

26./27. Januar 2024 | 3. Woche | 3. Jahrgang





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

# WINTERPREIS MARKISEN



Röhfeldstr. 27 · 53227 Bonn-Beuel · www.franz-aachen.com



WIR BEWEGEN EUCH

Overath, Hammermühle 20b Öffnungszeiten: Mo.- Fr.: 10 - 18:30 Uhr

## Kandidiert ein **Adenauer als** Bürgermeister?

Köln. Es gibt einige Namen, die brauchen in Köln keine weitere Erklärung. Heuss etwa. Millowitsch. Herr. Overath. Richter. Böll. Burauen. Ostermann. Unvergessene Bürgerinnen und Bürger der Stadt. Oder eben (Konrad) Adenauer.

Und mit genau diesem Namen möchte offenbar auch die Kölner CDU bei den anstehenden Wahlen zum neuen Oberbürgermeister oder zur neuen Oberbürgermeisterin im Herbst 2025 punkten.

Denn: Wie EXPRESS.de aus Kreisen der Christdemokraten erfuhr, soll Sven-Georg Adenauer (64), Enkel von Konrad Adenauer, der heißeste Kandidat im Rennen um die CDU-Kandidatur als OB sein.

Adenauer, 1959 in Bonn geboren, ist der älteste von drei Söhnen von Georg Adenauer (2020 verstorben), der wiederum das jüngste der acht Kinder von Ex-Bundeskanzler Konrad Adenauer (1876 bis 1967) war. Mit dem Amt als Kölner Oberbürgermeister würde Adenauer auf seinen Großvater folgen der hatte von 1917 bis 1933 sowie für einige Monate 1945 das gleiche Amt inne.

Was die Kandidatur des 64-Jährigen so aussichtsreich macht: Laut Informationen von EXPRESS.de soll er der Wunschkandidat von Karl Alexander Mandl sein. Der Parteichef hat die OB-Frage zur Chefsache erklärt, schließt eine eigene Kandidatur aber aus.

Die beiden sollen sich bereits getroffen und Adenauer dabei sein Interesse signalisiert haben. In Gütersloh, wo Adenauer seit 1999 als Landrat tätig ist, wird er 2025 nicht mehr antreten.

Auf Anfrage von EXPRESS. de wollte Mandl Adenauers Chancen nicht kommentieren, dementierte den Namen aber auch nicht.

Der Parteichef hält sich bedeckt und bleibt allgemein. "Es ist eine hervorragende Ausgangsposition für die Vorschlagskommission, wenn viele gute Kandidaten im Vorfeld diskutiert werden. So etwas lässt sich auch nicht vermeiden. Allerdings werde ich mich bis zum Abschluss des Prozesses nicht öffentlich dazu äußern."

# 70 000 zeigten Flagge für die Demokratie – Weitere Demos sind geplant

MARKISEN + MARKISENTÜCHER + WINTERGARTENBESCHATTUNGEN + GLASDÄCHER + TEXTILE KONFEKTION

ZELTE UND PLANEN GMBH



# Pänzrechte im Kölner Karneval stärken

Broschüre "Pänzrechte im ist es, nicht nur Kindern ihre Kölner Karneval" werden in Rechte zu erklären, sondern dieser Woche an die Schulen auch Erwachsene für Grenzverschickt. Und wie wichtig überschreitungen zu sensibilider Schutz für Kinder ist, zeigte zuletzt der Eklat bei einer Karnevalssitzung in St. Augustin. Der Präsident der dortige Prinzengarde hatte auf der Bühne wiederholt anzügliche Bemerkungen zu einem Mädchen im Grundschulalter gemacht (Der Kölner EXPRESS berichtete).

Festkomitee-Vizepräsidentin Christine Flock, die für Kinder- und Jugendkarneval überall passieren, leider auch te.

Köln. 50000 Exemplare der im Karneval. Umso wichtiger sieren und klar zu definieren, welches Verhalten nicht tolerierbar ist."

Der Anstoß für den "Pänzrechte-Pass" kam seiner Zeit aus den Tanzgruppen. Die Frage, was auf der Bühne oder in den Umkleideräumen Grenzen überschreitet, wird im Flyer in 28 Illustrationen in kindgerechter Sprache erklärt. Im Heft heißt es etwa zum Thema Bützen im Karneval: "Niemals zuständig ist, sagt gegenüber dürfen Erwachsene Kinder zu EXPRESS: "Vorfälle wie die in einem Bützchen nötigen oder Sankt Augustin sind schockie- abwertende Sprüche machen, rend, aber leider nicht neu. wenn ein Mädchen oder Junge Übergriffiges Verhalten kann nicht gebützt werden möch-







# WIR LIEBEN, WAS WIR TUN!

Starte jetzt deine Ausbildung oder ein Praktikum zum

ANLAGENMECHANIKER Sanitär I Heizung I Klima mlwld

# **ELEKTRONIKER**

für Energie- und Gebäudetechnik miwid

# MALER UND LACKIERER mlwld

In 5 Minuten bewerben: www.badundheizung.de/sanitherm/bewerbungsformular

Fuggerstraße 20 • 51149 Köln (Porz) Telefon 0 22 03 - 9 35 24 10 zentrale@sanitherm.de · www.sanitherm.de



# Umbau auf der Alfred-Schütte-Allee Die Baumaßnahmen werden auf der Alfred-Schütte-Allee derzeit umgesetzt. Foto: Büge

sollten 300 000 Euro teuren Umbauarbeiten auf der Alfred-Schütte-Allee schon im Dezember beginnen. Für die Maßnahmen zum Schutz der vor Ort oft anzutreffende Raser-Szene sollte die Stra- Bereich der Alfred-Schüttedurch verkehrberuhigende Maßnahmen unattraktiver werden. Aufgrund von 2024 umgesetzt werden. Und mehreren Schlechtwetterereignissen kam es dazu allerdings noch nicht. Doch am Anfang der Woche haben die Arbeiten nun begonnen.

#### **VON ALEXANDER BÜGE**

**Poll.** Wie geplant wird die Alfred-Schütte-Allee nächst durch den Bau von Mittelinseln und wechseleine Geschwindigkeitsredurenden Fahrzeuge erreicht werden soll. Darüber hinaus "Die Arbeiten können mit und kom wird im Bereich Müllergasse jeweils punktueller halbsei- Stande.

die ein Zebrastreifen mit taktilen tiger Sperrung durchgeführt Elementen sowie einer Beleuchtung ausgestattet.

Außerdem interessant: Die Baumscheiben im südlichen **Be an den Poller Wiesen** Allee befinden sich bereits in der Vorbereitung und sollen noch im ersten Halbjahr auch den Aufbau von zwei stationären Anlagen zur Geschwindigkeitsmessung vor Ort stimmt die Stadt derzeit mit der Polizei ab. An der Kreuzung Alfred-

Schütte-Allee/Am Schnellert wird hingegen die Vorfahrtsregelung gedreht, sodass dort zukünftig die Straße Am Schnellert und der südliche Abzweig der Alfred-Schütte-Allee vorfahrtsberechtigt seitigen Parkflächen der sind. Zudem werden im Be-Fahrbahn verengt, wodurch reich der Fahrradstraße zwischen Süd- und Drehbrücke zierung der vor Ort verkeh- zusätzliche Markierungen angebracht.

Bestattungen

werden", heißt es dazu von der Stadt. "Lediglich für die Einrichtung des neuen Fußgängerüberwegs im Bereich der Zufahrt zur Müllergasse ist eine Vollsperrung der Alfred-Schütte-Allee für den Kfz-Verkehr auf Höhe der Müllergasse notwendig." Der Verkehr werde dann über die Straßen Müllergasse, Poller Kirchweg und Am Schnellert umgeleitet.

Zu einer zeitlich begrenzte Sperrung der Alfred-Schüt-te-Allee könnte es zukünftig außedem kommen. Die Verwaltung will im Sommer 2024 jedenfalls eine entsprechende Vorlage zur Beratung in die Bezirksvertretung und den Verkehrsausschuss einbringen.

Ein geforderter Stopp der Baumaßnahmen zugunsten einer Teilsperrung der Alfred-Schütte-Allee ist hingegen nicht mehrheitsfähig und kommt somit nicht zu

seit 1926

Heumarer Straße 16

51145 Köln Porz-Eil

Tel. 02203 / 31139

www.bestattungen-langel.de

51143 Köln

bestattungshaus-schweitzer.de

Familienanzeigen

Alle Traueranzeigen auch online auf wirtrauern.de

Ich hoffe, dass, als du starbst, ein Engel deine Hand nahm und mit meiner Stimme sagte, dass ich dich ewig Liebe.

## **Emil Wehner**

In Liebe **Deine Andrea** 

sowie deine Familie

Trauerhaus: Andrea Wehner, Scheuermühlenstr. 8A, 51147 Köln

Die Urnenbeisetzung findet in aller Stille statt.

In stiller Trauer nehmen wir Abschied von unserem geliebten Vater, Schwiegervater, Opa und Onkel



#### **Eugen Sergeev**

Leonid und Nicole Sergeev

mit Aaron und Jan David Familie Anna Lemberg Eugen Sergeev jun.

Die Urnenbeisetzung findet am Samstag, 03.02.2024 um 11 Uhr auf dem Friedhof Steinneuerhof, Kappellenstr. Köln statt.

Dein Lachen, Deine Freundlichkeit, Deine Gastfreundschaft, Deine Liebe und vieles mehr ist schmerzlich vermisst, aber unvergessen in unserer Erinnerung.

#### Christa Münch

† 14. Dezember 2023

Herzlichen Dank

sagen wir allen, die mit uns Abschied nahmen, sich in stiller Trauer mit uns verbunden fühlten und ihre liebevolle Anteilnahme zum Ausdruck brachten.

> Helmut **Uwe und Andrea mit Lothar**

Köln, im Januar 2024



#### Und alles Getrennte findet sich wieder.

Friedrich Hölderlin

Du siehst den Garten nicht mehr grünen, in dem du einst so froh geschafft. du siehst die Blumen nicht mehr blühen, weil dir die Krankheit nahm die Kraft.



Danke, dass du immer für uns da warst.

**Deine Ingrid Tanja und Andreas** Alexandra Waldemar Friede und Familie

Trauerhaus: Ingrid Badke

c/o Bestattungshaus Lenartz, Kupfergasse 12, 51145 Köln (Porz-Urbach)

Die Trauerfeier findet statt am Dienstag, dem 6. Februar 2024 um 13.00 Uhr in der Trauerhalle auf dem Friedhof in Leidenhausen, Schubertstraße, 51145 Köln.

Von Beileidsbekundungen in der Trauerhalle bitten wir höflichst abzusehen.

Die Urnenbeisetzung erfolgt zu einem späteren Zeitpunkt im engsten Familienkreis.

> Lesen Sie unsere Inhalte auch auf

aktuell und regional

Anzeigenblätter.de

# Wir helfen im Trauerfall



Frankfurter Straße 226 - 51147 Köln



Trauer vergeht, Liebe besteht.





Bestattungshaus

Schweitzer

#### Hugo Bredenbröcker † 29. Dezember 2023 Es ist schwer einen geliebten Ehemann, Vater,

Schwiegervater und Opa zu verlieren, aber es hat uns gut getan zu erfahren, wie viele Menschen ihn geliebt und geschätzt haben. Herzlichen Dank für tröstende Worte und stille Umarmungen, für liebevolle Zeichen der Anteilnahme, für Blumengrüße und Geldspenden sowie für die Begleitung auf seinem letzten Weg. Es ist schön zu wissen, dass wir in unserer Trauer nicht allein sind.

