

EXPRESS

Die Woche

Ausgabe Kalk / Deutz / Mülheim / Rath / Heumar
28./30. März 2024 | 13. 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

Unsere Handzettel findest du ab sofort wieder in Teilen dieser Ausgabe innenliegend

oder Online:



Hol dir deine Angebote digital!



Netto
Marken-Discount

ANZEIGE

Jetzt neu **POCO**

Bitte beachten Sie unsere Beilage in Teilen dieser Ausgabe

NEU

Et echte kölsche Jeföhl.
1 x wöchentlich frei Haus.

Alles aus Deinem Veedel!

Die neue Wochenzeitung - ab sofort kostenlos in Deinem Briefkasten.



Wer hat an der Uhr gedreht?

Köln. Am Osterwochenende werden die Uhren auf Sommerzeit gestellt. Während die einen „Na endlich“ rufen und sich auf laue Frühlings- und Sommerabende mit viel Licht freuen, verdrehen die anderen genervt die Augen. Aber es hilft nichts: In der Nacht von Ostersonntag, 30. März, auf Ostersonntag, 31. März, beginnt die Mitteleuropäische Sommerzeit. Die Uhren werden dabei um 2 Uhr in der Nacht auf 3 Uhr um eine Stunde VORGestellt. Die Nacht ist also eine Stunde kürzer. Ab Ostersonntag ist es morgens zunächst später und abends dafür länger hell.

Im Nachtverkehr der KVB finden die Abfahrten der übersprungenen Stunde naheliegender Weise nicht statt. Weitere Änderungen gibt es nicht, die Fahrgäste werden im Betrieb keine Beeinträchtigungen durch die Zeitumstellung erfahren.



Foto: pfyffy/stock.adobe.com

235,8 Millionen fuhren 2023 in Köln mit Bus&Bahn

Köln. Die Fahrgastzahlen bei der KVB sind 2023 trotz schwieriger Rahmenbedingungen im Vergleich zum Vorjahr nahezu konstant geblieben. Im vorigen Jahr waren 235,8 Millionen Menschen mit den Bussen und Bahnen der KVB unterwegs, das waren 0,1 Prozent weniger als 2022 (236,1 Millionen).

Trotz der Verteuerung vom 9-Euro-Ticket zum Deutschland-Ticket und dem angepassten Fahrplanangebot im Bus- und Stadtbahnbereich konnte die KVB ihre Fahrgastzahlen nahezu stabil halten.

„2023 war erneut ein herausforderndes Jahr für uns“, so KVB-Vorstandsvorsitzende Stefania Haaks. „Die Rahmenbedingungen waren schwierig und haben dazu geführt, dass unsere Betriebsqualität weder für die Fahrgäste noch für uns zufriedenstellend war. Wir arbeiten mit Hochdruck an den Stellschrauben, die wir beeinflussen können, um die Mobilitätswende in Köln und der Region voranzutreiben. Und wir bedanken uns bei allen Fahrgästen, die uns trotz aller Beeinträchtigungen die Treue gehalten haben.“

Die stabilen Fahrgastzahlen sind auch ein Zeichen dafür, dass der Öffentliche Nahverkehr trotz schwieriger Gesamtlage mit Personal, Beschaffung und Lieferung nach den schwierigen Corona-Jahren wieder an Attraktivität gewinnt. Bundesweit sind die Fahrgastzahlen, insbesondere dank des Deutschlandtickets, sogar um rund acht Prozent gestiegen.

Neue Attraktionen: Alles zur großen Kölner Kirmes ab Ostersonntag

In Deutz geht's rund!



Entdecke Köln Tag

Am 06. und 07. April 2024 lädt der „Entdecke Köln Tag“ zu kostenfreien Führungen durch die Stadt ein. Ob du Köln besuchen möchtest oder deine Stadt neu entdecken willst: buche jetzt!



#visitkoeln
visit.koeln

Kostenlose Tickets unter:
koelntourismus.de/entdecke-koeln



VISIT KÖLN

Ferlmann ■ **FLIESEN**
Meisterbetrieb
Hansestraße 39 • 51149 Köln
Fon. (02203) 89887-0
Fax. (02203) 89887-11
www.ferlmann.de



Planung...
Auswahl...
Montage...
Service...

