Vor allem Melina ist wirklich sehr fokussiert, sie trainiert sehr intensiv“, sagt Thai-Box-Verbandspräsident Detlef Türnau, während Melina Feyerabend ergänzt: „Mein Ziel ist es zunächst, mich für die nächsten großen Veranstaltungen zu qualifizieren. Es wäre schön, auch dort mit dabei sein zu können.“

Perspektivisch könnten Melina, Miriam und Liara Feyerabend sogar von einer Olympia-Teilnahme träumen. Denn derzeit ist der Weltverband bemüht, die Voraussetzungen zu schaffen, um bei Olympia 2028 oder 2032 als neue Sportart mit in die Veranstaltung aufgenommen zu werden. Um die nötigen Voraussetzungen für eine potenzielle Olympia-Teilnahme zu schaffen, stehen für Athletinnen auf der ganzen Welt allerdings zunächst zahlreiche knallharte Trainingseinheiten im Ring bevor. Aber auch darüber ist sich Familie Feyerabend im Klaren.



Melina Feyerabend kann mit ihren Tritten mühelos Kopfhöhe erreichen.

Foto: Feyerabend

Graffiti-Kunst in Porz: GCP unterstützt junge Talente des Vereins Theater ImPuls e.V. vielseitig bei Fassadengestaltung



Farbenfrohe Zeichen und ausdrucksstarke Wörter: Im Rahmen des Projekts „Du bist Porz“ haben rund 50 Kinder und Jugendliche des Vereins Theater ImPuls e.V. und Kult. Porz mit Street-Art-Künstler:innen der MittwochsMaler eine Fassade neugestaltet und in ein buntes Kunstwerk verwandelt.

Die Fläche für das Graffiti-Projekt stellte GCP zur Verfügung. Die GCP Foundation, die sich regelmäßig deutschlandweit für soziale Projekte und Einrichtungen einsetzt, bezuschusste das Projekt mit einer Finanzspritze für die Honorarkosten der Künstler:innen.

Vom gemeinsamen Brainstorming für das passende Motiv bis hin zum Anbringen des Schriftzugs und dem Verewigen der Namen einzelner Teilnehmer:innen: Alle Kinder und Jugendliche waren durchgehend in die Umsetzung des Graffiti-Projekts eingebunden und haben sich umfassend eingebracht. Für viele war es der erste Einsatz mit einer Spraydose.

Die GCP Foundation macht sich regelmäßig deutschlandweit für soziale Projekte und Einrichtungen stark, wiederholt auch in Köln. Sie unterstützt fortlaufend Projekte und Initiativen mit finanziellen Zuwendungen – wie zuletzt ein urbanes Gartenprojekt in Köln-Finkenbergr, das durch die Spende Pflanzen, Werkzeuge und Material für Hochbeete anschaffen konnte. GCP stellt hierfür ebenfalls die Fläche kostenfrei zur Nutzung zur Verfügung.

Bei GCP in guten Wänden

GCP investiert fortlaufend in die Wohnhäuser und das Wohnumfeld in Köln, legt großen Wert auf das Netzwerk vor Ort und bietet umfassenden Mieterservice.

So stehen die Mitarbeiter:innen im hauseigenen, zentralen Service-Center mit Rat und Tat zur Seite – über die GCP App, im Chat, per E-Mail, mit Rückrufvereinbarung und über das Kontaktformular sowie telefonisch montags bis freitags zwischen 7 und 19 Uhr. In dringenden Fällen rund um die Uhr, auch an Wochenenden und Feiertagen. TÜV-geprüft.

Seit vielen Jahren veranstaltet GCP zudem saisonale Mieterevents und schafft damit immer wieder gemeinsame Erlebnisse, die den Austausch und das Miteinander in der Nachbarschaft stärken – sowohl vor Ort als auch online. Diese Aktionen gehören seit Jahren zur Tradition bei GCP und sind ein wichtiger Faktor für die hohe Mieterzufriedenheit.

Von Einzug bis Aufzug, von Ankommen bis Zuhause sein: GCP tut alles, damit Wohnen Zuhause wird und bleibt.

www.grandcityproperty.de



MEXIKO-Traumreise 2024

mit FLY & HELP und Schlagerstars unter Palmen
 * ALL-INCLUSIVE *



p. P. ab
1.299 €

im DZ vom 15.04.-23.04.2024
 9-tägig (7 Nächte) ab/bis Frankfurt
 inkl. Flug, im 5 Sterne Luxushotel
 (Verlängerung möglich)

Buchungscode:
 RAG24

Urlaub an der Karibikküste in Playa Del Carmen!

Begleiten Sie uns in Ihrem nächsten Traum-Urlaub an die Karibikküste Riviera Maya in Mexiko. Erleben Sie das karibische Meer und feine Sandstrände an der Playa Del Carmen. Ihr beliebtes 5* Hotel Resort BlueBay Grand Esmeralda liegt direkt am 500m langen Privatstrand!

Genießen Sie die traumhaft schöne Urlaubskulisse! Unsere 3 inkludierten Event-Highlights werden diesen Mexiko-Aufenthalt zu einem unvergesslichen Erlebnis machen! Der musikalische Höhepunkt Ihrer Reise ist die „Nacht des Deutschen Schlagers 2024“ zugunsten der Rainer Meusch Stiftung FLY & HELP.

Ihre inkludierten Reise-Highlights:

- Live-Show „Abenteuer Weltumrundung“
- Konzert „Nacht des Deutschen Schlagers“
- Disco-Frühstücker „Pool-Party“



Musikalischer Höhepunkt »Nacht des Deutschen Schlagers«



Johnny Logan, Jasmin Wagner/Büchchen, Gaby Baginsky, Olaf Berger, Markus Becker, Peggy March und Stefan Moss

INKLUSIVLEISTUNGEN

- Flug mit CONDOR ab/bis Frankfurt nach Cancún in der Economy Class
- Flughafen-Transfers im klimatisierten Bus
- 7 Nächte im 5* Hotel BlueBay Grand Esmeralda, Deluxe-Gardenview-Zimmer; All-Inclusive
- Live-Show „Abenteuer Weltumrundung“
- Konzert „Nacht des Deutschen Schlagers 2024“
- „Disco Pool-Party“
- FLY & HELP Ansprechpartner vor Ort
- Deutschsprachige, lokale Reiseleitung
- Reiseversicherungsschein (abgesichert durch tourVERS Touristik-Versicherungs-Service GmbH)
- Zimmerupgrades z.B. Meerblick zubuchbar
- Ausflugsangebote optional zubuchbar
- Rail & Fly der DB zubuchbar

Buchungsmöglichkeiten:

15.04.-23.04. (9-tägig, 7 NÄ.)	ab 1.299 € p.P.
14.04.-25.04. (12-tägig, 10 NÄ.)	ab 1.699 € p.P.
14.04.-29.04. (16-tägig, 14 NÄ.)	ab 1.899 € p.P.

Weitere Abflugtage 16. und 17.4. möglich!



Jetzt buchen unter:

Tel.: 0214-7348 9548
 (Mo.-Fr. 9-14 Uhr)

E-Mail: reisen@prime-promotion.de
 Veranstalter: Prime Promotion GmbH

www.schlagnacht-mexiko.de

50 € pro Person

zum Reisepreis kommen der Rainer Meusch Stiftung FLY & HELP zugute und werden für einen Schulbau auf Hispaniola verwendet.
 www.fly-and-help.de