> Marlies Nicole, Andrè und Alina

> > Köln, im Januar 2024

Das Sechswochenamt wird am Sonntag, den 3. März 2024 um 10.30 Uhr, in der Pfarrkirche St. Mariae Geburt in Porz-Niederzündorf, gehalten.

Statt Karten

Behaltet mich so in Erinnerung, wie ich in den schönsten Stunden mit euch war.

# **Heinrich Kurtz**

In Liebe und Dankbarkeit nehmen wir Abschied:

Dietmar, Marion und Kinder sowie alle Anverwandten

Traueranschrift: Dietmar Kurtz c /o Bestattungshaus Wiedenau, Elisenstraße 12, 51149 Köln-Porz-Ensen.

Die Trauerfeier mit der Urne findet am Freitag, den 02.02.2024, um 10.00 Uhr in der Trauerhalle des Bestattungshauses Wiedenau, 51149 Köln-Porz-Ensen, Elisenstraße 12, statt.

Die Urnenbeisetzung findet in aller Stille statt.



Statt Karten

Obwohl wir dir die Ruhe gönnen, ist voller Trauer unser Herz, dich leiden sehen und nicht helfen können. das war für uns der größte Schmerz.

### **Ruth Wittmann**

geb. Gläser

In Liebe und Dankbarkeit nehmen wir Abschied: Monika, Marcel

Wilfried und Michaela Wittmann Familie Nußbaum

Traueranschrift: Monika Scherf c/o Bestattungshaus Wiedenau, Elisenstraße 12, 51149 Köln-Porz-Ensen.

Die Beisetzung findet in aller Stille statt.

Statt Karten

Traurigkeit war nicht mein Leben, Freude wollte ich stets geben. Denkt nicht an mich ohne Schmerzen, behaltet mich so wie ich war in euren Herzen.

#### Monika Kemp geb. Taubert

In Liebe und Dankbarkeit nehmen wir Abschied: Werner Kemp

Ingrid, Manfred und Sandra Löpitz Tanja, Zoey Vorrath **Daniel Pestel** Justin Taubert und alle Anverwandten

Traueranschrift: Werner Kemp c/o Bestattungshaus Wiedenau, Elisenstraße 12, 51149 Köln-Porz-Ensen.

Die Trauerfeier mit anschließender Urnenbeisetzung findet am Mittwoch, den 07.02.2024, um 11.00 Uhr in der Trauerhalle auf dem Friedhof Leidenhausen in Porz-Eil, Schubertstraße, statt.

Von Beileidsbezeigungen am Grab bitten wir abzusehen.

4. Woche - 26./27. Januar 2024 EXPRESS – DIE WOCHE

EIGENER SERVICE:
• LIEFERUNG • ANSCHLUSS ALTGERÄTABTRANSPORT

#### Wärmepumpentrockner Míele

• 8 kg Fassungsvermögen, Edelstahl-Schontrommel UVP \* 1279

- Startzeitvorwahl, Restzeitanzeige • Oberhemden-, Hygiene-Programm
- FinishWolle-, Imprägnieren-Programm
- Smart Home fähig













Geschenktipp: \*

www.rathaussaal-porz.de alle Karten unter:

Freitag, 22.11., Christian Ehring

Samstag, 28.9., Ingo Appelt

kölnticket 0221 &

T: 0221 221 - 97333



Die Kunden kommen aus die 81-Jährige wie in ihrem ganz Porz, Anrufe manch- Wohnzimmer, dekoriert und mit großem Sortiment läuft mal aus Nippes, Roden- ordnet, empfängt Kunden, die indes weiter – aber nicht so erkirchen oder Bonn. "Frau Wolf, haben Sie Dichtungsringe für einen bestimmten Schnellkochtopf?", wird dann beispielsweise gefragt. Klar, das hat Traudel Wolf alles in ihrem Geschäft niorin, die seit dem Tod ihres nur wegen der Online-Konin Wahn, und sie kann hel-

Wahn. Ähnlich speziell sind Erkundigungen nach einem Milchkännchen für ein Markengeschirr, Ersatzteile für Kaffeemaschinen, besondere Knoblauchpressen, einem Pömpel zur Abflussreinigung, einer Mausefalle, nach haus an der Frankfurter Straße ein paar Schneckenpfännchen oder, typisch kölsch, einer Schaufenstern ihr Lebensmit-Backform für Muuzemandeln.

In ihrem Laden an der Frankfurter Straße 136, der derin aus dem Schwarzwald zu den letzten kleinen Kölner Einzelhandelsgeschäften Vater als Sprengstoff-Sachmit so breitem Sortiment gehört, herrscht Traudel Wolf war. Im Karneval begegnete berin – dann ist auch Traudel über Tausende unterschied- die junge Frau ihrem späteren Wolf einfach glücklich. (bl) liche Artikel aus dem weiten Ehemann Helmut. Feld der Haushaltswaren. Für Noch vor der Heirat absoldie Kundschaft von nah und vierte sie ein Volontariat in tern ist sie nicht selten Retterin in der Not. Denn während Esslingen, um mit Vorwissen Fachabteilungen von Waren- ins Wahner Geschäft einsteioder Möbelhäusern sich oft auf das viel Nachgefragte konzentrieren, hat Traudel Wolf und hatte die Firma "Elektro ein Herz für Sonderwünsche. Sie kümmert sich um kleine und kleinste Bestellungen. ner Ehefrau Hermine geführte Moderne Tischgrills hält die Geschäft, das zunächst Leuch-Fachfrau ebenso vorrätig wie rar gewordene Einmach-Hilfsmittel, trendige Motiv-Kaffeebecher ebenso wie Eierbecher längst nicht mehr produzierter Geschirr-Serien.

rund um Tisch, Küche, Hausund Gartenpflege ist Trau-

über die Jahrzehnte zu Freunden wurden und stellt sich auf immer neue Wünsche ein. "Der Laden ist mein Leben, ich werde hier sein, solange es eben geht", sagt die agile Se- Schwierigkeiten gebe es nicht Ehemanns vor einem Jahr alnur den Kopf über Ratschläge, sie solle sich zur Ruhe setzen. "Ich brauche die Aufgabe und das Erfolgserlebnis, auch bei wirklich schwierigen Wünschen helfen zu können", sagt

Seit 57 Jahren ist das Eckmit den aufwendig dekorierten kam die gelernte Blumenbinverständiger versetzt worden

einem Elektrofachhandel in gen zu können. Schwiegervater Josef Wolf war Elektriker Wolf" schon 1933 gegründet.

1962 eröffnete das von seiten, Elektrogeräte und Zubehör führte. Das Sortiment erweiterte sich aber zusehends, und die Haushaltswaren blieben, als Traudel und Helmut Wolf sich vor Jahren aus dem In ihrem Dorado für alles Leuchten-Handel zurückzogen. "Gegen die Konkurrenz der Möbelhäuser konnten wir del Wolf seit 57 Jahren quasi uns nicht mehr behaupten", zu Hause. Im Laden fühlt sich sagt Traudel Wolf.

Das kleinteilige Geschäft tragreich, dass eine Übernahme für ihre Söhne oder Enkelkinder infrage käme. Traudel Wolf nimmt die Realität mit Bedauern hin. Wachsende kurrenz, sondern auch wegen les allein macht. Sie schüttelt des Wegfalls von Grossisten. "Für so kleine Mengen, wie ich sie bestelle, finde ich kaum Zulieferer", schildert sie. Wo sie für die Gartensaison überhaupt Gießkannen bestellen kann, weiß sie noch nicht.

Das Vergnügen an ihrem Laden lässt sich die 81-Jährige aber nicht nehmen, nicht einmal beim Erfassen Tausender Teile während der Inventur. telpunkt. Als junges Mädchen Denn wenn eine Kundin oder ein Kunde den Laden zufrieden verlässt – etwa mit einer einst ins Rheinland, wohin ihr Bratpfanne und einem gelingsicheren Bratkartoffel-Rezept der kochfreudigen Ladeninha-





51147 Köln Wahn









**Unsere Standorte:** 

FLYER

Köln, Dellbrücker Hauptstraße 43-47 Overath, Hammermühle 20b

Öffnungszeiten: Mo.- Fr.: 10 - 18:30 Uhr I www.2rad-prumbaum.de

RIESE & MULLER

KLAS HE HEDSTON

BULLS

PEGASUS

PRUMBAUM

WIR BEWEGEN EUCH

# 70 000 Menschen zeigten Flagge für Demokratie und Vielfalt - Weitere Demos geplant

Köln steht auf!

Am vergangenen Sonntag wurde sichtbar, was viele Menschen denken, welche Sorgen und Ängste sie um die Zu- Im November 1992 rief die Kölkunft unserer Gesellschaft haben: Hunderttausende gingen ner Musikszene zum mittlerin Städten der Republik auf die Straße, um ein Zeichen für demokratische Vielfalt und gegen Rechtsextremismus zu setzen. Und Köln war ganz vorne mit dabei.

Rheinufer gegen die AfD und für die Demokratie demonstvon 70000 Teilnehmern in der nämlich gar nichts." Spitze, eine Schätzung, die von der Polizei als "nicht unrealistisch" bezeichnet wurde.

Unterstützt wurde die Demonstration unter anderem von den Bands Kasalla, Höhner, er, Brings und vom Kölner Rapper Eko Fresh.

Auch der Karneval zeigte seit den 1990er-Jahren fester

Mit eindeutiger Haltung,

lief die Versammlung.

aber bunt und friedlich ver-

Köln. Organisiert wurde Flagge. Festkomitee-Präsident sein. 2008 verhinderte Köln undie Kundgebung "Demokratie Christoph Kuckelkorn ist das schützen, AfD bekämpfen" vom Zeichen gegen Hass ein wich-Bündnis "Köln stellt sich quer", tiges Anliegen: "Gemeinsam das aus mehr als 50 Parteien, mit der Oberbürgermeisterin Organisationen und Initiati- der Stadt Köln und einer ganven besteht. Zehntausende ha- zen Reihe von Vertretern der Kölner Karnevalisten deutlich machen, was sie von Planspieriert. Die Veranstalter sprachen len rechter Fanatiker halten –

#### Bei der Bundestagswahl 2021 blieb die AfD in Köln unter 5 Prozent.

Denn Engagement gegen Cat Ballou, Bläck Fööss, Pavei- Feinde einer offenen Gesellschaft, gegen Rassismus und völkischen Nationalismus ist

"Arsch huh" ist wahrscheinben vergangenen Sonntag am Stadtgesellschaft wollen die lich einer der Gründe, warum in Köln der Gegenwind für die in Teilen verfassungsfeindliche AfD deutlich stärker weht als anderswo. Bei der Bundestagswahl 2021 blieb die Partei in der Domstadt mit 4,7 Prozent unter der Fünf-Prozent-Hürde. Im Wahlkreis Köln II (Altstadt-Süd, Neustadt-Süd, Rodenkirchen, Lindenthal) holte sich die AfD mit 2,9 Prozent der Stimmen sogar bundesweit das schwächste Ergebnis ab. Nur

chen Ergebnis mithalten.

weile legendären ersten "Arsch

huh!"-Konzert auf dem Chlod-

wigplatz auf. 100000 Menschen sollen vor Ort gewesen

ter dem Motto "Köln stellt sich

quer" einen europäischen "An-

ti-Islamisierungs-Kongress" in

der Domstadt, angezettelt von

der Wählergruppe "Pro Köln".

