

EXPRESS

Die Woche

Ausgabe Kölner Westen / Ehrenfeld / Lindenthal
12./13. Januar 2024 | 2. Woche | 3. Jahrgang

So erreichen Sie uns



Zustellung:
Zur Online-Reklamation den QR-Code scannen oder direkt zu:
www.bit.ly/edw-zustellung
oder per Mail an:
reklamation@rdw-koeln.de

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

Gewerbliche Anzeigen:
gewerblich@express-die-woche.de

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

ANZEIGE

WINTERPREIS MARKISEN



KLUGE KÖPFE KAUFEN JETZT & SPAREN RICHTIG!
GILT AUCH FÜR NEUBEZUG ALLER FABRKATE

75 JAHRE
FRANZ AACHEN
ZELTE UND PLANEN GMBH

Infos & Termin unter: **0228 - 46 69 89**
Röhfeldstr. 27 - 53227 Bonn-Beuel - www.franz-aachen.com
MARKISEN + MARKISENTÜCHER + WINTERGARTENBESCHATTUNGEN + GLASDÄCHER + TEXTILE KONFEKTION

ANZEIGE


JOHANNITER

Sicherheit auf Knopfdruck.
Der Johanniter-Hausnotruf.


Jetzt bestellen und wir schenken Ihnen die Anschlussgebühr!

Aktionscode: **HNR**
0800 88 11 220 (gebührenfrei)
hausnotruf.koeln@johanniter.de
www.johanniter.de/koeln
Aus Liebe zum Leben



AWB kloppen Abfallkalender in die Tonne

Köln. Die Abfallwirtschaftsbetriebe (AWB) Köln haben den bisherigen Abfall- und Wertstoffkalender abgeschafft. Die Müllabfuhrtermine für das Jahr 2024 stehen ab sofort auf der Internetseite des Unternehmens zur Verfügung.

Dort gibt es außerdem Informationen zur Mülltrennung oder Verantwortlichkeiten bei der Straßenreinigung und weitere aktuelle Informationen rund um Abfallentsorgung, Stadtsauberkeit und Abfallvermeidung. Neu ist auch ein umfangreiche Sprachangebot: „So kann mit Einsatz von Künstlicher Intelligenz die Webseite in Echtzeit mit nur einem Knopfdruck in 13 Sprachen übersetzt werden“, teilt das Unternehmen mit.



Wann die Müllabfuhr kommt erfahren die Kölner ab jetzt bevorzugt digital. Symbolfoto: fototheobald - stock.adobe.com

Zu den weiteren Funktionen zählen Buchung von Terminen für Sperrmüll- oder Grünschnittabholungen und die Abfrage der Zuständigkeiten bei der Straßenreinigung. Neben der Webseite stellt die AWB außerdem eine eigene App zur Verfügung. Sie ergänzt das Onlineangebot durch eine Erinnerungsfunktion, die rechtzeitig an die Abfuhrtermine erinnert und bietet zudem weitere Funktionen, wie die direkte Navigation zum nächsten Entsorgungsstandort oder das Melden von wildem Müll.

Für diejenigen, die weiterhin ein analoges Angebot nutzen wollen, bietet die AWB in diesem Jahr erstmalig einen separaten Abfuhrkalender an. Das übersichtliche Falblatt löse den bisherigen Abfall- und Wertstoffkalender ab, der aus Gründen der Nachhaltigkeit nicht mehr angeboten werde, teilte die AWB mit. Das Falblatt liegt ab sofort in allen Bürgerämtern aus oder kann telefonisch über die Rufnummer (0221) 92 22 224 bei der Kundenberatung bestellt werden.

Handball-EM mit Haupt- und Finalrunde in der „Meisterschmiede“ Köln

Gibt's wieder ein Wintermärchen?



Die deutschen Handballer wollen bei der EM für Furore sorgen. Foto: DHB

Die Kölner Lanxess Arena ist bei der Handball-EM Austragungsort für spannende Spiele. Archivfoto: Marco Wolf

Domstadt dreht am Rad: Zahlen des Vorjahres bleiben trotz Regen auf einem hohen Niveau

Stadt zählte 19 Millionen Radler

Köln. Der Anteil des Radverkehrs in Köln bleibt auf einem hohen Niveau: Mehr als 19 Millionen Radfahrer pasierten im Jahr 2023 die 20 Zählstellen der Stadt Köln.

Obwohl das vergangene Jahr eher regenreich war, ist die Radverkehrsmenge an den vergleichbaren Zählstellen mit einem leichten Rückgang von unter zwei Prozent zum Vorjahr relativ stabil geblieben.

Die langfristige Entwicklung der Zahlen macht zudem die steigende Beliebtheit des Radfahrens und die Bedeutung für die Mobilität der Menschen in

der Stadt deutlich. Insbesondere der Vergleich der Dauerzählstellen, die schon seit 2017 im Einsatz sind, zeigt den positiven Trend: Von 2017 bis 2023 ist der Anteil der Radfahrer an diesen Messpunkten um 26 Prozent gestiegen. Der Vergleich von 2019 zu 2023 zeigt eine Zunahme um 15 Prozent. Auch im Vergleich von 2021 zu 2023 zeigt sich noch eine Steigerung von sieben Prozent.

Der absolute Spitztag des Jahres 2023 war der 13. Juni, an dem rund 95 000 Radfahrer gezählt wurden. Die Venloer Straße führt das Ranking der Zählstellen mit 1,9 Milli-

onen Radlern an, gefolgt von der Universitätsstraße und der Zulpicher Straße mit 1,8 Millionen. Besonders hervorzuheben ist die Universitätsstraße, die im ersten Halbjahr einen Rekordwert von mehr als 10 000 Fahrradnutzern an einem Tag verzeichnete.

Dabei werden die Zahlen von verschiedenen Einflüssen bestimmt. Dazu gehören das Wetter, aber auch Änderungen der Infrastruktur. So hat die Öffnung der Drehbrücke zu einer spürbaren Zunahme an der Alfred-Schütte-Allee geführt. An der Hohen Pforte waren baustellenbedingt hin-

gegen weniger Radfahrer unterwegs.

Seit 2023 werden an 20 Standpunkten in Köln dauerhaft Radverkehrszählungen durchgeführt. Im Jahr 2023 sind zwei weiteren Standpunkte am Auenweg und Elisabeth-Schäfer-Weg hinzugekommen. Diese neuen Zählstellen befinden sich derzeit in der Testphase und werden voraussichtlich im ersten Quartal 2024 in den regulären Betrieb übergehen. Alle Zählstellen ermöglichen eine noch genauere Erfassung und Analyse für die weitere Förderung des Radverkehrs.



Das Rad bleibt ein sehr beliebtes Fortbewegungsmittel in Köln. Symbolfoto: Alter Mind - stock.adobe.com

Vorsicht vor Baumschäden

Köln. Die Baumbestände entlang des Rheins, insbesondere in den Stadtbezirken Rodenkirchen und Porz, weisen durch das Wetter der vergangenen Wochen größere Schäden auf. Aufgrund von Hochwasser und Regen und der dadurch aufgeweichten Böden können die Schäden derzeit nur langsam behoben werden, sodass die Stadt Köln vor dem Betreten dieser Bereiche warnt.

Es besteht die Gefahr herabfallender Äste oder umfallender Bäume. Es handelt sich dabei konkret um die Flächen vom Rhein bis zu den Deichanlagen. Die Beseitigung der Schäden wird nach Angaben der Stadt voraussichtlich mehrere Wochen in Anspruch nehmen.



Honda Frühstück

20. Januar 2024

Erleben Sie elektrifizierte Mobilität der neuesten Generation.

Kraftstoffverbrauch der hier abgebildeten Honda Modelle in l/100 km (nach WLTP): Kurzstrecke (niedrig) 5,7-3,6; Stadtrand (mittel) 5,8-3,7; Landstraße (hoch) 6,0-3,9; Autobahn (Höchstwert) 8,1-5,8; kombiniert 6,7-4,5 und gewichtet, kombiniert 0,8 (CR-V e:PHEV) bzw. Stromverbrauch in kWh/100 km (nach WLTP): kombiniert 18,2 und gewichtet, kombiniert 15,5 (CR-V e:PHEV). CO₂-Emission in g/km (nach WLTP): kombiniert 151-0 und gewichtet, kombiniert 19 und elektrische Reichweite (EAER) 92 km und (EAER city) 105 km (CR-V e:PHEV). Abbildung zeigt Sonderausstattungen. Verkauf, Beratung und Probefahrten nur innerhalb der gesetzlichen Ladenöffnungszeiten.



www.karlsohn.de

Honda Vertragshändler

Zusestraße 28
50859 Köln
Telefon 02234/6957600
Telefax 02234/6957601

Hermülheimer Straße 2
50321 Brühl
Telefon 02232/50454-0
Telefax 02232/5045454

www.kultcrossing.de



JUGEND KULTUR

MOTIVIERT LERNEN,
kreativ arbeiten,
kulturelle Vielfalt
erleben!



Damit das Leben lebenswert bleibt!



Engel im Alltag

Ihre Alltagshilfe und Haushaltshilfe in Köln.

Die Kostenübernahme ist durch alle Pflegekassen möglich.

Gerne beraten wir Sie in einem Erstgespräch über Ihre Möglichkeiten.

Wir freuen uns auf Ihren Anruf.

0221 650 486 041

Engel im Alltag Köln
Butzweilerhofallee 3
50829 Köln
www.engelimalltag.de/koeln



Zülpicher Platz: Opfer (32 Jahre) nach Prügel ein Pflegefall

Türsteher: Acht Jahre Knast

Seit einer brutalen Auseinandersetzung am Zülpicher Platz ist ein 32-jähriger ein Pflegefall. Er kann nicht mehr selbstständig gehen, kaum mehr sprechen und muss über eine Magensonde ernährt werden. Ein Kölner Türsteher einer Diskothek habe Schuld daran, befand jetzt ein Gericht und verurteilte den 34-jährigen zu einer langjährigen Freiheitsstrafe.

Köln. Als der Richter das Urteil verkündet, schlägt der Angeklagte in Saal 7 des Landgerichts Köln die Hände vor sein Gesicht, seine anwesende Mutter bricht in Tränen aus. Zu acht Jahren Gefängnis sowie der Zahlung von Schmerzensgeld in Höhe von einer halben Million Euro wurde der Kölner Türsteher verurteilt.

Richter und Schöffen waren davon überzeugt, dass der 34-jährige Ende Februar 2023 das Gesicht eines 32 Jahre alten Mannes „mit mindestens zehn gezielten Faustschlägen sowie einem stampfenden Tritt von oben mitten auf den Kopf“ zertrümmert hat und sich dabei im Klaren darüber war, dass diese Attacken den Tod des Opfers zur Folge hätten haben können.

Nach einem Angriff des späteren Opfers mit Reizgas auf

eine Gruppe von Männern vor dem Nachtclub „Venus Celler“ in Köln, zu der auch der Angeklagte gehört hat, habe der 34-jährige Kraftsportler die Verfolgung aufgenommen und den deutlich kleineren Mann kurz darauf gestellt.

„Was dann folgte, war eine regelrechte Gewaltorgie“, so formuliert es die Staatsanwaltschaft, die zehn Jahre Gefängnis für den Angeklagten gefordert hatte.

In dem Prozess standen seit Anfang November die Tatvor-

Durch Faustschläge und Tritte erlitt das Opfer schwere Hirnschäden.

würfe der versuchten Tötung in Einheit mit schwerer und gefährlicher Körperverletzung im Raum. Der Vorsitzende Richter Alexander Fühling und die Schöffen ließen den Vorwurf der versuchten Tötung dabei aber nicht zu und begründeten dies mit den Aussagen verschiedener Zeugen der Tat. Durch die Faustschläge und Tritte hatte das Opfer zahlreiche Knochenfrakturen erlitten, vor allem aber schwere Schädigungen des Gehirns. Er war nach der Tat zwar noch kurz aufgestanden, dann aber zusammengebrochen und nach Angaben von Sanitätern und Notarzt kurz darauf sogar klinisch tot gewesen und



Der Angeklagte wird von zwei Wachtmeistern in den Saal gebracht. Foto: Iris Klingelhöfer

musste reanimiert werden.

Der Mann wurde drei Monate auf Intensivstationen behandelt – jetzt ist er körperlich ein Vollpflegefall und auch geistig und psychisch stark beeinträchtigt. „Die Tat des Angeklagten hat das Leben und die Persönlichkeit des Geschädigten nahezu vollständig zerstört, er wird nie wieder in der Lage sein, ein eigenständiges Leben zu führen“, so der Richter.

Auch für die Familie des Opfers, die im Saal vertreten war, „ändert sich dadurch nun alles – und zwar für immer“, so Alexander Fühling weiter. „Es handelte sich bei seinem Vor-

gehen zwar um eine spontane Tat, aber die besondere Brutalität machen diesen Fall zu einem außergewöhnlichen“, lautete seine Begründung dafür, beim Strafmaß nah an die Forderung der Staatsanwaltschaft zu rücken.

Bis zuletzt war die Strategie von Anwalt Christopher Posch, der durch zahlreiche TV-Formate bekannt ist, für seinen Mandanten auf „nicht schuldig“ zu plädieren. Er sei zuerst angegriffen worden und habe das spätere Opfer nur festsetzen und dann der Polizei übergeben wollen.