...alles mit einem Ansprechpartner

BOSCH
WAN28183

- 7 kg Füllmenge
- 1.400 U/Min.
- Startzeitvorwahl
- AquaStop

SAMSUNG
GU65CU8079
LED TV Crystal 4 K UHD

399,- **599,-**

HERFORT www.expert.de/bergischgladbach • bw@herfort24.de • Hotline 0 22 02 / 18 88 51

expert Bergisch Gladbach GmbH • Richard-Zanders-Straße 11

Öffnungszeiten: Mo-Sa 9-19 Uhr

Familienanzeigen

Wir trauern um unseren langjährigen Kollegen

Herrn Ralf Heinz Decker

der am 4. März 2024 plötzlich und unerwartet verstorben ist.

Mit ihm verlieren wir einen pflichtbewussten, engagierten, lebensfrohen sowie geschätzten Mitarbeiter und Kollegen.

Sein Andenken werden wir in Ehren halten.

Bundeswehr - Dienstleistungszentrum Bonn
Die Leiterin
Jutta Koch

Personalrat beim Bundeswehr - Dienstleistungszentrum Bonn
Hartmut Treder

Wir helfen im Trauerfall

mittler
VORSORGE + BESTATTUNGEN



Gut, dass alles geregelt ist!
Setzen Sie auf unsere Erfahrung und Kompetenz seit 1931.
Hausbesuche auf Wunsch.

Telefon: 0221 . 85 10 07

Köln, Kalk-Mülheimer Straße 14
www.mittler-bestattungen.de



BESTATTUNGEN
CONDÉ

Berliner Straße 988
51069 Köln-Dünnwald
Telefon 0221-60 15 79

Wir helfen und beraten im Sterbefall
Erd-, Feuer- und Seebestattungen
Erladigung sämtlicher Formalitäten
Hausbesuche in allen Stadtteilen
Vorsorgeberatung für die spätere Beerdigung

Bestattungen J. Frings

Tanusstr. 12 · 51105 Köln-Humboldt
Telefon 0221 / 83 12 49

21-Jähriger hatte Mann umgefahren und Fahrerflucht begangen

Experten rekonstruieren auf der Siegburger Straße den tödlichen Unfall. Foto: Jasmin



Milde Strafe für den Todesfahrer von Deutz

Ein 21-jähriger Karosseriebauer aus Köln leiht sich den Mercedes AMG seines Vaters mit 510 PS unter der Haube und fährt auf der Siegburger Straße in Deutz mit weit überhöhter Geschwindigkeit einen Fußgänger an. Der fliegt im hohen Bogen ins angrenzende Gleisbett der KVB. Danach flüchtet der Raser vom Unfallort, ohne sich um sein sterbendes Opfer zu kümmern. Nun musste der Täter sich vor dem Kölner Amtsgericht verantworten – und erhielt eine milde Bewährungsstrafe.

VON HENDRIK PUSCH

Deutz. Der tödliche Verkehrsunfall ereignete sich im Januar vergangenen Jahres. Mit etwa 85 Kilometern pro Stunde – erlaubt waren an der Stelle lediglich 50 – war der Mercedesfahrer unterwegs, kurz zuvor hatte er noch ordentlich beschleunigt. Bei Einhaltung der Höchstgeschwindigkeit hätte die Kollision ohne Weiteres verhindert werden können, hieß es von der Staatsanwaltschaft. Der Angeklagte habe sich damit der fahrlässigen Tötung und auch der Unfallflucht schuldig gemacht.

Der Aufprall auf die Windschutzscheibe des Fahrzeugs und der Sturz auf die Gleise hatten multiple und schwers-

Verletzungen bei dem Fußgänger verursacht, wie eine Gerichtsmedizinerin aussagte. „Die Wirbelsäule war an zwei Stellen gebrochen“, erklärte die Gutachterin. Auch fast alle Rippen des Mannes seien zerschmettert worden, die Lunge wurde dadurch schwer geschädigt. „Der Tod muss sehr rasch eingetreten sein“, das habe die Obduktion klar ergeben.