Im Februar 2023 sagte die teitag in Lindenthal ab. Der Grund: Proteste von Schülern und Eltern der Gesamtschule Lindenthal sowie die Ankündigung von Gegenveranstaltungen. Offenbar ahnte die Partei, was sie dort erwarten könnte. Denn bereits im April 2017 protestierten mehr als 10000 Demonstranten gegen den Bundesparteitag. 4000 Polizei-Kölsch für Nazis" ins Leben, dieser Ausgabe angemeldet:

Münster kann mit dem glei-AfD ihren geplanten Kreispar- die sich gezielt gegen die AfD ■ Am Samstag, richtete. Übrigens: Der extreme **27. Januar** star-

#### Demos gehen in den nächsten Tagen weiter

Was die jüngsten Proteste betrifft, sollen sie keine Einbeamte sorgten für den Schutz tagsfliege gewesen sein. Köln rund um das Hotel Maritim. will sich weiter quer stellen.

AfD-Rechtsaußen Björn Höcke tet um 16 Uhr eiweilte 2017 nicht in Köln, das ne Versammlung Maritim hatte ihm Hausverbot unter dem Titel "Kölner:innen gegen jeden Antisemitismus" vor dem EL-DE-Haus, mit anschließen-

dem Zug zum Josef-Haubrich-

ty of Hope Cologne, Köln ge- wartet werden 200 Personen.

DER SCHNELLSTE WEG IN IHRE

Rechts Köln, um 18.30 Uhr un- 1. Februar hat Fridays For Jeden Montag demonst- den Faschismus und Antisemi- Hauptbahnhofs angemeldet, Passend zum Parteitag riefen Folgende Versammlungen wa- riert ab dem 29. Januar ein tismus" mit anschließendem unter dem Titel "Demokratie

ter dem Titel "Nieder mit der Future eine Demonstration AfD: Alle gemeinsam gegen auf dem Vorplatz des Kölner Kölner Wirte die Aktion "Kein ren bis zum Redaktionsschluss Bündnis, bestehen aus Ci- Zug zum Breslauer Platz. Er- stärken – Für ein AfD-Verbot".

Die Deutzer Brücke wurde für den Autoverkehr gesperrt. gen Rechts und Omas gegen Für den Donnerstag,

Zehntausende Menschen demonstrierten vergangenen Sonntag auf der Deutzer Werft, der Deutzer Brücke und der Severinsbrücke unter dem Motto "Demokratie schützen, AfD bekämpfen". Fotos: Uwe Weiser

**MEDIZIN** Anzeige



# Pflanzlicher Wirkstoff macht Gelenke wieder beweglich

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

und 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

1) Wegener. In Phytother. Res., 2003 Dec;17(10):1165–1172. 2) Chrubasik. 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

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

Für die Apotheke

PZN 16236733 PZN 16236756 150 Tabletten 2x150 Tabletten PZN 17532250

www.gelencium.de



4. Woche - 26./27. Januar 2024 EXPRESS – DIE WOCHE

# Der Techniker Michael Hansen betreut die Modellanlage im Kölner Hauptbahnhof

# Die Bahn, die nie streikt

wenn Michael Hansen eischlitze nicht mehr von zerknickten Fahrscheinen und Bahnbetrieb in dem Glaskasten in der wuseligen E-Passage des Kölner Hauptbahnhofs unmöglich machen.

#### **VON PETER BERGER**

**Innenstadt.** Hansen schaut sich um, dass ihm kein gestresster Pendler in die Quere kommt. Vorsichtig klappt er die schwere Glasscheibe der Schauanlage auf, fischt eine Metallschiene aus dem Automatenbauch gleich neben dem klobigen Plastikbehälter, in den die Ein-Euro-Münzen plumpsen. Jetzt steht sie offen, die Eisenbahnwelt, und Hansen macht das, worum ihn auf den Bahnsteigen eine Etage über ihm alle beneiden, die schon seit 30 Minuten auf den ICE nach Basel warten.

Automatentechniker gibt dem Regionalexpress eiwieder. Er poliert den Stromschleifer des ICE, reinigt die Gleise mit einem in Waschbenzin getränkten Lappen, tauscht das defekte Birnchen eines Signals, das mit einem Dioden-Stecker in die Grundplatte ein- ich von meiner Tour zurückgelassen ist, wie man sie von kam, hatte ich immer 60 oder Kassettenrecorder-Kabeln aus

Alle acht bis zehn Tage nes Tages die Münzeinwurf- macht der gelernte Maschinenschlosser seine Runde. Düsseldorf, Duisburg, Krefeld, Köln. hölzernen Pommes-Gabeln Fünf Schauanlagen gibt es befreit, die einen geordneten noch in Nordrhein-Westfalen, insgesamt 20 stehen in ganz Deutschland. Und nur noch ihn, den einzigen Techniker, der sich in ihrem Dickicht aus noch. Das Metallgehäuse lässt Kabeln, Relais und Transformatoren zurechtfindet.

den 1970er-Jahren, aufgestellt von der Werner Ehret & Co KG aus Düsseldorf, deren Chef, erzählt Hansen, es damals durch gute Kontakte zur Deutschen Bundesbahn gelungen sei, das Spielautomatenmonopol für alle Bahnhofskneipen in den Bahnhöfen an Land zu ziehen.

Die Schaubahnen seien hinzugekommen, auf dem Höhepunkt seien es 36 gewesen. 19 Jahre hat Hansen für die Firma te Grün runter, die Gleise neu Ehret gearbeitet, ist mit seinem Mercedes und einem Kollegen kreuz und quer durch Deutschland gefahren, um Ehrets Bahnwelt am Laufen zu halten. Die Rückbank und den Koffernen Schubs und schon fährt er raum immer rappelvoll mit Ersatzteilen.

"Wir hatten rund 600 Lokomotiven. Jede einzelne daim Osten hatte ich elf Schaubahnen zu machen. Wenn 70 Loks dabei, die nicht mehr alles dauert nur ein paar Minu- fer, neue Achsen oder neue An- wie aus der Zeit gefallen.

Die gute Nachricht ist, dass ten und schon läuft alles wie-es weitergehen wird. Selbst der wie am Schnürchen. triebe brauchten." Dazu Taster, Drehregler, Trafos und Relais Drehregler, Trafos und Relais und einen umgebauten Staubsauger, um den gröbsten Staub von der Anlage zu pusten.

Hansen hebt die rote Diesellok von den Gleisen, die auf der Anlage mit drei Kesselwagen unverdrossen ihre Kreise zieht. Mehr als 30 Jahre hat sie auf dem Buckel und fährt immer sich mit einer Schraube lösen, schon liegt das Innenleben frei. Alle Anlagen stammen aus Das sei eben noch Qualität, sagt Michael Hansen.

Wie viele Eisenbahnwelten er in deutschen Bahnhöfen erschaffen und modernisiert hat. kann er nicht mehr sagen. Der Gleisplan ist immer gleich. Ein Hauptbahnhof, vier Strecken, die sich nicht kreuzen, mit einer Brückenschleife, dazu eine Kleinstadt, ein Gewerbegebiet. "Wir haben die 27 Platten immer wieder überholt, das algeschottert, die Häuser abgestaubt." Und immer mal wieder neue Akzente gesetzt. Wo früher eine Einfamilienhaus-Siedlung stand, dreht sich seit ein paar Jahren ein Windrad. "Wenn es nach mir ginge, stünde das nicht hier", sagt Hansen. "Windräder verschandeln die Landschaft und natürlich auch von habe ich repariert. Allein die Eisenbahn. Aber man muss ja mit der Zeit gehen. Die Räder sind halt ein Hingucker, wenn sich die Flügel drehen." Dagegen wirkt der Metallkran von gleichen Wege. Märklin, ein Klassiker, der auf

der gründlich gesaugt oder bessind ein paar Reisende umgefallen, als habe sie der Sog des Regionalzugs einfach mitgeris-Stadt schon weit mehr als zehn sich auf die Einsatzfahrzeuge gelegt. "Wenn ein Haus brennt, können sich die Rettungskräfte doch nicht um eine gestürzte Dame kümmern", sagt Hansen und schmunzelt. "Die haben en wie diese habe er immer frei Schnauze und den ein oder anderen Gimmick eingebaut. Nur siert werden – ganz behutsam.

guren aufrichten und ein paar die E-Lok des Regionalexpress Märklin. Dafür sind die Gehäu- der Anlage schlafen.

Eigentlich müsste die Kölner Häuschen auswechseln? Seit Schaubahnwelt auch mal wie- 30. Juni ist die Werner Ehret & Co KG Geschichte und Hansen ser frei geblasen werden. Auf Rentner. Die letzte Tour hat-Bahnsteig 1 im Hauptbahnhof te er schon hinter sich. Dachte er zumindest. Doch dann hat sich doch jemand gefunden und 20 Automaten gekauft. Matthisen. Die Feuerwehr löscht den as Hartmann (44), seit elf Jahren Dachstuhlbrand mitten in der bei der echten Deutschen Bahn im mittleren Management. Er Jahre, eine Staubschicht hat glaubt an die Zukunft der Schaubahnen, hat die Wimmelbahn GmbH gegründet und Hansen als neuen Mitarbeiter angeheuert. Ein Glücksfall für beide Seiten. "Jetzt mache ich nur noch NRW und bessere meine Rente Wichtigeres zu tun." Szeneri- auf", sagt Hansen. "Und der Chef weiß, was er an mir hat."

Die Anlagen sollen modernidie Züge fahren ihre immer Neue Fahrregler, neue Kabel. Doch wozu noch mal den gan- ler habe der Neue schon ge-

Einmal im Jahr setzt Hansen den historischen Adler auf die Gleise der Schauanlagen in Köln.

vom Gleis. "Das hier ist China- se aus Plastik, voll verklebt. Da Schrott", sagt er. Den Namen kannst Du nichts reparieren." des Herstellers verrät er lieber nicht. "Das war mal ein angesehenes Unternehmen." Vier davon habe Hartmann gekauft, ge nicht infrage. Zu kompli-Schritt für Schritt. Einen Feh- nur eine hat den Dauerbetrieb ziert, zu störanfällig. Hansen durchgehalten. "Die Loks sind schmunzelt: Wenn er damit den 1980er-Jahren kennt. Das sauber liefen, die neue Schlei- keiner Modellbahn fehlen darf, zen Staub aufwirbeln? Die Fi- macht, sagt Hansen und hebt zwar nur halb so teuer wie von anfange, könne er gleich unter

Digitale Technik wie bei der

Michael Hansen ist der Herr der

Modelleisenbahn im Kölner Hauptbahnhof. Foto: Michael Bause

> großen Bahn komme bei der Wimmelbahn in der E-Passa-

# Deutsche Hockey-Nationalteams für Olympia qualifiziert



#### Weitere Kölner dürfen sich über Teilnahme an den Spielen in Paris freuen

Titelgewinn für die Olympi- auf den Punkt geliefert. schen Spiele von Paris quastolz, wie die Jungs den riesi- ist mehr als zufrieden mit gen Druck mit so hoher Quadem Erreichten, zumal sein Rühr, Tom Grambusch und ebenfalls noch die Chance, Herren-Bundestrainer André 4:3-Sieg gegen Indien im Petens sechs Spieler und mit Juzu qualifizieren.