Ein Motiv für den ersten Angriff mit Reizgas konnte das

Gericht nicht klären, auch der Angeklagte machte dazu keine Angaben. Er habe den letzten Abend seiner Zeit als Türsteher noch einmal feiern wollen, hatte der Angeklagte im Prozess ausgesagt.

Er bereue seine Tat und entschuldigte sich im Gerichtssaal bei der Familie – das Opfer konnte aufgrund des schlechten Gesundheitszustandes nicht am Verfahren teilnehmen. „Die ganze Gewalt in dem Job, das macht mit den Jahren etwas mit dir“, so der Angeklagte in seinem Schlusswort, „ich wollte das alles an diesem Abend endgültig hinter mir lassen.“ (ihf)

Venloer Straße: Geschäfte prangern Einbußen an

VON AYHAN DEMIRCI

Ehrenfeld. Verbannung des Autoverkehrs, Einrichtung einer für den Radverkehr freigegebenen Fußgängerzone – die Stadtverwaltung fiel mit dem Verkehrsversuch Deutzer Freiheit vor dem Kölner Verwaltungsgericht durch.

Auch beim laufenden Verkehrsexperiment, das die Venloer in ihrem Ehrenfelder Kernbereich zur Einbahnstraße gemacht hat, zeichnen sich juristische Schritte ab, eingeleitet von unzufriedenen Geschäftsleuten.

Ewa Gorissen, Betreiberin der „Pro Vita Apotheke“ am Barthoniaforum, gehört zu den vehementesten Kritikern der am 23. Oktober eingeführten Einbahnstraßenregelung. Damit hätten die Umsätze ihrer Apotheke zu sinken begonnen. Inzwischen seien sie dramatisch eingebrochen. Ein Drittel ihrer Kundschaft bleibe weg. „Zudem erhöhe sich die Arbeitslast für mein Personal, weil wir den Kundinnen und Kunden, die uns anrufen, erklären müssen, wie sie unsere Apotheke erreichen, wenn sie stadteinwärts zu uns kommen wollen – oft auch müssen.“ Kunden müssten aktuell drei Kilometer Umweg fahren, um die Apotheke zu erreichen, klagt Gorissen. Auch bereite die verschärfte Parksituation große Probleme für ihre Medikamentenlieferanten, die mehrmals am Tag kommen würden.

Gegenüber EXPRESS bestätigte die Apothekerin, dass ein Anwalt eingeschaltet sei und



Blerim Shala steht an seiner Cafestation an der Venloer Straße. Foto: Demirci

die Sachlage überprüfe.

Schräg gegenüber der Apotheke steht Blerim Shala (37) neun Stunden am Tag an seiner Freiluft-Café-Bar. Direkt im ersten Monat nach Einführung der Einbahnstraße habe er einen deutlichen Umsatzeinbruch verzeichnet. Dabei sei das ein toller Standort gewesen, die Jahre 2021 und 2022 seien richtig gut gelaufen. Er liebe seine Arbeit und den Kontakt mit den Leuten auf der Straße.

Apotheken-Kunden müssen drei Kilometer weite Umwege fahren.

Die Einbahnstraße und der schon zuvor vollzogene Abbau von Autoparkplätzen sei nicht der alleinige Grund für die aktuelle Misere. Er nennt die allgemein besorgte Stimmung und die Preisentwicklung – auch er habe die Preise vor Kurzem um 20 bis 30 Cent angehoben. Der Verkehrsversuch versetze ihm möglicherweise den am Ende entscheidenden Schlag. „Ich schaue mir das jetzt die kommenden sechs Monate an – dann werde ich gegebenenfalls meine Konsequenzen ziehen müssen.“

Er sehe natürlich und verstehe die jetzt zufriedenen Fahrradfahrer. Gemeinsam mit Stadt und Anliegern hätte man, so Shala, aber zu besseren Lösungen für alle Beteiligten kommen können. Unter dem wirtschaftlichen Aspekt wäre es seiner Ansicht nach besser gewesen, die Einbahnstraße in der anderen Fahrtrichtung (stadtauswärts) auszurichten.

Und wie reagiert die Politik? Während die Verwaltung die geschäftliche Situation im Blick halte, erklärte Bezirksbürgermeister Volker Spelthann (Grüne) gegenüber EXPRESS: „Jedes Feedback ist richtig und wichtig. Die Kommunikationskanäle sind immer offen. Eins ist dabei klar: Wir wollen auf der Venloer Straße Umsatz und Sicherheit, also beides stärken. Für uns ist das kein Gegensatz. Mehr Frequenz ist auch unser Interesse.“

Sein Appell: „Wir müssen alle für unsere Venloer kämpfen.“ Man dürfe nicht außer Acht lassen, dass sich vieles auf der Straße dann doch zum Positiven gewendet habe. Bei der nächsten Sitzung der Bezirksvertretung (29. Januar) werde die jetzt diskutierte Situation ein Schwerpunktthema sein.

Tanz für alle beim TTC Rot-Gold Köln

Ehrenfeld. Der nächste „Tanz für Alle“ im Clubheim des TTC Rot-Gold Köln (Venloer Straße 1031) findet statt am 14. Januar, 15 bis 18 Uhr. Der Eintritt ist frei!

Pflege zu Hause: Kostenfreier Kurs für Angehörige

Lindenthal. Einen Kurs für pflegende Angehörige und Interessierte bietet das Cellitinnen-Krankenhaus St. Hildegardis am 15., 22. und 29. Januar (jeweils von 10 bis 13.30 Uhr) an. Der dreiteilige Kurs beinhaltet Themen wie Bettlägerigkeit, Inkontinenz und Mobilisation; die Teilnehmenden erlernen an drei Vormittagen grundlegende Pflegetechniken und haben viel Raum, individuelle Fragen und Sorgen mit Pflegeexperten und anderen Betroffenen zu diskutieren. Teilnehmenden können Familien, die vor einer dauerhaften Pflegesituation zu Hause stehen ebenso wie Angehörige, die kurze Pflegezeiten zu Hause überbrücken möchten, zum Beispiel in der Wartezeit auf einen Heimplatz oder in der Zeit nach einem Krankenhausaufenthalt. Die Teilnahme ist kostenfrei. Anmeldung und weitere Informationen unter 0221/40 03 83 61.

Blühende Vielfalt

Nippes. Auch 2024 öffnet der Botanische Garten die Türen zu Deutschlands größter Kameliensammlung in Blüte. Bis April 2024 können mehr als 400 Sorten der „Königin der Winterblumen“ bewundert werden.

Deutsche Hockey-Teams heiß auf Quali-Turniere

Die deutschen Hockey-Herren sind trotz ihres WM-Siegs im letzten Jahr noch nicht für die Olympischen Spiele von Paris (26. Juli bis 11. August) qualifiziert. Doch das soll sich für das Team um die Spieler von Rot-Weiss Köln ab dem 15. Januar beim Qualifikationsturnier in Oman ändern.

Die deutschen Herren um den Kölner Kapitän Mats Grambusch (M.) wollen in Oman die Olympia-Qualifikation erreichen.
Foto: Frank Uijlenbroek



Von Oman nach Olympia?

VON ALEXANDER BÜGE

Müngersdorf. Um in Paris dabei zu sein, müssen die deutschen Hockey-Herren das Turnier in Oman mindestens auf dem dritten Platz beenden. Um ins Halbfinale einzuziehen, gilt es in der Vorrunde Siege gegen Neuseeland, Kanada und Chile einzufahren, ehe in der Runde der letzten vier schließlich Großbritannien, Malaysia, Pakistan und China als Gegner warten könnten.

„Ich bin sicher, dass die Jungs das souverän meistern werden“, sagt Weltmeister Timur Oruz, der verletzungsbedingt nicht mit dem Team nach

Oman gereist ist. „Als amtierender Weltmeister sollte man den Anspruch haben, es unter die Top 3 zu schaffen, zumal das Turnier nicht ausschließlich mit Top-Mannschaften besetzt ist.“

Ähnlich zuversichtlich ist Oruz bezüglich der Qualifikation der deutschen Damen, die

ihr Turnier ab dem 13. Januar in Indien bestreiten. Auf sie warten in der Vorrunde die Teams aus Japan, Chile und Tschechien, während es im Halbfinale zum Duell mit Indien, Neuseeland, den USA oder Italien kommen könnte. „Sie müssen sich erst mal eingewöhnen, da sie noch nie in Indien waren“, sagt

Oruz, dessen Schwester Selin für die deutschen Damen aufläuft. „Aber auch bei den Damen bin ich mir sicher, dass sie sich für Olympia qualifizieren.“

Sollte dies tatsächlich der Fall sein, dürfen sich die Kölner bald über einige weitere künftige Olympioniken aus der Domstadt freuen.

Lerschstraße soll umbenannt werden

VON HANS-WILLI HERMANS

Weiden. Sie engagierte sich für die Arbeiterbewegung, aber auch für berufstätige Mütter: Heute kennt kaum noch jemand den Namen der 1868 als Adele de Jonge in Köln geborenen Schriftstellerin Adele Gerhard.

Demnächst soll eine Straße in Weiden nach ihr benannt werden. Und zwar die Lerschstraße, die ebenfalls den Namen eines Dichters trägt, dessen Werke heutigen Lesern so gut wie unbekannt sind.

Den Namen Heinrich Lersch allerdings hört man in letzter Zeit wieder öfter, und zwar in einem ungenuten Zusammenhang. Denn der Historische Beirat der Stadt, der die Straßennamen auf Verbindungen zu Kolonialismus oder Nationalsozialismus hin abklopft, hat mit Unterstützung des NS-Dokumentationszen-



Die Bezirksvertretung gab den Anstoß, der Lerschstraße (Foto) einen anderen Namen zu geben. Foto: Hermans

trums aufgedeckt, dass Heinrich Lersch ein Verehrer Adolf Hitlers war und die nationalsozialistische Ideologie unterstützte. Deshalb empfahl der Beirat eine Änderung des Straßennamens.

Dieser Empfehlung kommt die Bezirksvertretung Lin-

denthal nun auf Antrag von Grünen, CDU und SPD nach und nennt auch gleich den passenden Ersatz. Denn Adele Gerhard war die Tochter eines jüdischen Kaufmanns und musste, obwohl sie zum Protestantismus konvertiert war, wegen der Repressionen

durch das NS-Regime 1938 in die USA fliehen. Ihre Kinder lebten bereits dort, ihr Mann, Stephan Gerhard, war 1936 verstorben. Adele Gerhard kehrte im Jahre 1955 nach Köln zurück und verstarb ein Jahr später in ihrer Wohnung in Nippes.

Familienanzeigen

Alle Traueranzeigen auch online auf wirtrauern.de

Trauerhalle Erken www.erken-koeln.de

BESTATTUNGEN ERKEN GMBH

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

Wilhelm Scheidt Bestattungen

Inh. Heiko Löhner

„familiär und persönlich, kompetent und diskret!“

Über 50 Jahre | Ihr Bestatter in Köln-Vogelsang und -Bocklemünd.
Das familiäre und individuelle Bestattungshaus im Kölner Westen
mit hauseigenem Trauerraum für die würdevolle Verabschiedung.

Bestattungsvorsorge, eine Sorge weniger! - Alle Bestattungsarten

Wir wollen, dass jeder Mensch so bestattet wird,
wie er es für sich beschlossen hat und wünscht.
Sprechen Sie mit uns, wir helfen und beraten Sie in allen Fragen.

Vogelsang • Vogelsanger Str. 464
Bocklemünd • Grevenbroicher Str. 50
Rufnummer 0221 - 950 22 44

Wir sind für Sie da! Manuela und Heiko Löhner

Beratung in allen Stadtteilen Kölns • weitere Infos unter: www.scheidt-bestattungen.de

Statt Karten

Maria Jackel

* 25. Mai 1936 † 16. Dezember 2023

Wir sind froh, dass es dich gab, glücklich, dass wir mit dir leben durften und traurig, dass du von uns gegangen bist.

Du wirst uns sehr fehlen.

Elena, David, Manuela und Jonathan
Bernd, Andrea und Moritz
Gunter und Martina
Frank, Heidi
Christos, Kristina und Dorothea
sowie alle Verwandten

Traueranschrift: Elena Zibler c/o Bestattungshaus Schieffer oHG, Rosenhügel 23, 50259 Pulheim-Brauweiler

Die Trauerfeier mit anschließender Urnenbeisetzung findet am Montag, dem 15. Januar 2024, um 10.00 Uhr in der Trauerhalle des Friedhofes an St. Audomar, Frechen, Olthmarstraße, statt.

Von Kranz- und Blumenspenden bitten wir abzusehen.

Fasson Ken feiert
30-jähriges Jubiläum!

Seit 4.1.1994 in Lövenich

Es ist uns eine Ehre euch als treue Kunden
an unserer Seite zu wissen und euer
Vertrauen in all den Jahren zu erleben.
Auf die nächsten Jahre voller Stil,
Kreativität und unvergessliche Frisuren!