Mit Hochdruck hatte die Kölner Polizei nach dem Unfallfahrer gefahndet. Auf die entscheidende Spur brachten die Ermittler die Auswertung von Videoaufnahmen einer nahegelegenen Firma und der abgerissene Mercedes-Stern, der am Tatort zurückgeblieben war. „So konnten wir die Suche auf etwa 250 Fahrzeuge eingrenzen“, so ein Kriminalbeamter beim Prozess. Man sei vom Halterstandort in Köln ausgegangen, da keine weitere Kamera im Umkreis den Sportwagen mehr erfasst habe.

Zweimal waren Polizisten bereits an der Meldeanschrift des Angeklagten aufgetaucht, hatten diesen aber nicht angetroffen. Kurz nach dem zweiten Besuch stellte sich der 21-Jährige durch seinen Rechtsanwalt Michael Hakner bei der Polizei und damit ganze neun Tage nach dem Unfallgeschehen. Von den vorherigen Besuchen der Beamten will er aber nichts gewusst haben. Der Mann

räumte ein, an jenem Tag mit dem Auto seines Vaters unterwegs gewesen zu sein.

Im Gerichtssaal legte der Mercedesfahrer ein umfassendes Geständnis ab. Er habe in jener Nacht seiner schwerkranken Mutter eine Portion Pommes frites beim Schnellrestaurant Burger King besorgt. Auf Nachfrage der Staatsanwaltschaft erklärte er, sich ausdrücklich nicht in der Turner- und Raserszene bewegt zu haben, was die Ermittler zu nächst angenommen hatten. Aber er sei definitiv zu schnell gefahren. „Durch mich ist ein Mensch gestorben, und ich schäme mich sehr“, sagte er.

Die Flucht vom Unfallort erklärte der junge Mann damit, Angst vor der Reaktion seiner Eltern gehabt zu haben. Sein Vater habe die Anzahlung für den AMG mühsam angespart, der Sportwagen sei „sein Ein und Alles“ gewesen. Auch habe der Vater kürzlich einen Herzinfarkt erlitten, sei gesundheitlich stark angeschlagen gewesen. Zum Zeitpunkt des Unfalls sei dieser nicht daheim gewesen, daher habe er die Schäden am Auto nicht bemerkt. Der Sohn hatte den Mercedes in der Garage abgestellt.

Der Verkehrsgutachter Alexander Wiek erklärte im Amtsgericht, der tödliche Unfall sei bis zu einer Geschwindigkeit von 65 km/h noch vermeidbar

gewesen. Wiek war in der komfortablen Situation, drei Quellen zur Ermittlung des tatsächlichen Tempos von mindestens 85 km/h zur Verfügung gehabt zu haben. Neben dem Video und Studien mit Crash-Testdummys auch die eng getaktete Aufzeichnung im GPS-System, das die Wegstrecke mit Geschwindigkeit nachzeichnet.

Im Prozess ging es vor allem um die Frage, ob eine drohende Haftstrafe zur Bewährung ausgesetzt werden kann. Der Staatsanwalt bejahte das und letztlich auch das Gericht, das ein Jahr und acht Monate Haft festsetzte – die nicht angetreten werden müssen. Eine Mitschuld des Fußgängers, der betrunken und ohne zu schauen

über die Straße gegangen war, wurde strafmildernd berücksichtigt. Auch die Reue des nicht vorbestraften Angeklagten und dass er selbst sehr leide.

Die Richter sprach Vater und Sohn des 62-jährigen Getöteten, die als Nebenkläger im Saal anwesend waren, ein Schmerzensgeld von 6000 Euro zu. „Es gibt dafür keine Entschuldigung, das hat Ihr Leben komplett verändert und das war niemals meine Absicht“, hatte der Unfallfahrer im „letzten Wort“ zu den Angehörigen geäußert. „Wenn es für mich schon unerträglich ist, dann weiß ich nicht, wie schlimm das für Sie ist“, sagte er weiter. Und er hoffe, dass man ihm irgendwann verzeihen könne.