Köln. Tolle Erfolge für die Henning nach dem 4:0-Sieg naltyschließen die Nerven lia Sonntag und Nike Lorenz Damen-Team als auch die als Selbstverständlichkeit ge- Zukunft gebracht. Die Mädels Spielen teilnehmen. Herren-Auswahl konnte sich wertet, sodass es vermeintlich sind heute erwachsen gewor- Weitere bereits qualifizierte im Rahmen ihrer jeweiligen mehr zu verlieren als wirklich den. Qualifikationsturniere in In- zu gewinnen gibt. Das haben dien und Oman mit einem wir für uns umgedreht und

> Auch Damen-National-

Aus Kölner Sicht interesden in diesem Sommer bei Dutzende weitere lifizieren. "Ich bin extrem trainer Valentin Altenburg Grambusch, Johannes Gro- ten Wochen und Monaten in lität aufgelöst haben", sagte Team beim entscheidenden Thies Ole Prinz wohl mindes- sich für die Spiele von Paris

deutschen Hockey-National- über Pakistan. "Gefühlt wird behielt. "Das Spiel hat uns zwei Spielerinnen von Rot mannschaften. Sowohl das eine Quali für uns von außen ganz viel für die gemeinsame Weiss bei den Olympischen

Athleten aus Köln sind Joshua Hartmann (200-Meter-Lauf) sant: Durch den Erfolg wer- und Sarah Voss (Turnen). den Spielen in Paris mit Mats städter haben in den nächsße, Timur Oruz, Christopher verschiedenden Sportarten

# PARKETTSONNTAG SCHAUTAG am 28. Januar Von 13 bis 17 Uhr in allen unseren Parketthäusern in NRW und Hamburg Entdecken Sie unsere neue Designboden-Kollektion. Vinylvom Profi: Fix & fertig velegt und verklebt\* ab 48, \$\\(\sqrt{\text{s}}\)

Parkett Dietrich

PARKETT DIETRICH GMBH KÖLN, DANZIGER STRASSE 36, 50858 KÖLN-WEIDEN \*Zzgl. Unterbodenvorbereitung | Sonntags keine Beratung und kein Verkauf





## Wir machen uns was aus Qualität.

#### **Und zwar die Besten!**

Der Kobold VK7 Akku-Staubsauger und **Kobold VR7 Saugroboter: Unsere Testsieger bei Stiftung Warentest** 

Vorwerk Store Köln-City Breite Str. 29 50667 Köln

Telefon 0221 25099599

Öffnungszeiten Mo - Sa 10.00 - 19.00 Uhr

#### Vorwerk Store Köln-Weiden Rhein-Center

Aachener Str. 1253 50858 Köln Telefon 02234 2028554

Öffnungszeiten Mo - Sa 10.00 - 20.00 Uhr

Kobold Produktvorführung zu Hause gewünscht? www.kobold-vorfuehrung.de Online-Shop: www.vorwerk.de



Vorwerk Deutschland Stiftung & Co. KG, Mühlenweg 17 – 37, 42270 Wuppertal



# Ihr Marktplatz

kleinanzeigenmarkt

your**IMMO** 

YOURJOB.de

Bekanntschaften **Immobilien** Kleinanzeigen

Automarkt

Reisemarkt

Stellenmarkt

#### Reisemarkt

#### **Immobilien**

Auch online unter yourImmo.de

WOURTH WILLION

#### Ferienwohnung

Buchen Sie jetzt Ihren Urlaub 2024 an der Nordsee. Wir haben 4 verschieden große Flip Flop Ferienwohnungen in Büsum. Schauen Sie gerne hier: www.fewo-flip

#### Nordsee -

Ferienhäuser 30m zum Deich Nähe St.Pe-ter-Ording 3/6 Pers. 040-6536466, www.wasserkante.de

Nordsee Komfortfhaus, beste Lage privat zu vermieten 0151-28780581

Nordsee: Komf. Fehs., beste Lage, Privat zu vermieten, www.urlaubinto

## 24 Stunden



kleinanzeigenmarkt

■ Ostsee ■

Ostseeheilbad, Zingst/Darß, Meerblick, 1. Reihe, sehr ruhig, idyll. gelegen, Mais.-Fe-Wo im Reethaus, mit Balkon, direkt am Strand + Nationalpark, 2-3 Personen, 줄

# **Automarkt**

Motorräder/ — Wohnwagen/ — Mopeds

defekt - Unfall 02236-381305

# Wohnmobile

Familie sucht Wohnmobil oder Wohnwagen. ☎ 0170-1564007

Rolf kauft alle Wohnwagen / Wohnmobile 

☎ 0221-2769612

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

#### Fahrzeug-Kaufgesuche

Achtung!!! 100 bis 10.000 € Kaufe alle PKW, LKW, Geländewagen, Nutzfahrzeugealte und neue Bj., auch mit Schäden, TÜV, KM egal! Barzahlung, kostenlose Abholung! Tel. 02 21 / 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

# Häuser

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

#### Kaufgesuche Häuser



Köln-Randlage! Für einen Kunden su-chen wir ein EFH, auch mit Renovie-rungsbedarf, idealerw. freistehend, Wfl. ca. 130 m². Rufen Sie uns an, wir beraten Sie gerne unverb. im Detail. Infos unter: www.bender-immobilien.de, oder unter: 02204/2904940

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

Unternehmer sucht repräsentatives Wohn domizil ab 300/800 m<sup>2</sup>, ohne Preis- oder Zeitlimit. von Emhofen Immobilien, 0221-9405510, www.vonemhofen.de

#### Verkäufe — Kaufgesuche — Immobilien- — Eigentumswohnung

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

Sie suchen eine Südstadt Altbauwohnung? 2 Zimmer mit Balkon? Bitte anmelden bei Annette Manuwa Immobilien info@ac tiv-manuwa.de

**Suche** Eigentumswohnung zum Kauf von Privat! 02235-4019782

#### Vermietungen

Möbliertes Zimmer, eigenes Bad. Nähe Wesseling, Brühl, Köln, Ruhige Wohnge-gend. Kontakt nur über Telefon: 02232-67167



#### Mietgesuche •

Krankenpfleger sucht 2-3 ZKDB, linksrhein. bis Militärring, ruhige Lage ab 40qm, bis 900 € warm. Wünsche (keine Pflicht): Wanne, Balkon oä, DG, Einliegerwohnung, Fahrradplatz. Solventer Mieter: Single, 43, Nichtraucher, ohne Hund, Gerne Mithilfe im Garten. Für Vermieter kostenden. los. Perfekte Bewerbungsunterlagen.
AMI Tipp: Eine Perle von einem Mieter!
Annette Manuwa Immobilien Tel 0172-90 13 12 1 info@activ-manuwa.de

Sie suchen eine 2-3 Zimmer Wohnung Um kreis Römer- oder Volkspark mit Balkon oder Garten? Bitte anmelden bei Annette Immobilien info@activ-manu

**513 734 Exemplare** 

druckfrisch frei Haus!

# gesuche



Eigentumswohnung für solvente Da me gesucht: Umgebung Dellbrück/ Refrath, 2-3 Zimmerwohnung mit Balkon. Karin Geller Immobilien, Ber-gisch-Gladbacher-Str. 984, 51069 Köln, www.immo-geller.de, info@im mo-geller.de, 0221-9697930

Immowerk21 sucht dringend für seine Kunden: ETWs, Ein-/Zweifamilienhäuser Mehrfamilienhäuser sowie Baugrund stücke. 0163-5130569 Immowerk21 GBR



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

Suche Haus zum Kauf von Privat. 2 0221

Suche Mehrfamilienhaus zum Kauf von Privat. 2 02238-4489914

jede Woche



Lesen Sie unsere Inhalte auch auf

Druckauflage:

RZ Druckhaus

Druck:

Verteilte Auflage:

Anzeigenblätter de

(laut ADA 3. Quartal 2023), kostenlose

Verteilung an die Haushalte in Kölr

Mittelrheinstraße 2, 56072 Koblenz

Recyclingpapier verwendet.

Titelseite vermerkt)

Für die Herstellung dieser Zeitung wird

Für unverlangt eingesandte Manuskripte

und Bilder wird keine Gewähr übernom-

**Redaktionsschluss:** Dienstags, 13 Uhr **Anzeigenschluss:** Dienstags, 13 Uhr (wenn nicht abweichend auf der

Falls Sie dieses Produkt nicht mehr erhalter

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

www.werbung-im-briefkasten.de

Weitere Informationen finden Sie auf dem

512 155 Exemplare

504.502 Exemplare



aktuell und regional

#### **IMPRESSUM**

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 Feam Regional Tel.: (0221) 224 2586 mediaverkauf-regional.koeln@dumont.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-Anzei-50735 Köln, Tel.: (0221)224 2240 Alexander Kuffner (Leitung und ViSdP, wohnhaft in Niederkassel) Holger Bienert Alexander Büge

Serkan Gürlek

### **Zustellung/Vertrieb:** Rheinische Direkt-Werbung GmbH & Co.

KG, August-Horch-Str. 10, 51149 Köln

ER SUCHT SIE

# BVDA

Verbraucherportal

ndesverband kostenic Wochenzeitungen



## Bekanntschaften

Auch online unter Kleinanzeigenmarkt-Rheinland.de



#### Er. 49. 170. schlank, NR. Bin mobil und be rufstätig. Bin lieb, treu und ehrlich. Suche liebe nette Frau, 45-50, für gemeinsame Partnerschaft. ⊠ 777/23373 Zuschriften an: Verlag Schlossbote/Werbekurier, Uhlstr. 102, 50321 Brühl.



Franz 76 J., Witwer. kinderlos, Zahnarzt. Ein großer, gepflegter Mann mit vollem Haar und stattlicher Figur sehnt sich nach einer liebenswerten Frau, die noch unternehmungslustig ist, für eine harmonische Zweisamkeit, Tel. 0173-5662767 e.U.



#### SIE SUCHT IHN

Alexandra, 49 J., Kauffrau, auffa lend hübsch, unendlich zärtlich. Eigentlich bin ich ein sehr fröhlicher Mensch - aber wenn ich am Wochenende alleine bin, werde ich doch etwas traurig. Ich vermisse einen Partner an meiner Seite, ganz viele Liebkosungen suche Sie den feinfühligen Mann, mit dem ich eine glückliche zärtliche Zukunft in Liebe aufbauen kann wie wäre das? Rufen Sie an über: (5522/

G167866) GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos 20800 - 333 1117

Anna, 52 J., kaufmän, Anaestellte liebes Wesen, bezauberndes Lachen. Draußen ist der kalte Winter mit seinen langen, ungemütlichen Abenden - wer wärmt mich, nimmt mich in seine Arme? Magst du Reisen, Kultur, Sport? Dann haben wir schon ganz viel gemeinsam. Mein Herz vermisst eine Partnerschaft mit vielen wunderschönen Momenten zärtlichen Berührungen, einem Mann, mit dem ich ganz viel lachen kuscheln streicheln und küssen.

GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h Samstag 10-14 h/Sonntag 10-Anruf kostenlos 7 0800 - 333 1117

Angela, 54 J., Friseurmeisterin, gut aussehend, natürliches, freundliches We offen + aufgeschlossen Neuem gegenüber sie liebt Reisen, Sport, kocht gerne. Hast du Lust, mit mir bis ans Lebensende glücklich zu sein? Spaziergänge zu zweit durch die Natur, gemeinsame Unternehmungen, intime Gespräche, wieder das wunderschöne Gefühl haben "Ich werde geliebt"? Ich glaube ganz fest an die große Liebe - du auch? Melde

GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos 2 0800 - 333 1117

Ulrike, 56 J., Vers.-fachwirtin, apart, sen + einer absolut positiven Lebenseinstellung, nicht ortsgebunden. Sie ist sportlich, offen für neues. Wie heißt es in einem Schlager? Eine neue Liebe ist wie ein neues Leben! Ich suche eine aufrichtige Liebe, möchte Hand in Hand durchs Leber gehen, möchte Dinge zusammen entscheiden, Hobbies teilen, Liebe, Harmonie und Glück im Herzen spüren. Ein Leben wird durch einen Partner noch viel schöner und lebenswerter - darf ich es dir zeigen? Melde

dich über: (5522/J163056) GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos 20800 - 333 1117

Gabi, 58 J., Krankenschwester, eine schlanke, hübsche Witwe, lange Haare, ontimistisch Ich bin ein Mensch, der die Natur liebt, ausgeglichen ist, möchte das Leben mit einem Partner teilen, gemeinsame Hobbies haben, ganz viel zu zweit unternehmen, Vertrauen, Respekt + Liebe spüren, Ich wandere, reise geme, mag Musik, Bücher, bin geme im Garten und wünsche mir einen lustigen Herzbuben, bei dem ich Liebe spü ren kann. Melde dich über: (5522/J167687) GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h

Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos 2 0800 - 333 1117

Inga, 60 J., med. Fachangestellte, schlanke Figur, strahlendes Lächeln, lange Haare, **bei Liebe nicht ortsgebun**den. Ich habe geträumt, dass wir beide uns ineinander verlieben - möchtest du meinen Traum wahr werden lassen? Wir könnten zusammen reisen, Stadtbummel unternehmen, joggen gehen, das Leben teilen! Ich suche keinen perfekten Mann, sondern denienigen, der mit mir noch viele schöne Jahre erleben möchte, der treu + ehrlich ist! Melde dich über: (5522/J167839)

GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos 20800 - 333 1117

Jutta, 64 J., Krankenschwester, hilfsbereit, sehr lieb, warmherzig, ohne Anhang. Sie ist finanziell versorgt, hat eine schöne Wohnung. Ich suche keinen ich träumen, leben und lieben möchte. Sind Sie der Mann, den ich umsorgen darf? Sind Sie der Mann, der zu zweit ein Leben mit ganz viel Liebe aufbauen möchte? Gemeinsam jeden Tag mit Liebe + Harmonie füllen - das ist es, was ich mir wünsche

Melden Sie sich über: (5522/J167133) GfZ GmbH. Mo-Fr 10-18 h Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos 20800 - 333 1117

Inge, 66 J., selbst. Physiotherapeutin, attraktiv, sehr gepflegt, feminine Figur, mit viel Sinn für Humor und Heiterkeit, eine aktive Frau (Fitness, Rad). Ich bin ein Mensch, der gerne lebt, gerne lacht, Harmonie mag - und möchte SIE mit meiner Fröhlichkeit anstecken! Wir könnten gemeinsam lachen, reden, uns liebevoll in den Arm nehmen, uns verlieben. Nähe spüren. Ich reise gerne, mag Theater, Konzerte, Kino und wünsche mir einen humorvollen Partner, dem ich zeigen möchte, wie schön das Leben zu zweit sein kann. Melden Sie sich über:

(5522/J168063) GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos 20800 - 333 1117 Petra, 69 J., gepflegte Witwe, gut aussehend, hilfsbereit, humorvoll, ausgeglichen, sie reist gerne, interessiert sich für Theater, Musik, kocht geme. Mein Le bensmotto lautet: Versuche, an iedem Tag glücklich zu sein! Ich vermisse einen Le benspartner, jemanden, mit dem ich mein Leben + meinen Alltag teilen kann, mit dem ich zusammen vieles unternehmen und verreisen möchte, der ein schönes, gemütliches Heim schätzt - Zusammenziehen

nicht ausgeschlossen! Melden Sie

sich über: (5522/J168337) GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos 2 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 glück liche 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 2 0800 - 333 1117 Hannelore, 73 J., leit. Angestellte i.R., hübsch anzusehen, schöne frauliche Figur mit schönem Busen, hilfsbereit. Ich bin eine Frau, die gerne wieder eine Schulter zum anlehnen hätte. Geme möchte ich noch mal einen Partner finden, für den ich ganz da sein kann, für den ich sorgen kann, mit dem ich alles Schöne im Leben teiler kann, den ich glücklich machen möchte! Bei wirklicher Sympathie könnte ich auch zum Herrn ziehen. Rufer

Sie an über: (5522/J168340) GfZ GmbH. Mo-Fr 10-18 h Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos 2 0800 - 333 1117

Waltraud, 75 J, hübsche Hausfrau, freundliche Witwe mit herzlicher Ausstrahlung, sie liebt Spaziergänge, wandert gerne, mag Musik, kocht gut. Wenn ich ehrlich bin fällt es mir gerade an den Wochenenden nicht leicht, alleine zu sein! Ich wünsche mir. geben könnte, mit dem ich den Alltag teilen kann, gemeinsame Unternehmungen und Spaziergänge - ein Kaffeetrinken zu zweit ist doch viel fröhlicher als alleine. Rufen Sie an

über: (5522/J165933) GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos 20800 - 333 1117 Jochen, 57 J., Betriebswirt, liebenswert gut aussehend, positiv denkend, ausgeglichen. Ich wünsche mir 2024 einen privater Neustart, eine große Liebe fürs ganze Leben. Vermissen auch Sie fröhliches Lachen eine Unbeschwertheit, Glück + Liebe? Wie wäre es, wenn wir zusammen verreisen, ins Kino gehen, am Wochenende zusammen schön essen gehen? Ich bin humorvoll, schwimmen) bin ein Mensch, für den Treue Harmonie und Ehrlichkeit sehr wichtig sind

Melden Sie sich über: (5522/J165620) GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos 0800 - 333 1117

Ralf, 60 J., Ingenieur, 1,86 m, humorvoll. sportlich (Fitness, schwimmen, Motorsport), er reist gerne, ist kulturell interessiert spielt Klavier, tanzt auch geme. Hast du Lust auf Liebe + Glück, auf reisen, Ausflüge, romantische Essen zu zweit, auf einen gemeinsamen Weg, ein total fröhliches harmonisches, liebevolles, feinfühliges Miteinander - am liebsten für immer? Dann

melde dich über: (5522/J166086) GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos 2 0800 - 333 1117

Michael, 64 J., Handwerker i.R., netter Witwer, offen, 1,78 m, mit Herz + Ehrlichkeit zur Partnerschaft, angenehmer Gesprächspartner, humorvoll, unkompliziert, reisefreudig, sportlich (Radfahren, wandem), er kocht und tanzt gerne. Wenn man dem Glück nicht etwas auf die Sprünge hilft, wird man wohl nie mehr glücklich werden! Was ich mir wünsche? Wieder gemeinsam etwas unternehmen, sich noch einmal verlieben, Hobbies teilen, eine ehrliche, liebevolle Partnerschaft für immer aufbauen!

Melde dich über: (5522/J167907) GfZ GmbH. Mo-Fr 10-18 h Anruf kostenlos 20800 - 333 1117

Walter, 66 J., Vers.-Kaufmann man die Partnerin fürs Leben kennen? Im Restaurant, beim Sport, durch Freunde? Leider bisher nicht... doch vielleicht hier? Das wäre mein Herzenswunsch! Zu mir: Ich mag Musik, Kino, die Natur, bin sportinteressiert, tierlieb, suche eine Partnerin für ein harmonisches Leben zu zweit, für gemeinsame Stunden mit viel Lachen - und das gerne für immer! Melden Sie

sich über: (5522/J167085) GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos 20800 - 333 1117

Peter, 68 J. warmherziger Witwer, sympathisch + liebevoll, ein richtiger Herzensmensch, 1,88 m, handwerklich sehr geschickt, eig. Pkw. Auch wenn man wie ich verwitwet ist, finde ich, dass man auch dann noch mal auf eine neue Liebe hoffen darf, denn das Leben geht doch weiter. Sind Sie die Dame, die Werte wie Harmonie + Zuverlässigkeit ebenso wichtig findet wie ich? Ich mag alles, was schön ist im Leben, suche eine Partnerin für einen gemeinsamen, glücklichen Lebensweg. Rufen Sie an über: (5522/J168668)

GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos 2 0800 - 333 1117 Ulrich, 70 J., Bankkaufmann i.R., Witwer, sehr angenehm + lieb, gepflegt, mehrsprachig, mit viel Herz, er hat schon so einiges von der Welt gesehen, mag Musik ist handwerklich begabt. Ich bin ein Mensch, der geme lebt. Doch was zählt alles im Leben, wenn ich nichts mit einer fröhlichen, lieben Frau teilen kann? Ich möchte Sie in den Arm nehmen, für immer festhalten. Melder

Sie sich über: (5522/J148321) GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos 20800 - 333 1117

Klaus 72 J., Postbeamter i.R., ein grundehrlicher Witwer mit viel Fröhlichkeit, lebens- und reiselustig, er kocht geme, liebt schöne Spaziergänge, Pkw. Glück, Harmonie und Liebe gehören für mich zum Leben einfach dazu! Ich bin fit, habe keine finanziellen Sorgen - eigentlich geht es mir gut. Was mir fehlt ist wieder ein glückliches Herz, ich würde gerne zu zweit reisen, vieles unternehmen, Essen gehen, geme den Frühling zu zweit begrüßen. Melden Sie sich

über: (5522/J167904) GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos 0800 - 333 1117

Karl. 75 J., selbst. Unternehmer i.R., Witwer, 1,78 m, unternehmungslustig, mit sympathischen Lachfalten. Ich habe das Gefühl, je älter man wird, desto schneller vergehen die Tage - schon haben wir wieder neues Jahr. Deshalb sollten wir keine Zeit mehr alleine verschwenden, sondern ein gemeinsames Glück suchen. Zu zweit hat man einfach wieder mehr Schwung und wie schön wäre es, nicht mehr in ein leeres Haus zu kommen, sondern sich aufeinander zu freuen, zu reisen, gemütlich nachmittags gemeinsam Kaffee zu trinken, ein "wir" zu leben mit viel Fröhlichkeit + Lie be. Melden Sie sich über: (5522/J123956)

GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos 20800 - 333 1117 Horst, 79 J., treuer Handwerker, vital, verwitwet, einfühlsam, sportlich. Auch die Zeit der Trauer und des Alleinseins muss einma ein Ende haben! Ich bin optimistisch, fröhlich, möchte einen Neuanfang wagen, eine Dame kennenlernen, ihr mein Herz in allen Ehren für immer anbieten. Gemeinsam gibt es so viel Schönes im Leben zu erleben, Nähe spüren, kleine Aufmerksamkeiten, viel unternehmen auch in unserem Alter noch einmal Herzklopfen haben, Rufen Sie an über: (5522/ J137267)

Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h

Anruf kostenlos 2 0800 - 333 1117 Hermann, 82 J., Architekt i.R. charmant 1.79 m. fröhliches Naturell, ein Mann mit Ausstrahlung + Lebensstil, der geme reist, kulturinteressiert + unternehmungslustig ist Ich möchte eine ehrliche, aufrichtige Partnerschaft zu einer netten Dame aufbauen, möchte mein Leben, meine Gedanken, meine Interessen mit jemandem teilen. Ein angenehmes, glückliches Theaterbesuche, intensive Gespräche, gemeinsam Essen gehen, Spaziergänge – auch bei getren. wohnen! Melden Sie sich über:

(5522/J166449) GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos 20800 - 333 1117

Kurt, 84 J., gepflegter, netter Witwer, wirklich angenehm + liebenswert, schlank, ein Mann, der Ruhe und Zuverlässigkeit ausstrahlt, handwerklich und technisch begabt ist. Es ist gar nicht viel, was ich mir vom Leben wünsche ich möchte einfach noch mal eine nette Par terin finden, die mit mir essen gehen möchte, einen Spaziergang unternehmen, fröhliche Gespräche über Gott und die Welt führen - die einfach mit mir ein gutes, glückliches Leben führen möchte – auch bei getren. wohnen!