Ihr Ken Curtin

mit seinem Team Fawda und Walid

Widdersdorfer Landstraße 4, 50359 Köln
02234/700115

Fasson Ken



WERKSVERKAUF

LECKER, LECKER

SCHWEINEFILET TK

das feine Stück zum Braten,
einzeln verpackt, ca. 600 g tiefgekühlt

1.000 g nur

8,99 €

MEISTERBRATWURST

unsere beliebte Bratwurst mit Majoran,
Packing = 10 Stück à 100 g

Packing nur

6,99 €

KÄSE-LAUCHSUPPE MIT HACKFLEISCH

wie hausgemacht,
400 g pro Packing (kg = 6,98 €)

Beutel nur

2,79 €

FÜR DIE JECKEN TAGE – Gültigkeit bis Aschermittwoch

FLEISCHWURST IM RING MIT SENFTÜTCHEN

Fleischwurst im Ring (150g)
und Portionsbeutel Senf (10 g) (kg = 6,93 €)

Packing nur

1,11 €



Hardy REMAGEN GmbH & Co. KG | An der Hasenkaule 9-13 | 50354 Hürth | 0 22 33 / 9 74 04-20
Mo. - Fr. 9-18 Uhr | Sa. 8-14 Uhr

BEWIRB DICH JETZT – alle Infos auf unserer Homepage unter www.hardy-remagen.com

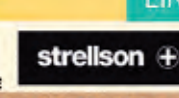


Köln {

1,073 Mio. Einwohner
86 Veedel
9 Bezirke
1 EXPRESS - Die Woche

SMILE OPTIC
alle Brillen - ein Preis

Alle Brillen 149,-
Alle Gleitsichtbrillen 249,-



Premium Markengläser aus NRW Nachhaltige Fertigung in der Smile Manufaktur
Internationale Markenbrillen gilt für das komplette Sortiment

SMILE OPTIC
jetzt 43x in NRW
www.smileoptic.de

Smile Optic gehört zur Optik John Gunkel | Wunderschönen-Str. 35 | 149 Köln

50126 Bergheim
50226 Frechen
50667 Köln-City
50677 Köln-Südstadt
50733 Köln-Nippes
50823 Köln-Ehrenfeld
50931 Köln-Lindenthal
51065 Köln-Mülheim
51069 Köln-Pulheim
51143 Köln-Porz
53757 Sankt Augustin
53773 Hennef
53840 Troisdorf

INTRO Kölnes Straße 16
Häuselstraße 114
OLINCY Breitschiff 80-90
Bonner Straße 12
Neusee Straße 229
Vorsloer Straße 330
Dürer Straße 225
Galerie Wiener Platz
Deffner aus Hauptstraße 94
Friedrich Ebert Platz 2
HUMM Rathausallee 16
Frankfurter Straße 96
Troisdorf-Galerie

Tele 0221/988388
Tele 02234/949269
Tele 0221/42079390
Tele 0221/20190210
Tele 0221/16791630
Tele 0221/48531050
Tele 0221/8006777
Tele 0221/86778585
Tele 0221/29220928
Tele 02205/3991327
Tele 02241/9118510
Tele 02242/8735703
Tele 02241/9730295

Handball-EM gestartet – Haupt- und Finalrunde in der „Meisterschmiede“ Köln

Gibt's wieder ein Wintermärchen?

„Wenn nicht jetzt, wann dann?“, hallte es im Januar 2007 immer wieder durch deutsche Wohnzimmer. Der Hühner-Song zur Handball-WM spielte sich damals genauso in die Herzen der Menschen wie die deutsche Nationalmannschaft, die in der Lanxess-Arena sensationell Weltmeister wurde. Bei der gerade gestarteten Handball-EM könnten sich die deutschen Spieler nun wieder vom kölschen Jefe anstecken lassen und von 20 000 Zuschauern zum Titel getragen werden.

VON ALEXANDER BÜGE

Köln. Dass Köln ein optimales Pflaster ist, um als Team zusammenzufinden und anschließend Großes zu vollbringen, zeigte sich allerdings nicht nur beim Titelgewinn der Handballer im Jahr 2007. Auch Teams anderer Sportarten nutzten die Vorteile Kölns zu ihren Gunsten, um anschließend Weltmeister zu werden. So schweißte sich der siebenköpfige Kern der deutschen Hockey-Nationalmannschaft um die Rot-Weiss-Spieler Mats Grambusch (31) und Timor Oruz (29) in Köln während des vergangenen Winters zu einer Einheit zusammen, die bei der WM in Indien erstmals seit 17 Jahren wieder den Titel gewonnen hat. „In Köln hat man hockeysei-

Wie hier bei der WM 2019 sorgen die Kölner regelmäßig für tolle Handball-Stimmung in der Arena. Archivfoto: Marco Wolf

tig gute Rahmenbedingungen“, sagt Timor Oruz, der den Weltmeistertitel anschließend mit der gesamten Nationalmannschaft bei Rot Weiss Köln feierte. „Köln ist die geilste Stadt für mich, was primär an den Menschen und an der Stimmung hier in der Stadt liegt. Diese Offenheit, die kölsche Karnevalskultur mit ‚Drink doch ene met‘ und ‚Mir stonn zesamme‘ sind keine Floskeln. Vielmehr erlebt man das in der Gesellschaft. Das ist ansteckend und man spürt das auch als Profisportler.“

Ähnliches berichten die deutschen Basketballer. Immerhin schwärmen die NBA-Stars Dennis Schröder (30), Franz Wagner (23) und Daniel Theis (31) noch immer von ihrer Zeit in Köln. Denn im Sommer 2022 fand sich das aktuelle Team zunächst zum Trainingslager in Köln zusammen und spielte dann die EM-Vorrunde in der Arena, womit der Grundstein für den EM-Bronzemedailengewinn 2022 und den sensationellen WM-Titel-Triumph im vergangenen Jahr gelegt wurde. „Die Euphorie in Köln war

überragend für uns. Das hat uns getragen und mega Spaß gemacht“, sagt Theis, was Bundestrainer Gordon Herbert (64) bestätigt. „Die Zeit während der EM in Köln war unglaublich, in der Arena und auch auf den Straßen. Ich weiß nicht, ob ich in meinem Leben so eine Atmosphäre im Umfeld eines Teams schon mal erlebt habe.“ Gut möglich also, dass die Handballer in der Domstadt auch über sich hinauswachsen und nach dem Titel greifen, dank dem kölschen Wohlfühlfaktor, dem Heimvorteil einer

rappelvollen Lanxess-Arena und möglicherweise dank einer immer größer werdenden Euphorie in der Stadt. Doch dafür müssen nach dem Auftaktspiel gegen die Schweiz am Sonntag gegen Nordmazedonien (20.30 Uhr, ZDF) und am Dienstag gegen Frankreich (20.30 Uhr, ARD) möglichst weitere Siege her, um während der Haupt- und Finalrunde in Köln eine gute Figur machen zu können. „Wie es ist, hier Handball zu spielen, kann ich leider noch nicht sagen. Dafür müssen wir erst mal eine gute Vorrunde

absolvieren. Danach kann ich das hoffentlich erfahren“, sagt National-Rückraumspieler Julian Köster (23), der beim VfL Gummersbach spielt und in Köln wohnt. „Beim DHB-Pokal-Final-Four und beim Final Four der Champions League waren die Fans hier extrem laut. Darauf hoffe ich auch jetzt. Feiern können sie ja in Köln.“ Ob es nach dem Turnier tatsächlich auch zur großen deutschen Titel-Sause kommt, wird sich zeigen. Die Voraussetzungen dafür sind jedenfalls wie im Januar 2007 gegeben und die

Fans bereit, getreu dem Motto: Wenn nicht hier, wo sonst?

Der Weg ins Finale

14. Januar, 20.30 Uhr: Deutschl. vs. Nordmazed.
16. Januar, 20.30 Uhr: Deutschland vs. Frankreich
18., 20., 22. und 24. Januar: Hauptrunde in Köln
26. Januar, 17.45 + 20.30 Uhr Halbfinalspiele in Köln
28. Januar, 17.45 Uhr: Finale in Köln

Anzeige

MEDIZIN



Kniearthrose ist die häufigste Arthroseform in Deutschland

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 verspricht ein pflanzlicher Arthrose-Wirkstoff aus Deutschland. Der Pflanzenextrakt nutzt die bekannten positiven Wirkungen der Heilpflanze *Harpagophytum procumbens* und wurde nun mit

einer Tagesdosis von 2.400 mg als moderne Filmtablette aufbereitet (Apotheke, Gelencium® EXTRACT). In klinischen Studien mit Knie- und Hüftarthrose-Patienten zeigte sich bei Einnahme des Wirkstoffes eine deutliche Verbesserung der Beweglichkeit (+35%).¹ Darüber hinaus wurden die mit dem Knorpelverschleiß einhergehenden Gelenkschmerzen nachweislich reduziert.²

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

Für die Apotheke



Gelencium® EXTRACT
75 Tabletten PZN 16236733
150 Tabletten PZN 16236756
2x150 Tabletten PZN 17532250

www.gelencium.de

DER SCHNELLSTE WEG IN IHRE LIEBLINGS-APOTHEKE

Arzneimittel online bestellen und innerhalb weniger Stunden vor Ort abholen – oder bequem nach Hause bringen lassen. Ganz ohne doppelte Wege.

Jetzt in Ihrer Lieblingsapotheken bestellen!



IhreApotheken.de

OFFIZIELLER MEDICAL-PARTNER



Apotheker Benjamin Leuffen
Mühlenbusch-Apotheke, Dormagen

¹ Wegener, In Phytother. Res., 2003 Dec;17(10):1165–1172. ² Chrusch, In Rheumatology (Oxford) 2003;42:141-148; Randomisierte, doppelblinde Head-to-Head Studie; getestet wurde 2.400 mg Teufelskrallenwurzel-Trockenextrakt gegen Rofecoxib (COX-2-Hemmer, NSAR). Hinsichtlich Zusammensetzung, Extrakt-Tagesdosis sowie Menge an Droge pro Tag ist das in der Studie verwendete Harpagophytum procumbens-Präparat identisch mit Gelencium Extract.

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



Foto: Martina Goyert

Köln. Die kölschen Pänz haben wieder ein Dreigestirn: Oberbürgermeisterin Henriette Reker und Festkomitee-Präsident Christoph Kuckelkornproklamierten den Kinderprinzen Julius I. (Julius Kürten), den Kinderbauern Severin (Severin Rombach) und die Kinderjungfrau Benedikta (Benedikta von Stülpnagel) im Theater im Tanzbrunnen. In diesem Jahr konnten erstmals auch hörbehinderte Pänz mitfeiern: Dank einer Kooperation von LVR und Festkomitee übersetzten zwei Dol-

metscherinnen das gesamte Bühnenprogramm in Gebärdensprache. Christine Flock, Festkomitee-Vizepräsidentin und verantwortlich für den Kinder- und Jugendkarneval, war begeistert: „Die Proklamation des Dreigestirns feiern wir schon lange gemeinsam mit Kindern im Rollstuhl. Wir freuen uns, dass Dank der Simultanübersetzung nun auch hörbehinderte Kinder richtig mitmachen können. Karneval ist für alle da, und das wollen wir auch leben.“

Traditionell begann der Nachmittag mit der Jecko-Show und Kika-Moderator André Gatzke, danach folgte rund um die Proklamation ein buntes, pänzgerechtes Programm. Neben den Auftritten verschiedener Kinder- und Jugendtanzgruppen standen natürlich auch die Kinderplaggeköpp sowie das Jugendmusikkorps „JuMiKK“ auf der Bühne. Mit dabei waren außerdem die Höhner, Cat Ballou mit dem Gebärdenchor Jecke Öhrcher und das Kölner Dreigestirn.

3x schneller abnehmen...

... das können Sie auch, denn eine aktuelle klinische Studie¹ zeigt, dass die Teilnehmenden mit formoline L112 – als Unterstützung zu gesünderer Ernährung und etwas mehr Bewegung – 3x mehr und schneller an Gewicht verloren als mit der Diät Empfehlung alleine.

Abnehmen mit Genuss – so geht's leichter zur Wohlfühlfigur

formoline L112 gibt Ihnen die Freiheit beim Abnehmen auch Ihre Lieblingsgerichte zu genießen, strenger Verzicht ist nicht notwendig. Nehmen Sie einfach formoline L112 zu Ihren beiden Hauptmahlzeiten ein. Der Wirk-Ballaststoff L112 vermindert die Kalorienaufnahme aus den Nahrungsfetten. So erleben Sie Abnehmen mit Genuss und bleiben motiviert.



Glücklich dank Wohlfühlfigur, mit der Nr. 1 Empfehlung aus der Apotheke.

Ärzte empfehlen formoline L112 zum Abnehmen

In einer Umfrage² bestätigen 86% der Ärzte, die formoline kennen, dass Patienten damit beim Abnehmen eine sinnvolle Unterstützung haben. Abnehmen wird

ärztlich insbesondere bei Bluthochdruck, Diabetes Typ 2, zur Vorbeugung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder bei erhöhtem Cholesterin gefördert.

Wie Ihre Wohlfühlfigur einfacher erreichbar ist, zeigt auch unser kurzes Info-Video, wenn Sie den QR-Code scannen.