Mit diesem Mercedes-AMG S C63 fuhr der Angeklagte in Deutz den Fußgänger tot. Foto: Polizei Köln



Alles rund ums Haus

Kompetente Fachfirmen in ihrer Nähe empfehlen sich!

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

Ihre Anzeigen auch online!
kleinanzeigenmarkt

Walter Benthues
MEISTERBETRIEB
Ihr Rolladendoktor

Markisen • Rollläden • Jalousien
Garagentore • Terrassendächer
Einbruchschutz • Elektroantriebe

Lustheide 56, 51427 Berg. Gladbach-Refrath
Tel. 0 22 04 - 30 56 94
walter.benthues@netcologne.de
www.ihr-rolladendoktor.de



Prima Klima im Obergeschoss

Ein gut gedämmtes Dachgeschoss lohnt sich, egal ob Alt- oder Neubau. Foto: djd

Köln. Das Obergeschoss bildet in vielen Eigenheimen eine stille Reserve. Wird der Wohnraum knapp, lässt sich die zusätzliche Fläche auf vielfältige Weise nutzen. Voraussetzung dafür ist, dass das Obergeschoss über eine effektive Dämmung verfügt. Denn ohne Wärmeschutz geht in der Heizperiode über die großen Dachflächen viel Energie nach außen verloren, während es an Sommertagen schnell ungemütlich heiß werden kann.

Ob Neubau oder umfassende Sanierung: Zahlreiche Argumente sprechen beim Steildach für eine sogenannte Aufsparren-

dämmung. Wie der Name schon sagt, wird die Dämmschicht dabei auf und nicht zwischen den Sparren verlegt. So entsteht ein lückenloser Wärmeschutz wie eine schützende Haube, die besonders effektiv die Heizwärme im Haus hält. Große Bedeutung hat zudem die Wahl des geeigneten Dämmmaterials. Als Faustregel gilt dabei: Je stärker dessen Wirkung ist, desto schlanker und gewichtsparender kann die Dämmung geplant werden – gerade im Altbau ist dies ein Vorteil, nicht nur in statischer Hinsicht.

Neben dem Energiespareffekt ist vielen heute darüber hinaus

wichtig, wie und aus welchen Grundmaterialien die verwendeten Baustoffe hergestellt werden. Daher werden für die schlanke und ökologische Dämmung mehrheitlich nachwachsende und recycelte Rohstoffe verwendet. Zudem sind die Dämmplatten nach vielen Jahrzehnten der Nutzung recycelbar. Wer das Dachgeschoss als Wohn- oder Arbeitsraum nutzen möchte, sollte neben der Dämmung ebenfalls auf Fenster mit einer hochwertigen Ausstattung Wert legen: Das gilt für deren Wärmeleitfähigkeit ebenso wie für Jalousien und Sonnenschutzlösungen. (djd)

Wenn es um Glas geht ...

Glaserie STIEF

Reparaturen - Sofort
Iso • Türen • Fenster
Platten • Spiegel • Schleiferei
Alle Glasarbeiten

Porzer Str. 1/Ecke Rösrather Str.
51107 Köln (Rath-Heumar)

Tel.: 02 21/9 86 30 53
Fax: 02 21/9 86 30 54

02203 - 2 45 90
Oder
erobauelemente@netcologne.de

ERO
BAUELEMENTE

Reparatur/Kundendienst
Service
Für Fenster
Türen und Rolläden

*Alle Hersteller

roma WIRUS SORPATELLER SCHÜCO WURTH Mühlberg

Bürger stinksauer: Abhol-Zoff in Humboldt-Gremberg



Müllabfuhr in der Taurusstraße in Humboldt-Gremberg. Foto: Hermans

Ärger um den Müll

Laut der IG Humboldt-Gremberg werden viele Tonnen im Veedel nicht regelmäßig geleert. Für zahlreiche Menschen vor Ort ist das ein großes Ärgernis.