Melden Sie sich über: (5522/J167507) Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h

Anruf kostenlos 🕿 0800 - 333 1117 Georg, 87 J., Polizeibeamter i.R., ein fitter, innerlich und äußerlich jung gebliebener Witwer, bewegungsfreudig,humorvoll und offen neuem gegenüber, aufgeschlossen, ein interessanter Gesprächspartner, guter + sicherer Autofahrer. Ich suche eine charmante Partnerin. die mit mir noch viele glückliche Jahre gemeinsam erleben möchte, die Fröhlichkeit, Respekt + Ehrlichkeit mag! Haben Sie Lust, mit mir einen Spaziergang zu machen? Oder zu zweit an die See zu reisen, die schönen Dinge gemeinsam zu erleben? Wir sind nicht zu alt, um Liebe zu spüren. Melden Sie sich über: (5522/J168831)

GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos 2 0800 - 333 1117

kleinanzeigenmarkt

Auch online unter

# YOURJOB.de

# Stellenmarkt Bauen & Wohnen

#### **Fahrer**

(m/w/d, FS-Kl. B) zur Beförderung von Menschen mit einer Behinderung auf Minijob-Basis in Köln gesucht. Deutsch in <mark>Wort u. Schrift erforderlich. Gerne</mark> auch aus der Generation 60+.

Telefon 0221-92230789 oder E-Mail: koeln@engler-transfer.de

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

**2**0 22 34 / 9 87 10 m.kluck@umweltlogistik.de

KdA-Service

25 Stunden Woche Mo-Fr + alle 14 Tage Samstags, Arbeitsbeginn 06:00 & 07:00 Uhr

Ansprechpartner: Frau Zierden/Herr Rust 0221-71751380 Anrufe bis 13 Uhr



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

Für ein Objekt in Köln-Kalk, Erna-Scheffler-Straße, suchen wir zuverlässige, deutschsprachige

#### Reinigungskräfte (m/w/d) (Minijob)

Mo.-Fr. 18:00-19:45 Uhr

Bewerbungen bitte an MCS Malta Clean & Service GmbH Tel. ab 9.00 Uhr: 02421-840974



- 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

Ansprechpartner: Frau Curic Tel.: 0221-40038293

**EXPRESS - DIE WOCHE** 

**Diese Ausgabe** 

mit Beilagen

von:

Matratzen Concord

MV Kölner Süder

Norma

Porta

Real

Ostermann

Polsterarena

Bernsköttei

Rossmann

Segmüller

Trinkgut

SB Möbel Boss

Sertümer Apotheke

Toyota Autohaus

Bauhaus

Bayenthal

Apotheke

Blumen Risse

Buchheimer

CenterShop

Das Futterhaus

Denn's Biomarkt

Expert Hoffmann

Hansa Apotheke

Apotheke

E-Center

Euronics

Globus

Hit

Edeka

#### Stellenangebote

Lagerarbeiter für unbefristete Dauerstel-

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

DICON

Mitarbeiter für die Produktion gesucht

Reinigungskraft für Gesamtschule in Holweide gesucht. Arbeitszeiten von 6-8 Uhr

morgens Turnhalle Es sind weitere ver

schiedene Arbeitszeiten Nachmittags möglich, Informationen unter HS-Gebäu-

Reinigungskraft für Grundschule in Mül-

heim/Deutz, Ferdinandstr. Mo.-Fr. zwi-schen 15-18 Uhr gesucht. Rufen Sie uns

für nähere Informationen zu dem Obiekt

gerne an. 2 0221-7904735, HS-Gebäu

Reinigungskraft für morgens, Mathias-

Reinigungskraft m/w/d auf geringfügiger Basis ab sofort für Köln (Nähe Heu-markt) gesucht. 3x w 6:00 - 7:45 Uhr. Ge-bäudereinigung D. Hansen GmbH, Tel. 02208/9193510

Reinigungskräfte in Voll-/Teilzeit (gerne

mit Führerschein) gesucht für Treppen-hausreinigung in Bonn + Köln. Hausbe

Reinigungsmitarbeiter/in für die Unterhalts-

reinigung gesucht. Stundenlohn 13,50 €. Arbeitsort: Bayenthal. Arbeitszeit: Mon-tag - Freitag von 16:30 - 18:15 Uhr.

2 0221-16907040 oder 0176-30731991

**Spielhalle** in Köln sucht nette, freundliche und flexible Teilzeitkräfte und Aushilfen,

Spülhelfer (m/w/d) für unsere Spülküche

in Köln-Merkenich gesucht. Arbeitszeit Montag bis Freitag von 8 Uhr bis 17 Uhr. STÜGO GmbH, 20171-4447444, E-Mail:

Spülhelfer (m/w/d) für unsere Spülküche in Köln-Merkenich gesucht. Arbeitszeit Montag bis Freitag von 8 Uhr bis 17 Uhr.

Treppenhausreinigung (Schlüsselstelle) an

zuverl., deutschspr. Reinigungskräfte am Zülpicher Platz 1,75 Std./Wo., Alter Markt 2 Std./Wo., Chlodwigplatz 3 Std./

Wo. und Lindenthal 2,50 Std./Wo. zu vergeben. Gerne Hausfrauen. Firma, 02236

Winkels Gebäudereinigung sucht Reini-

gungskräfte (m/w/d) morgens ab 8.00 Uhr für ein Objekt in 50765 Köln (Volkovener Weg) in Teilzeit von Mo.-Fr. (ca. 3 Std.). Bit-te bewerben Sie sich unter: 0172-3127321.

Wir suchen für den Pfortendienst im Raum d) in VZ, TZ, sowie Aushilfen, Voraussetzung: Schichtbereitschaft. GSD Gerl Si-

zung: Schichtbereitschaft. GSD Geri Si-cherheitsdienst, Clausewitzstr. 4, 93049 Regensburg, Tel.: 0941 - 585 140

Wir, das Hotel Geisler suchen ab sofort oder nach Vereinbarung, Verstärkung für unser Rezeptionsteam auf € 538,00 Basis (ausbaubar auf Midijob). Bewerbung unter Tel. 02203- 990080 bis 15 Uhr.

www.metallbau-schorn-gmbh.de Zur Ver-stärkung unseres Teams suchen wir Monteure, Schweißer, Schlosser / Metall-

bauer und LKW-Fahrer CE sowie einen Metallbaumeister. Wir bieten: Eine faire Vergütung, betriebliche Altersvorsorge,

ein freundliches Betriebsklima, kostenlo-se Arbeitskleidung inkl. Reinigung.

2 02443-901111 info@schorn-metall

Zimmerreinigungs-/ und Hotelfachkraft in Wahnheide gesucht! Kontak: ☎ 02203-

Zur Verstärkung unseres Teams suchen

wir Monteure für Fenster, Haustüren und Sonnenschutz. Führerschein erwünscht,

aber nicht zwingend erforderlich. Wenn Sie einen sicheren Arbeitsplatz mit guten Aufstiegsmöglichkeiten suchen, sind Sie

bei uns richtig. Bewerbungen telefonisch

Ihre

Anzeigen

auch

online!

96999, info@aoc-hotel.de

info@gerl-sicherheit.de

bau.de

GmbH, 🖀 0171-4447444, E-Mail:

treuung Weber 0172-2926926

Die Putzfeen GmbH & Co.KG

ab sofort 2 0176-41067258

info@stuego.de

info@stuego.de

Brüggen Str. (Firma RAFA) in Ossendorf gesucht. Von ca. 5:30-7:00 Uhr, Mo.-Fr.

HS-Gebäudereinigung,

DICON 2 02241-70777

dereinigung. 221-7904735

dereinigung

Ambulanter Pflegedienst sucht ab sofort Pflegefachkraft und Pflegehelfer/in LG1/ LG2 in Teil-/Vollzeit. Führerschein erfor derlich. 2 0221-22209955 oder info@al

AUSHILFE (m/w/d) für unsere Personalabiellung im Rahmen einer geringfügigen Beschäftigung. Möchten Sie bei allgemei-nen Verwaltungstätigkeiten unterstützen, personalrelevante Unterlagen scannen und Daten eingeben oder auch Dokumente archivieren und ablegen? Dann melden Sie sich gerne telefonisch (0221)8997-431 oder per E-Mail: willkom men@do-wohnstift.de Wir lernen Sie gerne an. www.seniorendienste.de

Aushilfe Büro: Wir suchen zum nächstmöglichen Zeitpunkt eine Aushilfe (m/w/d) auf Minijobbasis, die uns 2-3 Mal in der Woche nachmittags bei leichten Bürotätigkeiten unterstützt. Das Büro liegt ver-kehrsgünstig in der Kölner Innenstadt. Wir freuen über Ihren Anruf unter 0163-

Austräger/Zeitungszusteller (m/w/d) für usu ager/zeitungszustener (m/w/g) für den Express die Woche gesucht. Vertei-lung 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

**Begleitagentur** sucht aufgeschlossene Mitarbeiterinnen **2** 0171-2233451.

Büroassistent/in für unser Büro in Vollzeit und Teilzeit in Köln-Ostheim ab sofort ge-sucht. Voraussetzungen sind Deutsch-kenntnisse in Wort und Schrift und Erfahrungen am Computer, zumindest die MS-Office Programme. Bei Interesse gerne eine Bewerbung an info@nextgmbh.de.

Damen ab 18 J. für eine leichte Telefontätigkeit gesucht. Flexible Arbeitszeiten und gute Verdienstmöglichkeiten. 

© 221-964464218

Erkrankte Frau sucht liebevolles Zuhause älter als 50 J., 🕿 0175/8231548

Fahrer (m/w/d) für 3,5 t & 7,49 t in Vollzeit für Getränkeauslieferung gesucht. Kein Schulabschluss, keine Beruferfahrung notwendig. 2 0171-7827071

Fahrer\*in Beförderung gehandicapter Kinder in Köln schultäglich gesucht. 02421-

Friseur Kopfsalat und Salon Grün-korn in Köln-Dellbrück sucht mo-tivierte Friseure (w/m/d) gerne auch Junfgfriseure (w/m/d) und Wiedereinsteiger die Spaß an trendorientierter Abeit haben. trendorientierter Abeit haben. Möchtest Du Teil in unserem Team werden? Dann melde Dich telefonisch 20171-5769805

Friseur Kopfsalat und Salon Grünriseur Ropisalat und Salon Grün-korn in Köin-Ehrenfeld und Köln-Sülz sucht motivierte Friseure (w/ m/d) gerne auch Junfgfriseure (w/m/d) und Wiedereinsteiger die Spaß an trendorientierter Ab-eit haben. Möchtest Du Teil in unserem Team werden? Dann mel-de Dich telefonisch **2** 0171-

Hausmeisterunterstützung auf 538,- €, für

Hauswirtschaftskräfte (m/w/d) für ambulanten Pflegedienst im Raum Köln links-rheinisch, in Teilzeit oder auf 538.- €-Basis ab sofort gesucht! Anrufe Mo.-Fr Tel.: 0221-88885156

KONNEX sucht kaufmännische Mitarbeiter ZB. Sachbearbeiter, Datenerfasser, Dispo-nent (m/w/d) Vollzeit in Köln. Sehr guter Stundenlohn, mit Übernahmechancen. Bewirb dich jetzt Tel.: 0221-3567481 oder per Mail: info@konnex-zeitarbeit.de

KONNEX sucht Lagermitarbeiter (m/w/d) UNNEX SUCNT Lagermitarbeiter (m/w/a) Köln in Vollzeit in Früh/Spätschicht. Gu-ter Stundenlohn / Jobticket, sehr gute Übernahmechancen. Bewirb dich jetzt Tel.: 0221-3567481 oder per Mail: in fo@konnex-zeitarbeit.de