✓ Wirk-Ballaststoff in Tablettenform einzigartig aus natürlichen Quellen

✓ Made in Germany

✓ Jetzt starten und dranbleiben



Info: www.formoline.de • formoline L112, Lipidbinder zur Gewichtsreduktion und zur Gewichtskontrolle, vermindert die Kalorienaufnahme aus den Nahrungsfetten, Medizinprodukt Klasse II (CE 0123). Anwendung im Rahmen einer moderaten Diät. Gegenanzeigen: Allergie gegen Krebstierserbstoffe, Nebenwirkungen: sehr selten Verdauungsbeschwerden. Bitte beachten Sie auch die Gebrauchsinformation. 1) Rendanello, M. et al. (2023). A randomized double-blind placebo-controlled clinical study to evaluate the effect on the weight of a medical device with polyglucosamine L112 in a group of overweight and obese subjects. Nutrients, 15(16), 2516. DOI: 10.3390/nu15162516. 2) Ärztsfrage (2018) bei über 400 Ärzten, GfI 06/2018, IDIVIA™ IMS HEALTH GmbH & Co. OHG, Stand Mai 2023 • Hersteller: Corimedica International GmbH, Magnolienweg 17, 63741 Aschaffenburg, 06021/15093-0 • Fachliche Info für beratende Therapeuten unter: www.gelbe-linienformoline.de • FEES_1123_M_DE

Ohne EXPRESS - Die Woche ist das ganze Jahr Aschermittwoch

Ihr Marktplatz

Automarkt
Bauen & Wohnen
Bekanntschaffen
Immobilien
Kleinanzeigen
Reisemarkt
Stellenmarkt

Bekanntschaffen

SIE SUCHT IHN

Regine, 55 J., Diplom-Ingenieurin, eine wirklich tolle Frau mit Herz + Verstand, sportlich (Fitness, wandern), sie mag Reisen, Theater, tanzen. Hast du Lust, dein Leben mit mir zu verbringen? Möchtest du - gerne Akademiker - dich auch noch einmal verlieben? Ich vermisse eine interessante Partnerschaft. Lieber gemeinsam statt einsam, schöne Abende bei einem Glas Wein, interessante Gespräche, Harmonie, ehrliche Liebe finden - das wünsche ich mir. Melde dich über: (5522/J160919)
GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎0800-333 1117

Ulrike, 58 J., IT-Beraterin, bezauberndes Wesen, Top - Figur, warmherzig, liebevoll, eine sportliche Frau (Ski, Rad fahren), Was hältst du von der Idee, aus zwei Single-Leben ein gemeinsames, fröhliches, liebevolles Leben zu zweit zu machen? Draußen ist Winter mit seinen langen, dunklen Abenden - vielleicht können wir die schon bald gemeinsam auf der Couch verbringen? Bist du der Richtige, möchte ich bis zum Lebensende mit dir zusammen glücklich sein. Melde dich über: (5522/J167767)
GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎0800-333 1117

Martina, 61 J., Hauswirtschafterin, hübsch, schöne Figur mit weiblichen Rundungen, fürsorglich und liebenswürdig, sie reist gerne, liebt die Natur und den Garten. **bei Liebe wäre sie nicht ortsgelunden**. Alter schützt vor Liebe nicht - aber die Liebe vor dem Alter! Weißt du, wovon ich träume? Von einem gemütlichen Zuhause für uns beide, in dem ganz viel Glück, Fröhlichkeit und Harmonie wohnen. Ich möchte einen Partner haben, für den ich sorgen kann, den ich glücklich machen möchte. Bitte melde dich über: (5522/J141820)
GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎0800-333 1117

Marion, 63 J., Pflegerin, sanftmütig, wunderschöne Augen, tolle Figur, sie reist gerne, kocht sehr gut, treibt Sport, eig. Pkw. Wenn ich mir etwas für 2024 wünschen dürfte, dann wären SIE es - ein neuer Partner, der mit mir das Leben teilen möchte. Auch die kleinsten Dinge im Alltag machen zu zweit einfach mehr Freude - und ich fände es wunderschön, dieses Jahr vielleicht schon mit Ihnen gemeinsam zu erleben, das Leben + die Liebe genießen - ich würde mich freuen. Melden Sie sich über: (5522/J166489)
GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎0800-333 1117

Ursula, 65 J., Friseurin i.R., eine wirklich aparte Frau mit ansprechendem Äußeren, warmherzig, liebevoll, schlank. Ein Teller und eine Tasse alleine auf dem Tisch sehen traurig aus - finden Sie auch? Sollen wir gemeinsam verreisen, neue Eindrücke + Momente teilen, den Alltag zu zweit bestreiten, Liebe im Herzen spüren, sich wieder darauf freuen, nach Hause zu kommen, weil dort jemand auf einen wartet? Melden Sie sich über: (5522/J166558)
GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎0800-333 1117

Anne, 67 J., Krankenschwester, einfühlsam, anpassungsfähig, gute Hausfrau. Ist man irgendwann zu alt, um noch mal Glück + Liebe zu erleben? Ich hoffe nicht! Gemeinsam lachen, gemeinsam essen oder gemeinsam einen Spaziergang machen ist doch wunderschön - finden Sie auch? Ich kümmere mich gerne um andere Menschen, liebe Harmonie und Gemütlichkeit, möchte Sie glücklich machen - und wenn Sie glücklich sind, bin ich es auch! Melden Sie sich über: (5522/J166955)
GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎0800-333 1117

Petra, 68 J., Altenpflegerin, sehr liebes Wesen, einfühlsam, anpassungsfähig. Ich bin ein Mensch, der sich sehr gerne um andere kümmert, liebe meinen Beruf - aber leider bin ich alleine. Was halten Sie davon, wenn wir die noch vor uns liegenden Jahre gemeinsam verbringen - Glück pur im Doppelpack? Möchten Sie vielleicht mit mir gemeinsam ein paar Tage an die See oder in die Berge fahren, wandern, Musik genießen, neue Eindrücke teilen, sich auf jeden Tag freuen, lachen, ehrliche Liebe spüren? Melden Sie sich über: (5522/J167058)
GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎0800-333 1117

Karin, 70 J., Apothekerin i.R., Witwe, kultiviert, mit Kopf + Herz, viel Fröhlichkeit und Herzenswärme, sportlich. Witwe zu sein ist nicht schön - trotzdem habe ich das Lachen nicht verlernt, möchte gerne einen privaten Neuanfang wagen, mich wieder um einen Partner kümmern, den Alltag fröhlich zu zweit bestreiten, wieder für zwei kochen, wieder Freude am Leben haben. Ein Medikament gegen Einsamkeit gibt es nicht - aber eine glückliche Partnerschaft hilft ganz bestimmt. Melden Sie sich über: (5522/J156125)
GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎0800-333 1117

Gisela, 72 J., Akademikerin i.R., eine sehr nette, gepflegte, gutaussehende Witwe, einfühlsam, warmherzig, herzliche Ausstrahlung, mobil. Nach einem Schicksalsschlag schaue ich wieder positiv nach vorne, möchte noch mal einen Neuanfang wagen, suche SIE, den warmherzigen, niveauvollen, autarken Mann mit Interesse an schönen Unternehmungen, Kultur, gemeinsamen Reisen, guten Gesprächen und häuslicher Gemütlichkeit. Wir haben noch hoffentlich viele Jahre vor uns, die wir zu zweit erleben und genießen können, denn für Liebe und Glück ist es nie zu spät! Bitte melden Sie sich über: (5522/J168583)
GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎0800-333 1117

Maria, 73 J., Zahnärztin i.R., eine sehr aparte Witwe, herzlichste Wesen, mit viel menschlicher Wärme. Im Alter alleine zu sein fällt schwer - deshalb habe ich all meinen Mut zusammen genommen, Sie über diesen Weg zu finden - und jetzt müssen auch Sie mutig sein und sich melden! Was gibt es über mich zu erzählen? Ich reise sehr gerne, liebe Spaziergänge durch die Natur, Theaterbesuche, möchte eine Partnerschaft auf Augenhöhe aufbauen, in der die Liebe jeden Tag zu Hause ist. Wie wäre es mit einem ersten Kennenlernen bei einem Kaffee? Melden Sie sich über: (5522/J167950)
GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎0800-333 1117

Helga, Krankenschwester i.R., Mitte 70, eine fürsorgliche Witwe mit Herz + Humor, wesentlich jünger wirkend, feminine Figur, sportlich (Fitness), sie interessiert sich für Musik, Theater, singt, kocht gerne und gut, **war viele Jahre im Pflegebereich tätig**, möchte wieder für jemanden sorgen, ihn verwöhnen + lieben. Ein langes Leben ist wünschenswert - aber noch schöner wäre es, wenn man einen Partner hat, der einen dabei begleitet, alles mit einem teilt! Schon morgens ein Frühstück zu zweit, am Nachmittag einen Spaziergang gemeinsam machen, wieder für zwei planen und kochen - und wir beide haben wieder Sonne in unserem Leben und in unseren Herzen! Bitte haben Sie Mut und melden Sie sich ganz einfach über: (5522/J165548)
GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎0800-333 1117

Ralf, 52 J., Polizist, sehr sympathisch mit Herz, gut aussehend, humorvoll, sportlich (Tauchen, Radfahren, Kitesurfen), er reist + kocht gerne. Nach Pech in der Liebe bin ich leider alleine. Doch das soll sich jetzt BITTE ändern! Mein Herzenswunsch: Ich möchte eine Partnerin finden, die mit mir gerne reisen und noch ganz viel erleben möchte im Leben, die ein harmonisches, liebevolles Miteinander sucht! Hast du Lust auf ein fröhliches, glückliches Leben mit mir - und vielleicht planen wir den Sommerurlaub schon zu zweit? Melde dich über: (5522/J166520)
GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎0800-333 1117

Robert, 59 J., Handwerksmeister, junger Witwer, gefühlsbetont, er reist, tanzt gerne, ist sportlich (reiten), mag Harmonie in seinem Leben. Ich finde: Der Mensch ist nicht zum Alleinsitzen gemacht. Trotz eines Schicksalsschlages habe ich die Hoffnung darauf, mich noch einmal zu verlieben, nicht aufgegeben. Mir fehlt ein vertrauter, liebevoller Alltag zu zweit, das Gefühl, sich wieder auf das Heimkommen abends zu freuen, weil ich weiß, dort wartet jemand auf mich, mit dem ich lachen, leben, lieben möchte. Vermisst auch du das WIR-Gefühl in deinem Leben? Dann melde dich über: (5522/J161430)
GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎0800-333 1117

Stefan, 63 J., Kaufmann, warmherzig, 1,92 m, absolut treu, zuverlässig, humorvoll, gefühlsbetont und zärtlich. Ich bin ein sehr offener Mensch, mag Urlaub, Konzerte, Comedy, bin romantisch, naturverbunden, gehe gerne spazieren, lache so gerne - und zu all dem fehlt mir, die Partnerin, die all das und noch viel mehr im Leben mit mir teilen möchte. Meinst du nicht auch, dass man zu zweit so viel besser lacht? Wäre es nicht wunderbar, wieder zu zweit Pläne zu schmieden, die Wochenenden zu planen, sich mit allen Fasern des Herzens zu verlieben? Ich freue mich darauf, dich kennenzulernen und bin schon etwas aufgeregt. Melde dich über: (5522/J161803)
GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎0800-333 1117

Christian, 66 J., Augenoptikermeister, ein netter, gutaussehender, ausgeglichener Witwer mit viel Herz und Ehrlichkeit zur Partnerschaft, 1,82 m. Wissen Sie, was mein Wunsch für 2024 ist? Eine neue Liebe zu finden! Ich bin verwitwet, treibe Sport (Fitness, wandern), tanze gerne, reise, gehe gerne schön essen - und möchte mit einer netten Partnerin eine glückliche Zukunft aufbauen, ehrliche Liebe spüren. Melden Sie sich über: (5522/J168394)
GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎0800-333 1117

Christoph, 69 J., netter Witwer, lieb, ein richtiger Herzensmensch, er liebt Musik, kocht gerne, unternimmt gerne eine schöne Reise, spielt Tischtennis, ist handwerklich begabt, eig. Pkw. Schluss mit dem Alleinsitzen! Ich wünsche mir eine Partnerin, die eine ehrliche Beziehung sucht, wo von Herzen gelacht, geredet, unternommen wird, in der es ganz viel Liebe, Glück + Harmonie gibt. Haben Sie Lust auf einen ersten Spaziergang zu zweit? Rufen Sie an über: (5522/J168687)
GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎0800-333 1117

Manfred, 73 J., Betriebswirt i.R., jung geliebt, sehr nett, humorvoll, warmherzig, er reist gerne, liebt Musik, tanzt auch gerne, eig. Pkw. Ich habe beruflich einiges erreicht, habe nette Kinder, Freunde, bin für mein Alter fit - eigentlich geht es mir gut - wenn sich da nicht die Einsamkeit immer öfter in mein Leben schleichen würde! Was ich suche ist eine Dame, die gerne etwas zu zweit unternimmt, die wie ich an einer dauerhaften Beziehung interessiert ist, gute Gespräche und Nähe vermisst. Rufen Sie an über: (5522/J168717)
GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎0800-333 1117

Albrecht, 75 J., Dr. Ingenieur i.R., ein sehr netter, charmanter Witwer, kulturell interessiert, warmherzige Wesensart - aber leider seit dem Tod seiner Frau alleine. Das Leben hat, egal, wie alt man ist, schwere Tage, aber auch viele schöne Tage - haben Sie Lust, den Herbst des Lebens mit mir gemeinsam zu erleben? Wir könnten unsere Leben teilen - gemeinsame Theaterbesuche, Konzerte, Essen gehen, Reisen in den Süden, Wanderungen machen jeden Tag interessanter und schöner, denn alles, was man teilt, ist doppelt so schön! Rufen Sie an über: (5522/J160561)
GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎0800-333 1117