von HANS-WILLI HERMANS

Humboldt-Gremberg. Die Müllabfuhr rückt an. Doch in dem Mehrfamilienhaus in Humboldt-Gremberg, in dem die Welters wohnen, wartet man vergeblich auf das Klingeln an der Haustür, mit dem sich die Mitarbeiter der Abfallwirtschaftsbetriebe (AWB) Zutritt zum Hausflur und damit zu den Abfalltonnen verschaffen. Das komme häufiger vor, sagt Hartmut Welters und kann sich das nicht recht erklären: „Hier ist morgens eigentlich immer jemand im Haus.“ Dann bleiben die Tonnen ungeleert zurück. „Vor allem bei der Bio-Tonne ist das unangenehm. Das stinkt, und Schimmel bildet sich auch.“

Acht Mal sei das im vergangenen Jahr allein bei der Bio-Tonne vorgekommen, acht Mal musste er danach eine E-Mail an die AWB schicken, um eine Nachleistung zu verlangen. „Manchmal habe ich die Tonne morgens zur Sicherheit selbst vor die Tür gestellt“, sagt Hartmut Welters. In diesem Jahr sei es bislang besser gelaufen, was die Bio-Tonne angeht. „Dafür haben wir jetzt Schwierigkeiten mit der gelben Tonne.“

In Humboldt-Gremberg ist der Leidensdruck inzwischen so groß geworden, dass die örtliche IG – der Welters angehört – einen Bürgerantrag gestellt hat: Die Bewohner des Veedels sollen künftig selbst entscheiden können, ob sie den Vollservice der AWB in Anspruch nehmen oder den Teilservice. Sprich: ob die AWB-Mitarbeiter die Müllton-

nen auch in Zukunft aus den Höfen oder Abstellräumen zur Leerung auf den Gehweg holen sollen, oder ob die Bürger das am Abend vorher lieber selbst erledigen möchten.

Denn zahlreiche Tonnen würden „seit Monaten nicht mehr zuverlässig“ geleert, schreibt der Vorsitzende der IG Humboldt-Gremberg, Peter Peterlini. Auch dort nicht, wo der Zugang zu den Abstellplätzen gewährleistet ist. Zudem würden die Abfallbehälter nach der Leerung häufig nicht wieder an ihren Stellplatz zurückgebracht – was ebenfalls zum Vollservice gehört. Und Hausbesitzer seien häufig gezwungen, in Abwesenheit AWB-Mitarbeitern den Zugang zu ihren Grundstücken zu ermöglichen. Das werde nicht selten als „Eingriff in die Privatsphäre“ empfunden und sei „nicht länger zumutbar“.

Ein Eingriff in die Privatsphäre, der nicht länger zumutbar ist

Doch die AWB teilte mit, die Satzung über die Abfallentsorgung in Köln sehe „keine Möglichkeit vor, wahlweise den Teilservice an Stelle des Vollservice in Anspruch zu nehmen.“ Die Stadt sei besorgt, die Abfallentsorgung „nach pflichtgemäßem Ermessen auszugestalten“, und die Entscheidung für Voll- oder Teilservice werde nach den „örtlichen Gegebenheiten getroffen“. Humboldt-Gremberg sei nun mal als „Abfuhrrevier“ für die Leerung im Vollservice festgesetzt, weil es sich um ein Gebiet „mit verdichteter Bebauungsstruktur“ handle.

Denn ein wichtiges Kriterium bei der Entscheidung für den Vollservice ist das „or-

dentliche Stadtbild“. Wenn die Bewohner die Tonnen schon abends auf die engen Gehwege stellen, seien die „über einen längeren Zeitraum“ verstopft. Das sei nicht im Interesse von Menschen, die Bürgersteige problemlos nutzen möchten. Oft würden die Tonnen auch umgestoßen, dann verteile sich der Müll vor den Häusern. Zudem sei die Rückführung der Behälter nach der Leerung an ihren gewohnten Standort „am effektivsten durch den Vollservice gewährleistet“.

Weil aber das „Abfuhrrevier“ Humboldt-Gremberg insgesamt als Vollservice-Gebiet festgelegt ist, könne der Teilservice selbst dort nicht angeboten werden, wo er sinnvoll oder möglich wäre. Denn Vollservice erfordere einen personellen Mehraufwand, und eine Mischung von Voll- und Teilservice auf einzelnen Routen würde bedeuten, dass das „Personal nicht produktiv eingesetzt werden könnte“. Eine graue 40-Liter-Tonne beispielsweise kostet im Vollservice 361,67 Euro pro Jahr, im Teilservice nur 308,32 Euro, da wäre am Ende weniger Geld in der Kasse.