MFA oder gerne auch Quereinsteigerin (m/f/d) zur Verstärkung des Teams an der Anmeldung unserer psychiatrisch-psychotherapeutischen Praxis in Leverkusen-Schlebusch gesucht. Ab dem 01.05.2024 auf Minijobbasis an 2 Nachmittagen pro Woche und als Urlaubsver etung. Anfragen oder Bewerbungen bit te an praxis.schlebusch@web.de

Ein Angebot von:

Anzeigenblätter de

stellenanzeigen.de

#### Stellenangebote Auszubildende lung bei übertariflicher Bezahlung AGILIS-Zeitarbeit **2** 0179-1108688

Auszubildende/r Kaufmann/frau für Büromanagement ab sofort gesucht. Wir sind Dienstleister für Hotels und Messen. Der Kernbereich wird in der Verwaltung lie gen. Bewirb Dich gerne, alles weitere bei einem persönlichen Gespräch! Bewerbungen bitte an info@nextgmbh.de

#### Arbeitsangebote

24-Stunden-Betreuung 1-2 Wochen monatlich für meine Mutter (86) nach Bergheim gesucht. 01573-6943185

Akademiker/Studenten/Abiturienten m/w/ d für Nachhilfe in Mathematik, Deutsch und Englisch in Köln-Holweide gesucht, 20151-17483655 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

Bügelhilfe umgehend gesucht, privat, guter Bahnanschluss, gute Bezahlung. **2** 0151-53212907

Fahrertätigkeit auf Minijobbasis, Arbeits-zeit Mo.+ Mi. jede Woche (ca. 10 Std.), sowie evtl. Urlaubsvertretung. Tel. 0160 8473952 Frau Stark Haushaltshife für 4-Peronenhaushalt nach

Köln-Lindenthal gesucht. 0170-7890234 Haushaltshilfe für 1 Personen - Haushalt in Königsdorf wöchentlich 3-5 Stunden au Minijob-Basis gesucht. 0151-26733433

Hotel am Freischütz sucht ab sofort Reinigungskräfte (m/w/d) in Teil-zeit oder auf 520,00 € Basis. Melden bitte unter ☎ 02233-932330 oder per Mail: m.may@hotel-am-frei-schuetz.de

Putzhilfe, deutschsprachig, 1x wöchentlich, Freitags für 3 Std. von 10-13 Uhr, nach Porz Westhofen gesucht Schmidt 01511-7862708

Reinigungskraft auf 538,- € für Widdersdorferstraße. 2 0173-2549161

Reinigungskraft m/w/d auf Steuerkarte in Köln-Niehl, Niehler Str. gesucht. AZ.: Mo-Sa 5.30-7.30 Uhr Gebäudereinigung Schrey 02166-80021

Reinigungskraft m/w/d in Köln-Marsdorf Emmy-Noether-Str. auf Minijob-Basis oder Steuerkarte ab sofort gesucht AZ: Mo-Sa 7.00-8.30 Uhr oder Mo-Sa 7.00-10.00 Uhr Gebäudereinigung Schrey 02166-80021

Suche Bürokraft, selbständig arbeitend, für Privathaushalt (mit Parkplatz), nachmit-tags 2-3 Std, 2x wöchentlich nach Kölntags 2-3 Std, 2x Wochentlich hach Kohl-Weiden, Erfahrung in Hausverwaltung von Vorteil, auf Mini-Job oder auf eigene Rechnung \( \frac{1}{2} \) O13/36167 Zuschriften an: Verlag Schlossbote/Werbekurier, Uhlstr. 102, 50321 Brühl.

TIM GmbH seit über 22 Jahren mit Herz da-bei! Wir suchen für unsere Objekte in Raum Köln, Aachen, Dormagen, Neuss und Erftkreis zuverlässige Hausmeister und Gärtner (m/w/d) mit Berufserfah-rung in Teilzeit- oder Vollzeitanstellung, Idealerweise haben Sie eine abgeschlos-sene Berufsausbildung im Handwerk. Sie verfügen über den Führerschein Klasse B und gute Deutschkenntnisse. Bewerbung an TIM GmbH ☎ 0221-2225230; 0173 7271727; info@tim-gmbh.eu.

TIM GmbH. Wir suchen für unsere Objekte IM GmbH. Wir suchen tur unsere Ubjekte in Raum Köln, Aachen, Frechen und Hürth zuverlässige Reinigungskräfte (m/ w/d). Auf Minijob Basis. Gerne auch auf Teilzeit Basis (2 0221-222530; Mobil: 0173-7271727 oder per Mail: info@tim-



5% Preisnachlass Anzeigen gedruckt und online auf YOUR JOB >>>

rheinische-anzeigenblaetter.de/anzeiger

#### 🗖 Arbeits- 💳 gesuche

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

Biete Gartenarbeit aller Art. Preisv schnell, Grünabfall-Entsorgung 2 0157-87070585 Damenhaarschnitt, Herrenhaarschnitt, Friseurmeister kommt ins Haus. ☎ 02236-

967225 

Kranken-/Altenpflegerin sucht Selle im Privathaushalt 🕿 0221-6086894 oder 0170-5402925 Küchenhilfe/Putzhilfe sucht arbeit in Küche oder Büro. 01577-0979280

Spanierin sucht Putzstelle bei privat, ☎0157-75014809

**Zuverlässige** Frau sucht Putzstelle. **☎** 0176-24231237 o. 0163-24844492 Zuverlässige Putzfrau sucht Minijob, Arbeitszeit egal. 2 0152-14099432



#### Bauen & Wohnen

Badewannen - Neubeschichtung, schnell und preiswert, alles ohne Fliesenscha-den, auch für Duschtassen, mit Garantie, Fa. Derichsweiler, Tel.: 0221 - 2598 1779 Bauunternehmen Klimek. Meisterbetrieb für Innen- und Außenputz, Wärmedäm-mung, Hoch-, Tief-, Innenausbau usw. auch Kleinaufträge. 02686-9885347



W. KIESEL GMBH Hauptstr. 358 • 51143 Köln Telefon 0 22 03/5 33 11

■ www.kiesel-fensterlaeden.de

kleinanzeigenmarkt

# Kleinanzeigen

71, 51065 Köln. 2 0178-2915386

Kaufgesuche

lhr seriöses Fachgeschäft im Ankauf von Pelzen, hochw. Porzellan, Uhren, Gold, Silberwaren, Modelautos, Nachlässen u.v.m

Besuchen Sie uns im Laden, oder

vereinbaren Sie einen kostenlosen

Julea Gebrauchtwarenhandel, Höninger Weg 208, 50969 Köln, Tel. 0221-453 038 82

! 0157 - 37 77 92 12 Achtung Ankauf !! Pelze, Bekleidung, Handtaschen, Porzellan, Bleikristall, Zinn, Näh-u. Schreibmasch., Bücher, LP's, Briefm., Teppiche, Möbel, Gobeline,

Puppen, Besteck, Bilder, Uhren, Ta-felsilber, Münzen, Bernstein u. Schmuck. Seriöse Hausbesuche,

1a Aber absolut alles Ankauf, Pelzankauf

a Aber absolut alles Ankaut, Perzankaut. Bekannt für höchste Seriösität. Abend-garderobe, Landhaus Mode, Lederwa-ren, Bücher, Silberbesteck, Münzen, Uhr-ren, Häkeldecken, Zinn, Schmuck, Por-zellan, Kristall, Römergläser, Leuchter,

Teppiche, Gobelin, Gemälde, Holzfigu-ren, Karnevalsorden, Handtaschen, LP, CD, Näh- u. Schreibmaschinen, Puppen. Wertschätzung, bitte alles anbieten. Weiß Tel: 0178-3735914

1A Anna Dekorateurin kauft! Köln 0221-

25960211 Kompl. Nachlässe, Porzellan, Kristall, alte Weine, Pelz, Handt., Mode-schmuck, Schallpl. Bücher, Bilder, Kar-

Alte Karnevals-Orden/Mützen/Anstecker

Ankauf von Wanduhren, Standuhren, Ka-

Barankauf von Silberbestecken, Meissen u. Herend Porzellan, Bücher u. kompl. Nachlässe, geschnitzte Herrenzimmer, großf. Ölbilder, Bronzefiguren, Zeitlos & Antik, Hennef, Frankfurterstr. 117, 

2014245 20147, 7592956.

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: AIX-Phila Ghibi, 52062 Aachen, Lothringerstraße 13, 2 0241-33995 - www.aix

**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

Kaufe Porzella a. Art von Hutchenreuther, Meissen, Rosenthal, Villeroy&Boch, KPM u. Reichenbach. ☎ 0152-14066297

Maria kauft! Hochwertiges Porzellan, Meissen, Rosenthal, Herend, ältere Weine u. Champagner, Pelze, Porzel-lanfiguren, Silber, Modeschmuck, Zinn, Musikinstrumente, hochwerti-

Modelleisenbahn Spur H0 - Märklin, Roco,

Fleischmann gesucht - auch LGB und Lenz-Spur-0 gesucht. Gerne auch größe-re Anlagen und Sammlungen. **Tel. 02234** - **89 492** 

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

gen Schmuck+Uhren 17052664 Barzahlung!

minuhren, Armbanduhren, Taschenuhren, Herr Herzberg 0162-6526557

aus Bergisch Gladbach/Köln, von priva-tem Sammler gesucht. 02207-7910, 0163-8436553

nevalsorden, alles anbieten!

9041348 o. 0177-7593050

Barzahlung. Frau 0157 -3777 9212

Trödelmarkt Dienstleistung Vermischtes

**1a Haushaltsauflösungen** mit Wertanrechnung. **2** 0221-378265 Modeschmuck, Gold, Silber, Münzen, Zahngold, alte und auch defekte Uhren kauft Vintage An- & Verkauf, Frankfurter Str. **1a** Abfallbeseitigung, Entrümpelungen aller Art. Zum Festpreis! Kostenlose Besichti-

gung! **2** 0157-38759722 1a Abfallentsorgung, Haushaltsauflösung, Entrümpelung www.batke-transporte.de ☎ 02234-59621

Elektroarbeiten vom Profi 2 0152-Malerarbeiten sauber, preiswert 2 02234

Wohnungsauflösungen, Entrümpelungen; schnell, preiswert. SSM Köln, 0221-6403152. Sie unterstützen ein langjähri-

Häusliche Pflege



Nachrüstung in 5 Stunden. Schon ab Pflegegrad 1 durch Ihre Pflegekasse komplett gefördert. Kostenloser Antrags-service! 5 Jahre Garantie! www.wansa.de 02171/3992599

Ich suche eine neue Betreuungsstelle in Privathaushalt! Bin erfahren und kenne mich mit Menschen aus die Demenz ha-ben. Habe vorher in der Schweiz und auch in Österreich ältere Menschen be treut. Suche nach einer langfristigen Betreuungsstelle! 20621-18060355 Handy 01579-2452045

www.dieses-bei-hier.de

#### Geschäftsempfehlungen

Entrümpelung zum Festpreis. Kurzfristig, Regional, Zuverlässig mit Wertanrechnung. Ihr Team von Willmas Dienstleistungen 2021-20426616 Willmas-

#### - Garten -

**BAUMDIENST SCHICK GmbH** ·Risikofällungen inkl. Entsorgung Seilklettertechnik ·Wurzelfräsen ·Sturmschadenbeseitigung · kostenlose Beratung **2** 0221/53 43 357

#### PORZER BAUMDIENST

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

BAUMDIENST MÖDL ° Baum- und Risikofällungen inkl. Entsorgung

Klettertechnik °Wurzelfräsen kosteniose Beratung

Tel. 02234 - 899988

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. Preiswert schnell, Entsorgung. ☎ 0176-84029053

# ZEICHEN sos-kinderdoerfer.de



#### 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!

C 02203 18 83 99 0 0175 999 44 00

wwww.zusteller-jobs.net

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



#### Logistikpartner gesucht!

Zum Ausbau unseres Logistiknetzes suchen wir für die Auslieferung unserer Zei tungen, Beilagen und Prospekte im Raum Köln-Bonn selbstständige Spediteure.