Norbert, 78 J., Lehrer i. P., gut aussehender Witwer, 1,86 m, liebenswürdige, ausgeglichene Art mit viel Fröhlichkeit, sportlich (wandern). Was könnte ich Ihnen über mich erzählen? Ich interessiere mich für Musik, bin kulturell interessiert, lese, reise gerne - und möchte nach einem Schicksalsschlag noch einmal glücklich werden. Wo ist die nette Dame, die gerne etwas gemeinsam unternehmen würde, verreisen, die eine harmonische Partnerschaft auf Augenhöhe aufbauen möchte - **auch bei gef. wohnen**? Melden Sie sich über: (5522/J168723)
GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎0800-333 1117

Fritz, 81 J., fröhlicher Schreiner i.R., 1,78 m, Witwer mit liebenswerter Natur, ein Mann, der auch in seinem Alter noch offen für Neues ist, gerne reist, handwerklich begabt ist. Jeder Tag alleine ist ein verlorener Tag! Ich möchte eine Partnerschaft zu einer netten Frau aufbauen, möchte mein Leben, meine Gedanken, meine Interessen mit jemandem teilen. Eine angenehme, glückliche Zweisamkeit, Unternehmungen, lustige Gespräche, Spaziergänge - **auch bei gef. wohnen**! Melden Sie sich über: (5522/J168514)
GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎0800-333 1117

Herbert, 83 J., höflicher Senior, ein liebenswerter Witwer, 1,84 m, ein Mann, der Wärme und Zuverlässigkeit ausstrahlt, der Reisen, Musik und lesen zu seinen Hobbies zählt, eig. Pkw. Es ist nicht viel, was ich mir noch vom Leben wünsche - ich möchte einfach noch mal in allen Ehren eine dauerhafte Partnerschaft eingehen. Ein nettes Miteinander, zu zweit kleine Ausflüge oder schöne Spaziergänge unternehmen, Essen gehen - **auch bei gef. wohnen**! Melden Sie sich über: (5522/J167464)
GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎0800-333 1117

Heinz, 85 J., Handwerksmeister i.R., verwitwet, guter Hausmann, absolut zuverlässig, er ist für alles aufgeschlossen, mag die Natur, eig. Pkw. Ich möchte gerne den goldenen Lebensherbst mit einer netten Dame teilen in Liebe und Zweisamkeit. Gemeinsam schöne Spaziergänge unternehmen, vielleicht am Nachmittag zusammen einen Kaffee trinken, eine fröhliche Zeit zu zweit erleben, tanzen, jeden Tag mit der Partnerin zu einem ganz besonderen Tag machen - das wäre schön! Melden Sie sich über: (5522/J164221)
GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎0800-333 1117

VON HERZ ZU HERZ

ER SUCHT SIE

Das Neue Jahr habe ich alleine begrüßt, ich hoffe zum letzten Mal. Ich bin Witwe 63 J., Arzthelferin, eine hübsche, liebenswerte Frau mit schöner Figur, blonden Haaren und strahlenden Augen. In Polen geboren, lebe ich seit vielen Jahren hier. Ich bin humorvoll, romantisch und ehrlich. Wenn Sie älter sind, ist das

Inge 68 J., (beruflich habe ich über 40 J als Stationsleiterin im Krankenhaus gearbeitet), bin sehr gutaussehend, lieb + natürlich, mit viel Herz u. Menschlichkeit, ehrlich u. hilfsbereit, ich mag die Natur u. Garten, kann für Sie kochen den Haushalt führen und Sie zärtlich verwöhnen. Würde Sie gerne mal mit meinem Auto besuchen, damit wir alles weitere in Ruhe besprechen können **PV Tel. 0157 – 75069425**

EXPRESS – DIE WOCHE

Diese Ausgabe (auch in Teilaufgaben) mit Beilagen von:

Action	Kilic & Kilic
Albert Schweitzer	Globus
Apotheke	Globus Bau
Aldi	Hit
Apetito Köln	Höffner
Basic Fit	Köln
CAN Getränke	Getränkzentrum
Markt	KSK Immobilien
Center Shop	Lidl
Damian	Lindenthal
Apotheke	Apotheke
Denn's Biomarkt	Merhof Fachmarkt
DEVK	Norma
dm Köln	OkiDoki
E-Center	Getränkeshop
Edeka	Ostermann
EVK	Porta
Medizindialog	Real
Fressnapf	Rossmann
Gammy	SB Möbel Boss
Getränkemarkt	Schwane
Getränke Bersan	Apotheke
Getränke	Segmüller
Breidenbach	Trinkgut
Getränke	Trösser
Granderath	Worringer
Getränke Sürth	Getränkemarkt

Automarkt

Motorräder/
Mopeds

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

Fahrzeug-Kaufgesuche

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

Autoankauf Schulte: Sofortankauf von Autos aller Marken
Alter, Zustand, TÜV – egal! Bitte alles anbieten! Komme sofort, auch SA. + SO.!

Telefon: 0178 – 340 66 11

Vespa-Plaggio-Vespa - Suche privat alten Vespa-Roller, Zustand egal, alles anbieten. Auch Lambretta, Zündapp, Honda Monkey-Dax. ☎ 0151-19700070 Mail: herbst-u2@web.de

Wohnwagen/
Wohnmobile

Rolf kauft alle Wohnwagen / Wohnmobile
☎ 0221-2769612

Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen
03944-36160 www.wm-aw.de Fa.

Reisemarkt

Nordsee

Ferienhäuser 30qm zum Deich Nähe St.Peter-Ordung 3/6 Pers. 040-6536466, www.wasserkante.de

Halbinsel Butjadingen, Komfort. Fehls, beste Lage, strandnah. ☎0681-66124
www.urlaubintossens.de

Nordsee: Komf. Fehls., beste Lage, strandnah. www.urlaubintossens.de ☎0151-8780581

Frankreich

Cannes komfortable Ferienwohnung, 50 m², bis 4 Personen, direkt am Meer und Strand, frei ab sofort - auch Langzeitvermietung!
☎ 0221-22209955 oder info@al pha-pflege.de
Tel. 0160-93 85 78 69

aktuell und regional
Rheinische Anzeigenblätter.de

Ein Angebot von: Rheinische Anzeigenblätter.de

Ihre Anzeigen auch online!

Ihr Online-Marktplatz kleinanzeigenmarkt-rheinland.de

Kleinanzeigen

Verkäufe

2 Karten Große Kölner Redner-Härendevend am 18.01.24 und 2 Karten Große Kölner Mädchensitzung am 25.01.24 zum Selbstkostenpreis zzgl. Anzeigenkosten abzugeben. Bitte anrufen ☎ 0172-6425675.

Unterricht

Selbstständiger Musiklehrer erteilt Unterricht in Akkordeon & Handharmonika im Akkordeonfachgeschäft Zöllner. Telefon: 0221-365 475

Trödelmarkt

Modeschmuck, Gold, Silber, Münzen, Zahn-gold, alte und auch defekte Uhren kauft Vintage An- & Verkauf, Frankfurter Str. 71, 51065 Köln. ☎ 0178-2915386

Dienstleistung

1a Haushaltsauflösungen mit Wertanrechnung. ☎ 0221-378265

1a Abfallbeseitigung, Entrümpelungen aller Art. Zum Festpreis! Kostenlose Besichtigung! ☎ 0157-38759722

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

Malerarbeiten sauber, preiswert ☎ 02234-4308098

Scheren-, Messerschleifer und Diverses direkt vor Ort, einmalige 3 Tage gültige Aktion: 10% Rabatt, Telefon 0157-81741922

Wohnungsaufösungen, Entrümpelungen; schnell, preiswert. SSM Köln, 0221-6403132. Sie unterstützen ein langjähriges Selbsthilfeprojekt!

Häusliche

Pflege

24h-Pflege durch poln. Pflegedienst! Bezahlbar u. professionell. ☎ 0209-879151, www.optimum-pro-senior.de

Nette Frau sucht neue Betreuungsstelle in Privathaushalt! Ich spreche gut Deutsch und lese gerne vor. Ich habe Erfahrung mit Renovierungsbedarf. Rufen Sie uns an, wir beraten Sie gerne unverb. im Detail. Infos unter: www.bender-immobilien.de, oder unter: 02204/2904940.

Garten

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

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

Biete Gartenarbeit aller Art. Preiswert, schnell, Entsorgung. ☎ 0176-84029053

Gartenbau, Gartengestaltung, Bäume pflanzen, Hecken schneiden, Platten und Pflaster verlegen, Teichanbau, Zäune setzen, Rollrasen, Rasen einsäen, Gartendauerpflege, Ausschachtungen, zuverlässig, gut, preiswert, gewerblich. 02271-993266

IMPRESSUM
Wochenzeitung für die Stadt Köln mit 11 Teilaussagen

Verlag:
Kölner Anzeigenblatt GmbH & Co. KG
August-Horch-Str. 10, 51149 Köln
Geschäftsführung:
Hans Peter Zimmermann

Mediaverkauf:
MVR Media Vermarktung Rheinland GmbH (ein Unternehmen der Kölner Stadt-Anzeiger Medien)
Amsterdamer Straße 192, 50735 Köln
Team Regional Tel.: (0221) 224 2586
mediaverkauf-regional.koeln@dudumont.de
Verantwortlich für den Anzeigenteil:
Oliver Siegert, wohnhaft in Köln
Gültige Preisliste Nr. 3 ab KW 01/2024

Redaktion:
MVR Media Vermarktung Rheinland GmbH (ein Unternehmen der Kölner Stadt-Anzeiger Medien), Amsterdamer Straße 192, 50735 Köln, Tel.: (0221) 224 2240
Alexander Kuffner (Leitung und ViSP, wohnhaft in Niederkassel)
Holger Blienert
Alexander Buge
Serkan Gürlük

Zustellung/Vertrieb:
Rheinische Direkt-Werbung GmbH & Co. KG, August-Horch-Str. 10, 51149 Köln
www.rdw-koeln.de

Druckauflage: 512.155 Exemplare
Verteilte Auflage: 504.502 Exemplare (laut ADA 3. Quartal 2023), kostenlose Verteilung an die Haushalte in Köln

Druck:
RZ Druckhaus
Mittelrheinstraße 2, 56072 Koblenz
Für die Herstellung dieser Zeitung wird Recyclingpapier verwendet.

Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Bilder wird keine Gewähr übernommen.

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

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

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

BVDA Bundesverband kostenloser Wochenzeitungen

ADA Auftragskontrolle für Anzeigenblätter

Stellenmarkt

online unter **YOURJOB.de**

Stellenangebote

Köln Chorweiler City Center Wir suchen Reinigungskraft männlich oder weiblich, Mo., Mi., Fr. von 09:45 Uhr bis 11:15 Uhr. Minijobs • Tel: **0173-5875012**

Kfm. Mitarbeiter (m/w/d) für den Bereich Buchhaltung in Teilzeit (25 Stunden/Woche). Wir bieten Ihnen einen interessanten, sicheren Arbeitsplatz zu guten Bedingungen. Wenn Sie eigenverantwortlich und zuverlässig in einem engagierten, freundlichen Team mitarbeiten wollen und erste Erfahrungen im Bereich Buchhaltung haben, freuen wir uns auf Ihre Bewerbung. A.S.Aktuell AG, Luxemburger Str. 15 53842 Troisdorf oder bewerb.bur@as-aktuell.de

Lagerarbeiter für unbefristete über tariflich bezahlte Dauerstellung AGILIS-Zeitarbeit ☎ 0221-234785

Mitarbeiter (m/w/d) auf Basis flexibler Teilzeit für Lötgeschäft in Klettenberg ab sofort gesucht. ☎ 0221-4201765

DICON

Mitarbeiter für die Produktion gesucht.
DICON ☎ 02241-70777

Montagehelfer für gut bezahlte Dauerstellung AGILIS-Zeitarbeit ☎ 0221-234785

Qualifizierte Unterstützung m/w/d für unseren Objektler in der Gebäudereinigung gesucht. Wenn Sie täglich mindestens 5 Std. Zeit haben, einen PKW Führerschein besitzen (Auto wird gestellt) und Erfahrung in der Unterhaltsreinigung besitzen, sollten wir uns unterhalten. **Eichenauer Gebäudeservice GmbH** Tel. 0170/5628336

Reinigungskraft (Minijob) für ein Altenwohnheim in Köln-Mitte gesucht. Arbeitszeit: Samstag, Sonntag und Feiertage je 2,5 Std. Tariflohn 13,50 € brutto/Std. Bölsche GmbH 0221-638464

Reinigungskraft (Teilzeit oder Minijob) für Altenwohnheim in Köln-Brück gesucht. Arbeitszeit ab 8.30 Uhr. Tariflohn 13,50 €/Std. brutto. Bölsche GmbH. ☎ 0221-638464

Reinigungskraft (Teilzeit oder Minijob) für Altenwohnheim in Köln-Mitte gesucht. Arbeitszeit Mo.-Fr. ab 08.30 Uhr. Tariflohn 13,50 € brutto/Std. Bölsche GmbH ☎ 0221-638464