- eine langfristige Partnerschaft mit einem etablierten Vertriebsunternehmen - wöchentlich regelmäßige Aufträge

- aufwandsbezogene Vergütung

Was wir von Ihnen erwarten: - Transporter mit einer Zuladung von mind. 1 t

- Selbstständigkeit und Zuverlässigkeit

- Einsätze an Donnerstagen & Freitagen, gerne auch in den Abendstunden Wir freuen uns über Ihre Kontaktaufnahme!

verbung@rdw-koeln.de 👢 02203 1883 43

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

Barankauf von Gold und Silber zu Höchstpreisen! Wir kaufen: Münzen, Medaillen, Zahngold, Schmuck, Golduhren, Silberbestecke, Silbertabletts usw. Unser Ankaufspreis betrug am 23.01. für 1g Feingold bis zu 57,00 € Erfragen Sie unseren Tagespreis! Muengen & Medaillen-Galerie Koelr

Alter Markt 55 · 50667 Köln Tel.: (02 21) 25 36 00



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

Ab 13 Jahren: Auch nur wochenweise - als Ferieniob - möalich!

#### Aktuell verstärkt gesucht in: Köln

(Auweiler, Braunsfeld, Brück, Rath-Heumar, Porz, Weiden)



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

# Justizzentrum bietet zu wenig Platz

Prozesse bald auf Parkplatz

Das Kölner Justizzentrum mit seinen 23 Etagen platzt aus allen Nähten. Jetzt wird Platz geschaffen. EXPRESS sprach Landgerichtssprecher Hans Logemann über die Errichtung mobiler Gerichtssäle. Schon in Kürze soll es losgehen. "Insgesamt vier Säle sollen als Leichtbauhallen entstehen", erklärt Hans Logemann. Und zwar auf dem Parkplatz der Staatsanwaltschaft, die sich ebenfalls im Justizzentrum befindet.

#### von IRIS KLINGELHÖFER

Köln. Zwei der neuen Säle sind für das Amts-, zwei für das Landgericht vorgesehen. "Der Komplex wird zudem eine eigene Sicherheitsschleuse erhalten", so der Landgerichtssprecher. An der Schleuse werden Zuschauer und Zeugen durch einen Metalldetektor kontrol-

Warum dringend neuer Platz

an der schieren Zahl der Strafkammern. Logemann: "Die Situation hat sich in den letzten Jahren sehr verändert.

schaft.

Das Kölner Justizzentrum mit Amts- und

Landgericht sowie mit der Staatsanwalt-

Foto: Schmülger

Es sind sehr viele Strafkammern dazugekommen, dementsprechend finden mehr Sitzungen statt, die teilweise auch komplexer sind." Besonders große Sitzungssäle seien Mangelware, sagt er. Daher werden die neuen "Outdoor-Säle" des Landgerichts, wo häufig große geschaffen werden muss, liege Prozesse mit mehreren Ange-

klagten und entsprechend vielen Anwälten stattfinden, auch viel Platz bieten. Zunächst gilt es, den Parkplatz entsprechend vorzubereiten. Unter anderem müssen Strom- und Wasserleitungen gelegt werden. Die Errichtung der Hallen geht dann ratzfatz. Es sind Modul-Bauten, die nach dem Baukastenprinzip entstehen. "Der Plan ist, dass sie im Laufe des ersten Quartals 2024 errichtet werden", erklärt

Quartals sein, fügt er hinzu, aber man sei auf einem guten Weg. "Weil es Modulbau ist, gibt es keine lange Bauphase, sondern sie stehen innerhalb weniger Wochen und sind dann vollfunktionsfähige Gerichtssäle", erklärt Hans Logemann.

Für die Herstellerfirma der Leichtbauhallen ist es nicht das erste Proiekt dieser Art. Sie hat bereits entsprechende Bauten für Gerichte in Schleswig-Holer. Es werde wohl eher Ende des stein und Hessen errichtet.

# **Knast: Pädo-Babysitter**

Köln. Trotz eindeutigen Betä- soll dabei auf den Geschlechtstigungsverbotes hatte ein wegen seines "pädophilen Interesses" Familien mit Kindern gesucht, sich im Internet als Babysitter angeboten. Und das in der Corona-Zeit, in der viele berufstätige Eltern verzweifelt nach Hilfe bei der Betreuung gesucht hatten. Nun schickte das Kölner Landgericht den 34-Jährigen für zweieinhalb Jahre ins Gefängnis.

Zwei Kinder hatte der Mann in der Badewanne und beim Toilettengang fotografiert. Der Fokus

merkmalen gelegen haben, weshalb die Staatsanwaltschaft die vorbestrafter Kölner die Nähe zu Bilder als kinderpornografischen Inhalt einstufte. Auch das Gericht sah das so. Die beiden Verteidiger sahen die Schwelle zur Kinderpornografie hingegen nicht überschritten. Eine Revision zum Bundesgerichtshof erscheint daher als wahrscheinlich.

Der gebürtige Viersener soll in München "Soziale Arbeit" studiert haben, hier kam es 2019 zur einschlägigen Verurteilung im Bereich Pädo-Kriminalität.



Op der janzen Welt aachten de Minsche op de Vörzeiche. He bei uns deit dat jeder zweite. En Kölle hann se doför "Vörbedügniss" jesaat. Em Hotel well keiner en nem Zemmer met der Zahl 13 wonne. En de Flochmaschine jitt et kein 13. Reih un och die 17. Reih fählt, weil

die Zahl 17 en Italie un Brasilie en Unjlöckszahl ess. Mänch einer hät singe Flochtermin op ne andere Daach verlaat, weil dä op ne Friedaach der 13. fehl. Un aan nem Friedaach dem 13. blieht mer et bess tireck en der Lappekess... Dis Dach ess mer en schwatze Katz üvver de Föss jelaufe. Dobei fohr mer der Schreck durch all ming Jlidder. Alles Käu, domme Verzäll, blos Buheimächerei, odder nit?







Überdachungen Gartenzimmer

Glasschiebewände

# **BESTER DEAL GARANTIE**

- ✓ Maßgeschneiderte Lösungen
- ✓ Aufmaß- und Montageservice
- Qualität aus unserem eigenen Werk in Deutschland
- ✓ Immer ein inspirierender Showroom in der Nähe
- ✓ Standardgarantie von 5 10 Jahren
- ✓ Finanzierungsmöglichkeit mit 0 % Jahreszins

Mehr Inspiration und Information finden Sie unter www.verasol.de

# **Lesen Sie am Sonntag**





schnell. schneller.

**ANZEIGE** 

# Thema nächtlicher Harndrang: "Ich konnte endlich wieder durchschlafen!"



Sie ihren nächtlichen Harndrang in den Griff bekam.

Nächtlicher Harndrang ist eine häufige Beschwerde: Millionen von Menschen aller Altersgruppen leiden darunter. Frauen ab 45 sind besonders oft betroffen. Die häufigen nächt-

Eine Betroffene berichtet, wie lichen Toilettengänge führen zu unruhigem Schlaf und lästiger Müdigkeit tagsüber. So erging es auch Eva R. (53)1:

"Es hat mit den Wechseljahren begonnen – irgendwann habe ich bemerkt, dass ich immer öfter auf die Toilette musste. Zunächst nur am Tag, dann aber auch in der Nacht. Ab einem gewissen Zeitpunkt konnte es schon mal passieren, dass ich dreimal aufstehen musste."

## Sensible Blasenwand

Eva R. beschreibt den typischen Hergang von nächtlichem Harndrang. Denn in der Regel sind es hormonelle Umstellungen (etwa im Zuge der Schwangerschaft, aber eben auch in den Wechseljahren), die verantwortlich für die häufigen Toilettengänge sind. Diese können dazu beitragen, dass die Blasenwand immer sensibler wird und in der Folge oft schon bei kleinsten Urinmengen das Signal zur "Ent-

leerung" ans Gehirn sendet. Eine häufige Begleiterscheinung ist eine sogenannte Belastungsinkontinenz, bei der Betroffene schon bei geringen körperlichen Anstrengungen (z. B. Lachen oder Niesen) kleine Mengen Harn verlieren.

#### Achtung, Trugschluss!

"Zuerst habe ich versucht, weniger zu trinken", erinnert sich Eva R. "Das hat das Problem allerdings nur verschlim-

Tatsächlich warnen auch Experten vor dem Trugschluss, dass weniger Flüssigkeitsaufnahme automatisch zu weniger (nächtlichen) Toilettengängen führen. Denn dadurch wird der Urin besonders stark konzentriert, wodurch er die Blasenwand nur noch mehr reizt. Auch Blasenentzündungen können bei zu geringer Flüssigkeitszufuhr vermehrt auftreten.

#### Geheimtipp aus Österreich

Während eines Skiurlaubes in Österreich entdeckt Eva R. dann aber in der Apotheke ein Präparat, das ihr endlich Unterstützung bietet:

Dr. Böhm® Kürbis für die Frau. Die rein pflanzlichen Tabletten enthalten einen hochdosierten Extrakt aus Kürbiskernen, die schon seit jeher erfolgreich in der Pflanzenheilkunde verwendet werden.

Da die natürlichen Inhaltsstoffe einige Zeit brauchen, um sich im Körper anzureichern, wird ihr eine längerfristige Einnahme über mehrere Wochen empfohlen.

"Ich konnte es kaum glauben, habe mir dann aber doch zwei Packungen gekauft. Und tatsächlich bemerkte ich, nach etwa zwei Monaten der konsequenten Einnahme eine deutlich spürbare Veränderung", ist Eva R. begeistert.

#### **Durch Studien belegt**

Die Erfahrungen von Eva R. und zahllosen anderen Anwenderinnen von Dr. Böhm® Kürbis für die Frau werden auch von der Wissenschaft bestätigt. So zeigt eine Studie: Durch die regelmäßige Anwendung eines hochdosierten Kürbiskern-Ex-

traktes kann der nächtliche Harndrang um fast die Hälfte gesenkt werden.<sup>2</sup> Besonders schön für die Betroffene: "Mittlerweile sein, bestellt es Ihre Apotheke bekomme ich die Kürbis-Tablet- sicher gerne für Sie. ten von Dr. Böhm $^{\circledR}$  auch hier in Deutschland – so kann ich lau-

fend etwas für meine Blase tun."

#### **Unser Tipp:**

Wenn auch Sie die natürliche Kraft der Kürbiskerne für Ihre Blase nutzen wollen, bestehen Sie in der Apotheke auf das Original von

Dr. Böhm®. Nur so können Sie sich der ausreichend hohen Dosierung und der Qualität sicher sein.

Sollte Dr. Böhm® Kürbis für die Frau noch nicht vorrätig

1 Name und Alter geändert. <sup>2</sup> Terado T. et al. Jpn J Med Pharm Sci 2004; 52(4): 551-61



# Dr. Böhm® Kürbis für die Frau



- Stärkt die Blasenmuskulatur
- Rein pflanzlich
- Kurmäßige Einnahme empfohlen

Für Ihre Apotheke: Dr. Böhm® Kürbis für die Frau 60 Stk.; PZN 15390969