Reinigungskraft in Vollzeit mit Führerschein für Köln und Umgebung zum nächstmöglichen Zeitpunkt gesucht! Erfahrung, Flexibilität, ein freundliches und gepflegtes Auftreten sowie deutschsprachig setzen wir voraus. Bezahlung über tariflich, Firmenfahrzeug wird gestellt. Rhinclean GmbH ☎ 0221-29725441, info@rhinclean-gmbh.de

Reinigungskraft m/w/d auf geringfügiger Basis ab sofort für Köln (Nähe Heumarkt) gesucht. 3x w 06:00 - 7:45 Uhr. Gebäudereinigung D. Hansen GmbH, Tel. 02208/9193510

Reinigungskraft m/w/d für Bürogebäude in Ossendorf gesucht. AZ: Montag - Freitag 17:15 - 19 Uhr / Minijob, Mobil: 0163-339881 tel. erreichbar bis 17 Uhr

Reinigungskräfte in Teilzeit für Kölner-Innenstadt gesucht!!! Die Arbeitszeit ist von Montag bis Freitag von 14 Uhr bis 19 Uhr oder von 15:30 Uhr bis 20:15 Uhr. Die Tätigkeit ist Sozialversicherungs-pflichtig. Gesundheits- + Führungszeugnis wird benötigt. Wenn Sie in einem netten Team arbeiten möchten, dann freuen wir uns auf Ihre Bewerbung unter 0170-9663715 Firma ABAKUS GmbH

Spülhelfer (m/w/d) für unsere Spülküche in Köln-Merkenich gesucht. Arbeitszeit Montag bis Freitag von 8 Uhr bis 17 Uhr. STÜGO GmbH. ☎ 0171-4447444, E-Mail: info@stuego.de

Stationsshilfe (m/w/d) für psychiatrisches Fachkrankenhaus in der Kölner Südstadt in Vollzeit gesucht. Zu Ihren Aufgaben gehören: Besorgungen und hauswirtschaftliche Tätigkeiten wie z.B. Vorbereitung der Mahlzeiten, Raum- & Küchenreinigung sowie Wäschepflege. Die Vergütung erfolgt in Anlehnung an den TVöD. Kontakt: Klinik Alteburger Straße gGmbH, Alteburger Str. 8-12, 50678 Köln; ☎ 0221-33940 0221/33940; E-Mail: info@pkp-koeln.de

Treppenausrüstung (Schlüsselstelle) an zuverlässig, deutschspr. Reinigungskräfte am Zulpicher Platz 1,75 Std./Wo., Alter Markt 2 Std./Wo., Chlodwigplatz 3 Std./Wo. und Lindenthal 2,50 Std./Wo. zu vergeben. Eiche Hausfrauen. Firma, 02236-5098972

aktuell und regional
Rheinische Anzeigenblätter.de

www.metalbau-schorn-gmbh.de Zur Verstärkung unseres Teams suchen wir Monteure, Schweißer, Schlosser / Metallbauer und LKW-Fahrer CE sowie einen Metallbaumeister. Wir bieten: Eine faire Vergütung, betriebliche Altersvorsorge, ein freundliches Betriebsklima, kostenlose Arbeitskleidung inkl. Reinigung. ☎ 02443-901111 info@schorn-metallbau.de

Zimmerreinigungs-/ und Hotelfachkraft in Wahnheide gesucht! Kontakt: ☎ 02203-96999, info@aoc-hotel.de

Zuverlässige Reinigungskraft für Treppenhäuser in Köln-Merheim gesucht. Mo. & Mi. 7:00 Uhr bis 10:30 Uhr 14 €/Std. ☎ 02202-2725897

Zuverlässiger Bote m/w/d auf Minijob-Basis ab sofort für Apotheke in Kölner Südstadt gesucht. Bewerbungen unter 0221-313185 oder per Email an info@severin-apotheke-koeln.de

Bauen & Wohnen

Bauen & Wohnen

Badewannen - Neubeschichtung, schnell und preiswert, alles ohne Fliesenarbeiten. Auch Duschwannen, mit Garantie, Fa. Derichsweiler, Tel. 0221 - 2598 1779

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

aktuell und regional
Rheinische Anzeigenblätter.de

FENSTERLÄDEN
ALU KUNSTSTOFF HOLZ
Paßgenau nach Maß

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

Immobilien

Immobilien-
angebote

Sie suchen eine Altbauwohnung? 2 Zimmer ETW mit Balkon, Kölner Südstadt? Bitte melden Sie sich an: Annette Manuwa Immobilien, info@activ-manuwa.de

Verkäufe
Häuser

Immobilienverkauf an der Nordsee Krummhörn Campen, Haus 100 m², Grundstück 1000 m², 4 Zimmer und Nebengebäude, Erweiterung möglich. KP 249.000,-€, Pelletheizung, Baujahr 1985, ohne Makler stoyanovanadka@yahoo.de

Rommerskirchen DHH (Bj. 2017), 124 qm Wohnfläche (offener Wohn-Essbereich, Küche, 2 Bäder, 3 Zimmer, HW-Raum) mit Ausbaureisite im Dachboden in zentraler Lage. Moderne, gehobene Ausstattung mit Garage/ Garten. Grundstück ca 250qm. KP 495.000,-€ ☎ 0178-5223987

Vermietungen
Garagen

Tiefgaragenplatz mit Wallbox ab sofort zu vermieten. Friedrich-Karl-Str. 2601 100,00 €/Monat. Tel. 0157-37127647

Immobilien-
gesuche

Eigentumswohnung für solvente Dame: ETWS, Umgehung Dellbrück/Refrath, 2-3 Zimmerwohnung mit Balkon. Karin Geller Immobilien, Bergisch-Gladbacher Str. 984, 51069 Köln, www.immo-geller.de, info@immo-geller.de, 0221-9697930



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

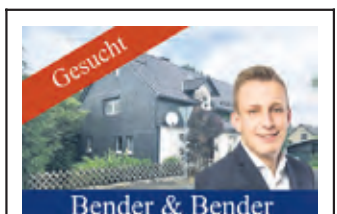
Immowerk21 sucht dringend für seine Kunden: ETWS, Ein-/Zweifamilienhäuser, Mehrfamilienhäuser sowie Baugrundstücke. 0163-5130569 immowerk21@GBR

Suche Haus zum Kauf von Privat. ☎ 0221-98650901

Suche Mehrfamilienhaus zum Kauf von Privat. ☎ 02238-4489914

Suche Wohnung/Haus zum Kauf von privat 0173-6687086

Unternehmer sucht Haus, MFH, ETW auf Rentenbasis zur Altersvorsorge. Sie können wohnen bleiben. Diskretion + Grundbuchsicherheit Ehrensache. 02426-1457

Kaufgesuche
Häuser

In Randlage von Köln suchen wir für eine Fam. ein EFH mit mindestens 5-6 Zimmern, Garten und Garage, auch mit Renovierungsbedarf. Rufen Sie uns an, wir beraten Sie gerne unverb. im Detail. Infos unter: www.bender-immobilien.de, oder unter: 02204/2904940.

Junge Familie mit 2 Kindern und Kleintierzoo sucht hübsches Haus, mindestens 5 Zimmer, ab 500 m² Grundstück, keine Hauptstraße, nette Nachbarn. Übernahmetermin flexibel. Keine Bankfinanzierung nötig. Weitere Gesuchdetails auf unserer Homepage. von Emhofen Immobilien, 0221-9405510, www.vonemhofen.de

Spanienrückkehrendes Künstlerlehepaar mit 3 Hunden sucht freistehendes Haus mit Charme, ab 180 m² Wohnfläche, großes Wohnzimmer + Atelier + 3 Schlafzimmer, Garten (gerne groß), Garage, Übernahmetermin sehr flexibel. Kauf sofort verfügbaren Barmitteln. Weitere Gesuchdetails auf unserer Homepage. von Emhofen Immobilien, 0221-9405510, www.vonemhofen.de

Stiftung sucht Herrenhaus, Burg, Schloss, Mühlenanwesen zur Nutzung als Museum bis 60 km von Köln. Weitere Gesuchdetails finden Sie auf unserer Homepage. von Emhofen Immobilien, gegründet 1976, www.vonemhofen.de, 0221-9405510

Kaufgesuche
Eigentumswohnung

Finanziell abgesicherter Informatiker sucht Wohnung/MFH zur Altersvorsorge 0175-1164360

Suche Eigentumswohnung zum Kauf von Privat! 02235-4019782

Vermietungen
Apartments

Appartment in Köln-Poll Rheinnähe, Wohnfläche ca. 40 m², Warmmiete 660,00 €, Kautions 1350,00 € von privat ab dem 01.02.2024 zu vermieten. Besichtigung unter 0221-983022

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

Mietgesuche

Junges Paar sucht Wohnung in Köln, Nähe Uni, max 1000 €. ☎ 0173-9657887

Zuhause gesucht. Wir, Rike & Sebastian, suchen mit unserer fast 2 j. Tochter Matilda eine 4-5-Zi-Whg./Haus zur Miete in Köln & Umgebung linksrhein. Mind. 90 m², max.1600 € KM, mit Balkon/Terrasse o. Garten. Wir freuen uns auf Ihren Anruf. ☎ 0176-31245641

www.kultcrossing.de

KULTCROSSING

JUGEND KULTUR

motiviert LERNEN, kreativ arbeiten, kulturelle Vielfalt erleben!

Design: www.ligatur.net

Sie wollen mehr? Das Rheinland steht Ihnen offen!
Gerne bieten wir Ihnen Kooperationen mit unseren Partnerverlagen zu attraktiven Kombipreisen!

WERBPOST (Bergheim)
WOCHENENDE (Köln)
BERGISCHE HANDLSBLATT (Bergisch Gladbach)
ANZEIGEN-ECHO (Gummersbach)
LOKAL-ANZEIGER (Waldbrunn)
EXTRA-BLATT (Siegburg)
SCHAUFENSTER BLICKPUNKT (Bonn)
BLICKPUNKT (Euskirchen)

Wenden Sie sich direkt an Ihren Mediaberater oder an 02232-945200 | anzeigen@schlossbote.de
rheinische-anzeigenblaetter.de

Auch online unter **YOURJOB.de** **Stellenmarkt**



www.zum-horn.com

Wir suchen ab sofort einen
Koch (m/w/d)
der sein Können mit regionalen Produkten gut umsetzen kann.

Gasthaus zum Horn
Hornstraße 147 · 51465 Bergisch Gladbach
E-Mail: info@zum-horn.com · Telefon: 02202/9591910



www.leguano.eu

Für unseren leguano Barfußladen in
Köln
suchen wir
Mitarbeiter (m/w/d) in Teil-/Vollzeit

Sie sollten einer neuen Idee gegenüber
aufgeschlossen sein und Freude am
Verkauf eines innovativen und sehr
erfolgreichen Produktes haben.

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung per
E-Mail an: bewerbung@leguano.eu
oder telefonisch unter: 0160 / 78 23 191

natürlich, barfuß, leguano.

Logistikpartner / Fahrer(m/w/d) gesucht!



Zur Verstärkung unseres Teams suchen wir zuverlässige Subunternehmer zur Auslieferung von Zeitungen und Beilagen im Raum Köln - Leverkusen.

Es handelt sich um feste Touren in Eigenregie, die donnerstags/ freitags gefahren werden.

Als Subunternehmer sollten Sie über mindestens ein Fahrzeug mit einer Zuladung ab 3,5 t verfügen. Alternativ suchen wir Fahrer zur Anstellung.

Wir freuen uns auf Ihre Kontaktaufnahme per E-Mail an: fassbender.jobs@gmail.com

Kurierdienst Fallbender - Am Engelsgraben 35 - 53757 Sankt Augustin



Du bist ein Teamplayer, zuverlässig, motiviert, aufgeschlossen, lernbereit und hast Freude mit Menschen zusammenzuarbeiten? Dann komm ins Team!

Für unseren KFC Store in Köln Porz suchen wir Dich in Vollzeit und Teilzeit als:
Servicemitarbeiter (w/m/d)

Was du mitbringst:

- Mindestens 18 Jahre alt + Eigeninitiatives Arbeiten + Flexibilität für den Schichtdienst

Was wir Dir bieten:

- In unserer KFC-Familie wird Dir niemals langweilig, denn wir entwickeln uns stetig weiter
- Du arbeitest in einer zukunftssicheren Branche, denn gut gegessen wird immer
- Beim größten Gastronomiekonzern der Welt wirst Du fair nach Tarif bezahlt und erhältst noch weitere tolle Benefits
- Vielfältiges & familiäres Team + Unsere einzigartige Unternehmenskultur ist geprägt von Vertrauen, Wertschätzung und dem Glauben, dass jeder Einzelne zählt + Weiterbildungs- und Aufstiegschancen möglich

Bewirb dich jetzt telefonisch unter: 02203/103556 oder per E-Mail an: 659@collinsfoods.eu

Wir suchen ab sofort in Voll- oder Teilzeit eine freundliche und teamfähige

Medizinische Fachangestellte (m/w/d)
gerne auch aus anderen medizinischen Bereichen
und ab sofort Auszubildende zur MFA (m/w/d)

Zentrum Orthopädie Sporttraumatologie
Dr. med. R. Koll
Richard-Zanders-Straße 10
51465 Bergisch Gladbach
praxis@zos-gl.de
Weitere Infos: www.zos-gl.de

Wir suchen SIE, die/den engagierte/n Mitarbeiter/in zur Unterstützung unseres kaufmännischen Teams zum nächstmöglichen Termin als

Sachbearbeiter/in halbtags im Bereich Verwaltung/Administration m/w/d
(vorzugsweise aus dem Bereich Groß- und Außenhandel/Büro)

Ihre Voraussetzungen:

- Fundierte Kenntnisse in Excel und in Word, fundiertes kaufmännisches Wissen, MS-Office Kenntnisse, verantwortungsvolles, selbständiges und kostenbewusstes Denken, Organisationstalent, ein sehr guter Teamgeist und Flexibilität

Wir sind in Deutschland eines der führenden Unternehmen in der Flüssiggaslogistik und Distribution. Wir bieten Ihnen einen zukunftssicheren und interessanten Arbeitsplatz in einem motivierten Team, leistungsgerechte Vergütung bei flexiblen Arbeitszeiten und ein ausgezeichnetes Betriebsklima.

Ihre aussagefähige Bewerbung mit Lichtbild und Gehaltsvorstellung senden Sie bitte an

fht, Flüssiggas Handel und Transport GmbH & Co. KG, z Hd. Frau Boos
Leyboldstraße 8, 50354 Hürth oder an s.boos@fht.de



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



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

Hilfsarbeiter (m/w/d)
für Arbeiten in der Halle
gesucht.



☎ 0 22 34 / 9 87 10
m.kluck@umweltlogistik.de



Wir suchen für ab sofort eine
zuverlässige und deutschsprachige
Reinigungskraft (m/w/d)
- sozialversicherungspflichtige
Beschäftigung -
- Vergütung nach Lohnarbeitsvertrag
(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

**Zwei zuverlässige
Reinigungskräfte (m/w/x)**
mit dem Auge für Sauberkeit



ab sofort für die
LVR-Klinik Köln Merheim
auf Steuerkarte gesucht.

Einsatzort:
LVR-Klinik Köln Merheim

Arbeitszeit:
Mo.-Fr.: 05:00 - 11:00 Uhr und
Sa. und So. nach Bedarf
bei einer Vergütung von 13,50 €/Std.

Wir bieten Ihnen ein nettes Team, eine betriebliche Altersvorsorge, kostenlose Arbeitskleidung, zusätzliches Urlaubsgeld, diverse Vergünstigungen via Corporate Benefits-App bei verschiedenen Partnern

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

Frau Inden/Herr Büttner
0221/8993-406

Arbeitsangebote

Akademiker/Studenten/Abiturienten m/w/d für Nachhilfe in Mathematik in Köln-Holweide gesucht. ☎ 0151-17483655
Info@die-schulwelt.de

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

Gartenhelfer, zuverlässig/erfahren, ca. 10 Stunden/Monat nach Köln-Lindenthal gesucht ☎ 0172-2627333

Haushaltshilfe, zuverlässig, für alle anfallenden Arbeiten im Einfamilienhaus (2 Personen), 1-2x wöchentlich je 3-4 Stunden, nach Köln-Weiden gesucht, Parkplatz vorhanden. ☎ 013/36154 Zuschriften an: Verlag Schlosbote/Werbekurier, Uhlstr. 102, 50321 Brühl.

Hausmeister mit Verantwortung (m/w/d) zur Aushilfe (Minijob), gerne Handwerker, sucht Hotel Viktoria Köln (Nähe Reichensperger Platz) - ☎ 0221-973172-196 Frau Kerschner

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

Putzhilfe, deutschsprachig, nach Lindenthal für 1 Personenhaushalt, 80 m², ca. 3 Std. alle 2 Wochen außer Freitags, gesucht. 0221-402458

Reinigungshilfe für Zwei-Personen-Haushalt in Köln-Rodenkirchen gesucht. Alle 2 Wochen Mittwochs 3-4 Stunden oder nach VB. 18 Euro die Stunde, auf Minijob-Basis. Wir freuen uns auf Ihre Zuschriften per Email, an unsere E-Mail-Adresse Reinigungshilfe-Rodenkirchen@gmx.de!

Reinigungskraft auf 520,- € für Widdersdorferstraße ☎ 0221-9728397

Reinigungskraft mit Verantwortung (m/w/d), Teilzeit (20-30 Stunden), sucht Hotel Viktoria Köln - Frau Kerschner (Nähe Reichensperger Platz). ☎ 0221-973172196

Reinigungskraft nach Porz-Wahnheide für Einfamilienhaus alle 3 Wochen 3 bis 4 Stunden gesucht. ☎ 02203-695587

Reinigungskraft, engagiert, zuverlässig, 1x wöchentlich in Köln-Südrh für großes Haus mit Hund gesucht. ☎ 0173-6794080

Reinigungskräfte für Minijob nach Köln-Niehl und Köln-Esch gesucht ab 16:30 Uhr, ab sofort ☎ 0172-2011637

**Stellen-
gesuche**

Biete liebevolle Betreuung für niveauvolle ältere Damen oder Herren (z.B. Kochen, Einkaufen, Arztbesuche usw.) ☎ 01512-2964358

Frau sucht Putzstelle und biete auch Haushaltshilfe an. ☎ 0177-2650751

**Arbeits-
gesuche**

1A Maler sucht Arbeit. ☎ 0221-16922574 o. 0173-9321474

Altenpflegerin im Vorruhestand sucht Tätigkeit in Haushalt/ Pflege/Betreuung. ☎ 0152-29053939

Biete Gartenarbeit aller Art. Preiswert, schnell, Grünabfall-Entsorgung ☎ 0157-87070585

Erfahrene Frau sucht Putz-/Bügelstelle ☎ 0151-5323366

Erfahrene, mitdenkende Reinigungskraft sucht dauerhafte Tätigkeit. ☎ 0174-8089352

Fensterputzer sucht Arbeit im Haushalt. ☎ 0163-8846553

Fliesenleger mit langjähriger Erfahrung sucht Nebenjob. ☎ +0157-70052345

Fliesenleger, mit langjähriger Berufserfahrung, sucht Nebenjob. ☎ 0163-4977950

Frau sucht Putz- und Bügelstelle in Privathaushalt (Köln Stammheim/Dellbrück/Holweide/Höhenhaus). 0173-6938840

Gelernter Handwerker verlegt Laminat und Fliesen, Tapezier-/Malararbeiten ☎ 0163-7783313

Suche Arbeit als Putzfrau in Köln. Tel. 0157-75014809

Zuverlässige, ehrliche Frau sucht Arbeit in Privathaushalt. ☎ 0163-3335335

STELLENMARKT

Wir suchen
Verstärkung
Jetzt bewerben

Zeitungszusteller (m/w/d) gesucht!

Ob als Schüler- oder Ferienjob, als Zuverdienst zum Hauptjob oder als neue Aufgabe nach dem Berufsleben

- Jeder ab 13 Jahren kann für uns tätig werden!

Sie verteilen unser Anzeigenblatt freitags oder samstags bei freier Zeiteinteilung am gewählten Zustelltag und

- auf Wunsch - in Ihrer unmittelbaren Wohnumgebung!

☎ 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



**Fragen zur
Zustellung?**



**Erreichen Sie unseren Vertrieb
digital und rund um die Uhr:**

Unter dem Formular Zustellung auf unserer Website
www.rheinische-anzeigenblaetter.de

Oder schreiben Sie uns eine E-Mail an: reklamation@rdw-koeln.de



BACK MIT AN!

Bäcker (m/w/d)
Fachkraft für Lebensmitteltechnik

• Ab 50.000€ Jahresgehalt.

• 38 Std./Woche – flexible Arbeitszeitreduzierung möglich. So bietet die Schichtarbeit einen familienfreundlichen Ausgleich.

• Verantwortungsvolle und abwechslungsreiche Tätigkeit in einem modernen Arbeitsumfeld.

QUEREINSTEIGER WILLKOMMEN!

Unser Team-Troisdorf sucht dich!



Ab sofort und unbefristet
harry-brot.de/karriere





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



Logistikpartner/ Fahrer(m/w/d) gesucht!

Zur Verstärkung unseres Teams suchen wir zuverlässige, motivierte Subunternehmer (oder „eigene“ Fahrer) zur Auslieferung von Zeitungen und Beilagen im Kreis Rhein-Sieg/Rhein-Erft/Köln.

Es handelt sich um feste Touren in Eigenregie, die donnerstags/ freitags gefahren werden.

- gute Auslastung und pünktliche Bezahlung
- langfristige Zusammenarbeit möglich!

Alternativ suchen wir Fahrer zur Anstellung!

Wir freuen uns über Ihre Kontaktaufnahme!

Ansprechpartner: Herr Metin Ilgi

☎ M@I-LACUS.de ☎ 0172-788 820 1

I-LACUS UG · Hauptstr. 175-177 · 50169 Kerpen



Account Manager
(m/w/d) in Vollzeit für den Rhein-Erft Kreis

Wir bauen unser Team weiter aus und suchen Sie als Account Manager (m/w/d) zum nächstmöglichen Zeitpunkt. Kommunikationsstarke Kolleg:innen, die sich für Medien begeistern und gemeinsam mit uns am Erfolg unserer Kunden arbeiten möchten, sind herzlich willkommen.

Was wir bieten:

- ➔ Eine attraktive Vergütung
- ➔ 30 Tage Urlaub im Jahr
- ➔ Mobiles Arbeiten im Büro, von zu Hause oder direkt beim Kunden vor Ort
- ➔ Ein familiäres Team auf Augenhöhe mit einem starken Zusammenhalt
- ➔ Spannende Projekte, flache Hierarchien und kurze Entscheidungswege
- ➔ Regelmäßige Weiterbildung und Coaching

Ihr Profil:

- ➔ Sie haben B2B-Erfahrung, idealerweise im Verlagswesen
- ➔ Sie sind mündlich und schriftlich kommunikationsstark
- ➔ Sie sind Teamplayer:in
- ➔ Sie kommunizieren und verkaufen gerne
- ➔ Sie sind serviceorientiert
- ➔ Sie sind eine aufgeschlossene Persönlichkeit

Ihre Aufgaben:

Gemeinsam mit Ihren Kolleg:innen betreuen Sie unsere lokalen Kunden vor Ort und erarbeiten gemeinsam mit Ihren Kunden optimale Werbekonzepte; egal ob klassisch Print oder Digital.

Haben wir Ihr Interesse geweckt? Dann bewerben Sie sich jetzt hier:

RAG-Interactive GmbH & Co. KG z.Hd. Udo Waldau, August-Horch-Str 10, 51149 Köln oder per E-Mail an: bewerbung@rag-interactive.de



Die RAG-Interactive GmbH & Co. KG ist eine moderne Agentur mit Sitz in Köln und optimaler Anbindung an den ÖPNV. Wir beraten und betreuen zahlreiche mittelständische Unternehmen aus Handel, Handwerk und Gewerbe rund um die optimale Vermarktung Ihrer Produkte und Dienstleistungen. Zu unserem Produktportfolio gehören klassische Anzeigenwerbung, Prospekte und eine Vielzahl digitaler Produkte.

Vorteile für kleine Läden

Es gibt sie noch, die schönen kleinen Geschäfte: mit individueller Mode, köstlichen Leckereien, handgemachtem Schmuck oder Hobby-Equipment. Zunehmend sind in den Innenstädten auch Pop-up-Stores zu finden – Läden, die nur für kurze Zeit aktiv sind, zum Beispiel, um Leerstand sinnvoll zu überbrücken. Viele davon können sich keine teure elektronische Ladenkasse leisten. Das ist kein Problem, ganz im Gegenteil. Denn eine offene Kassenführung mit Kassenbuch und Kassenbericht ist nach wie vor erlaubt, vom Finanzamt anerkannt und bietet sogar Vorteile.

Ladenkasse für unterwegs

Die Ausgaben für ein Kassenbuch sind sehr überschaubar. Das Stadtfest z. B. bietet eine gute Gelegenheit, um Zusatzgeschäft zu machen? Mit einem Kassenbuch geht das unkompliziert: Buch und Stift einstecken und fertig ist die Ladenkasse für unterwegs. Weiterer Pluspunkt: Klassische Formularbücher (z.B. Avery Zweckform) funktionieren immer – unabhängig von der Stromzufuhr, Funklöchern oder einer langsamen Internetverbindung.

Zum Glück immer noch da – die schönen kleinen Läden. Statt einer elektronischen Ladenkasse ist hier oft ein Kassenbuch im Einsatz. Foto: pixabay.com

ANZEIGE

www.kultcrossing.de

jugendkultur

motiviert LERNEN, kreativ ARBEITEN, kulturelle Vielfalt erleben!

Lebensversicherungen – BGH-Urteil: Hohe Entschädigungen für Versicherte!

Wenn Sie eine Lebens- oder Rentenversicherung zwischen 1994 und 2007 abgeschlossen haben, sind Sie womöglich Opfer unzureichender Widerrufsbelehrungen geworden. Ihnen kann dann eine hohe finanzielle Entschädigung durch Ihre Versicherungsgesellschaft zustehen, da Sie von dieser rechtlich benachteiligt wurden.

In einem sensationellen Urteil hat der Bundesgerichtshof die Rechte von Versicherten massiv gestärkt und ermöglicht es Ihnen, sich Ihr Geld mit guter Verzinsung zurückzuholen, ohne Abzug der oft horrenden Maklerprovisionen und Verwaltungskosten. Das Beste dabei: Dies gilt auch für bereits ausbezahlte oder gekündigte Versicherungen. Auch hier können Sie nachträglich Tausende Euro zusätzlich vom Versicherer einfordern, selbst dann, wenn Ihnen Ihre Unterlagen nicht mehr vollständig vorliegen.

Aufgrund mangelhafter Widerrufsbelehrungen in den Vertragstexten sind viele Versicherungsverträge auch heute noch anfechtbar. Man nennt dies „ewiges Widerrufsrecht“. Bei einem Widerruf erhalten Sie, anders als bei der Kündigung, alle eingezahlten Beiträge ohne Abzug von Maklerprovisionen und Verwaltungskosten zurück.

Ob Ihr Vertrag betroffen ist, prüft zum Beispiel das Düsseldorfer Verbraucherportal [helpcheck.de](https://www.helpcheck.de) gratis und unverbindlich für Sie. Die Prüfung erfolgt auf Basis Hunderter Urteile datenbankgestützt und individuell durch spezialisierte Anwälte. Sie werden nach der Vertragsprüfung beraten und können das Unternehmen, sofern Sie wünschen, rein auf Erfolgsbasis mit der Durchsetzung Ihres Anspruchs beauftragen.

Das bedeutet für Sie: Sie können nur gewinnen, da Sie nur einen Anteil des für Sie bei Ihrer Versicherung erzielten finanziellen Mehrwerts an das Verbraucherportal bezahlen. Ein fairer Deal, denn das Geld, das Sie ohnehin von der Versicherung erhalten hätten, bleibt komplett unangetastet. Das Unternehmen hat bereits über 50 Millionen Euro an seine Kunden ausbezahlt.

Die gratis Vertragsprüfung finden Sie hier: www.helpcheck.de/auszahlung

ANZEIGE

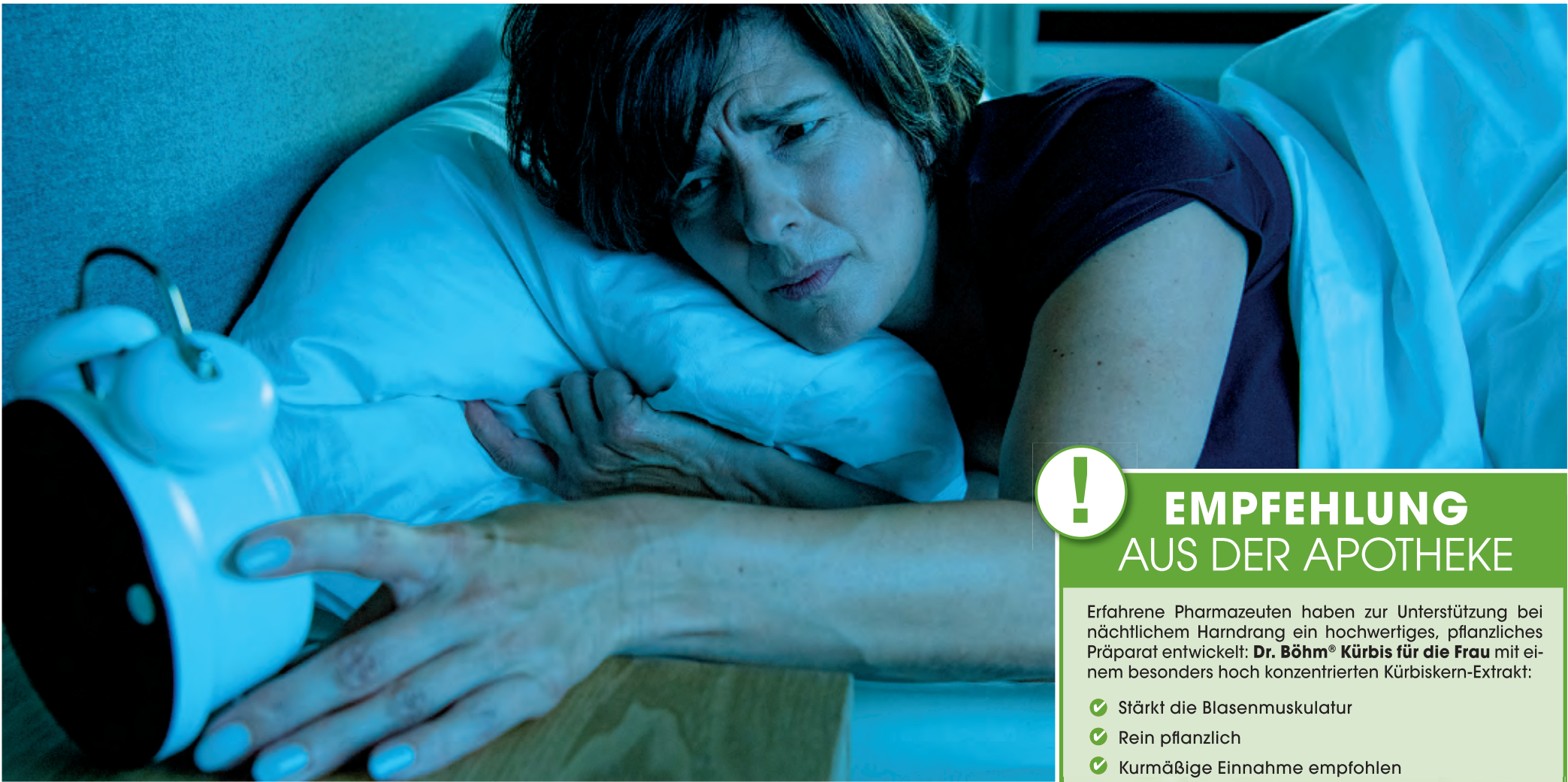
Die besten Tipps bei nächtlichem Harndrang

So beugen Sie lästigen nächtlichen „Wanderungen“ auf die Toilette effektiv vor.

In der Nacht regelmäßig aufstehen, um auf's WC zu gehen – viele kennen das Problem. Schuld ist, was man im Volksmund gerne als sensible Blase bezeichnet. Während bei Männern in der Regel eine vergrößerte Prostata dahintersteckt, findet sich die Ursache bei Frauen in einer gereizten Blasenwand. Diese übermittelt den Nerven dann einen „falschen Füllstand“ und man hat immer häufiger das Gefühl, auf die Toilette zu müssen – obwohl die Blase noch gar nicht voll ist. Besonders häufig sind hormonelle Umstellungen (z. B. in den Wechseljahren) dafür verantwortlich. Die gute Nachricht: Es gibt einige Tipps, die sich schnell umsetzen lassen und mit denen man selbst etwas gegen den nächtlichen Harndrang tun kann.

Genug trinken!
Viele Betroffene versuchen tagsüber weniger zu trinken, um die nächtlichen Toilettengänge zu reduzieren. Keine gute Idee! Denn je weniger wir trinken, umso stärker wird der Urin in der Blase konzentriert. Das reizt die ohnehin schon beleidigte Blasenschleimhaut nur noch weiter und kann erst recht zu häufigem Harndrang führen. Etwa zwei Stunden vor dem Schlafengehen kann die Flüssigkeitszufuhr aber ruhigen Gewissens reduziert werden.

Blase und Beckenboden stärken!
Mit regelmäßigem Beckenboden-Training kann die Blasenmuskulatur gestärkt werden. Das wiederum wirkt



sich positiv auf die Häufigkeit des Harndrangs aus. Eine geeignete Übung ist hier etwa, dieselben Muskeln anzuspannen, wie wenn Sie auf der Toilette den Harnstrahl unterbrechen wollen.

Die Blase trainieren!
Neben dem Beckenboden kann auch die Blase selbst gestärkt werden. Das geht, indem man vorbeugende Toilettengänge (z. B. vor einer langen Auto-

fahrt) vermeidet oder versucht, den Toilettengang jedes Mal ein bisschen weiter hinaus-zuzögern. Auch bei starkem Harndrang beruhigt sich die Blase oft nach ein paar Minuten wieder. Man kann so versuchen, die Abstände zwischen den Toilettengängen auszu-dehnen – jedoch langsam und ohne Stress. Tagsüber durchge-führt kann ein solches Blasen-training langfristig auch nachts einen positiven Effekt zeigen.

Heilpflanze Kürbis
Auch mit einer natürlichen Heilpflanze kann die sensible Blase unterstützt werden – und zwar mit dem Kürbis, der schon seit jeher in der Pflanzenheil-kunde verwendet wird. Heute gibt es zu seiner Wirkung auch wissenschaftliche Belege: Eine Studie etwa zeigt, dass nach der Anwendung eines hochkonzentrierten Kürbiskern-Extraktes der nächtliche Harndrang um fast die Hälfte

gesenkt werden konnte.¹ Idealerweise wird ein solcher Kürbiskern-Extrakt in Tablettenform (z. B. Dr. Böhm® Kürbis für die Frau) über einen längeren Zeitraum (mindestens drei Monate) eingenommen und mit den oben genannten Tipps kombiniert. Apotheker wie auch Anwenderinnen haben bereits sehr gute Erfahrungen damit gemacht.

¹Terado T. et al. Jpn J Med Pharm Sci 2004; 52(4): 551-61

Der Kölner Konzert-Kalender 2024

Rock, Pop, Rap und kölsche Tön: Auf das kommende Kölner Konzert-Jahr dürfen sich Musik-Fans ganz besonders freuen. Top-Acts und Weltstars machen der Domstadt ihre Aufmerksamkeit. Wir haben ein paar Highlights kalendarisch zusammengestellt.

Depeche Mode
3., 4. und 8. April, Lanxess-Arena: Die britischen Weltstars und „Mitglieder der Rock and Roll Hall of Fame“ kehren mit ihrer Memento Mori Tour nach Deutschland zurück und spielen in Köln drei NRW-exklusive Konzerte.

Querbeat
6. April, Lanxess-Arena: Die 13-köpfige Band Querbeat spielt zur ausverkauften Show im Club Bahnhof Ehrenfeld ein Zusatzkonzert.

Westernhagen
13. Mai, Lanxess-Arena: Jeder kennt seine Hits „Mit 18“, „Freiheit“, „Sexy“ und „Pfefferminz“: Marius Müller-Western-

hagen feiert 75. Geburtstag, 23. Alben und kommt nun auf seiner Tour nach Köln.

Nickelback
30. Mai, Lanxess-Arena: Endlich wieder live: Die Rocker kommen mit ihrer Get Rollin' World Tour nach Europa und spielen in Köln das einzige Konzert in NRW.

Nicki Minaj
5. Juni, Lanxess-Arena: Die Queen of Hip-Hop ist Gast in Köln, im Gepäck ihr neues Album „Pink Friday 2“. In der Domstadt spielt die US-amerikanische Rapperin ihr einziges Konzert in NRW.

Rod Stewart
25. Juni, Lanxess-Arena: Der Brite mit der legendären Reib-eisenstimme hat in seiner Karriere über 250 Millionen Tonträger verkauft. Die lebende Musik-Legende des vergangenen Jahrhunderts spielt sein einziges NRW-Konzert in Köln.



Peter Fox tourt 2024 auch durch Köln. Foto: Martina Goyert

Summerjam
5. bis 7. Juli, Fühlinger See: Für Reggae-Liebhaber ist das Festival ein fester Termin. Fans von Reggae und Hip-Hop können sich zu Musik-Größen wie Sido, Culcha Cundela, Marsimoto, Megaloh und Rin treiben lassen.

Peter Maffay
12. Juli, Rhein-EnergieStadion: Peter Maffay tritt im Rahmen seiner „We love Rock'n'Roll – Farewell Tour 2024“ in Köln auf. Der Musiker feiert am 30. August seinen 75. Geburtstag und 2024 sein 55-jähriges Bühnenjubiläum.

Peter Fox
11. September, Lanxess-Arena: 15 Jahre nach seinem letzten Solo-Auftritt in Köln kommt

der Berliner wieder nach Deutz. Mit dabei ist sein neues Album „Love Songs“.

Die Fantastischen Vier
5. Dezember, LanxessArena: Über 400.000 Zuschauern wollten in den vergangenen zwei Jahren den wohl bekanntesten Rap-Act Deutschlands sehen. Und jetzt performen die Fanta4 wieder in der Domstadt.

BAP
12. und 13. Dezember, Lanxess-Arena: Seit über 40 Jahren sind BAP eine Größe in der deutschen Musikszene: 2024 gehen die Kölner auf Zeitreise-Tournee und präsentieren ihr Doppelplatin-Album von 1981/82. Zum Tour-Abschluss spielt die Band gleich zwei Konzerte. (bn)

Su säht mer en Kölle

Et Levve jeit wigger

„Et Levve jeit wigger, ejal wie et jeit. Do ha'mer all kei Breefje vun, dat ess jet wat keiner versteit. Denn met uns hät et nit singe Anfang jemaat un met uns hö't et Levve nit op!“

Dat ess uss nem Leedche vum Henner Berzau, wat et Uschi Werner Fluss jesunge hät. Ävver wat wör dat jan-

Katharina Petzoldt



ANZEIGE