Was das „Betreten von Grundstücken zum Zwecke der Abfallentsorgung“ angeht, sei man gesetzlich abgesichert, etwa durch das Kreislaufwirtschaftsgesetz. Und die geschil- derten Unregelmäßigkeiten beim Vollservice „nehmen die Stadt Köln und die AWB sehr ernst“, heißt es in der Stellungnahme der AWB: „Hierzu ist anzumerken, dass durch die besondere Situation in den letzten Jahren, speziell durch die Corona-Pandemie und den damit verbundenen hohen Krankenstand sowie den allgemeinen Fachkräftemangel, eine angespannte Personalsituation entstand.“

Spielzeugmarkt in der Stadthalle

Mülheim. Am Ostermontag ist der ADLER-Modellspielzeugmarkt zu Gast in den Räumen der Stadthalle Köln (Jan-Wellem-Str. 2). Private und gewerbliche Händler bieten dabei ihre Modellspielzeuge an. Von den ersten Autos aus Blech bis hin zur digitalen Modelleisenbahn oder den Modellautos der Rennwagen finden Besucher dort vieles, was die Herzen von Sammlern höherschlagen lässt. Vor Ort wird um die Qualität der jeweiligen Spielzeuge und der entsprechenden Preisfindung verhandelt. Eine multifunktionale Testgleisanlage erlaubt während des Marktes das Testen der neuen oder gebrauchten Modelleisenbahnen. Der Eintritt zum Modellspielzeugmarkt beträgt sieben Euro für Erwachsene. Kinder bis einschließlich 14 Jahre haben in Begleitung eines Erziehungsberechtigten freien Eintritt.

2.hand-Kaufhalle EMMAUS
Riesenauswahl auf 2000 m²
 - stündlich neue Gebrauchsgüter, Küchen, Hausrat, Kleidung ...
 Eigene Parkplätze - barrierefreier Zugang
 Von Köln: S11 bis Dacklerthor oder Linie S118 bis Thienenbruch/Fußweg
 Mo.-Fr.: 10:00 bis 19:00 Uhr
 Samstag: 10:00 bis 16:00 Uhr
Schlodderdicher Weg 48 · 51469 Berg, Gladbach
 ☎ 01 52/28 54 03 06

ATELIER Süß
 Manufaktur für Schmuck
 KÖLN
Aktion bis zu 50% Rabatt auf Uhren
 gültig bis 6. April 2024
Ankauf von Altgold!

Öffnungszeiten:
 Montag geschlossen
 Di. bis Fr. 9-18 Uhr
 Sa. 9-13 Uhr

Gilgastr. 37
 51149 Köln
 02203 15044
 ☎ +49 1516 8106578

MAURICE LACROIX EBEL SEIKO Walthaus

Geschenktipp: Kabarettabo 2024

Samstag, 20.4., FALK

Samstag, 25.5., Nikita Miller
 Mittwoch, 04.09., Frieda Braun

Kabarett im Rathaussaal Porz 2024

Samstag, 28.9., Ingo Appelt
 Freitag, 22.11., Christian Ehring

www.rathaussaal-porz.de
 alle Karten unter:
kölnTicket Hotline 0221 2801 & westticket bonnticket 2801
 T: 0221 221-97333
Stadt Köln

aktuell und regional
Rheinische Anzeigenblätter.de

Kia Motors
 jetzt auch in Beldsiefen
Autohaus Beldsiefen
 Olfert 14, 51427 Berg, Gladbach

düster
Komplettbäder aus einer Hand inkl. aller Handwerksleistungen
 Hauptstraße 274 • Köln (Porz) • 0 22 03 - 89 64 90
 www.duester.com

Ralher-Reisen 02171/32000

5T **Erzgebirge** Ausfl.Mögl.: Dresden, Erzgebirge mit Fichtelbergbahn, Prag mit Folkloreshow und Mittagessen
 07.07. - 11.07. / 25.08. - 29.08. / 29.09. - 03.10. € 169,-
 Ex-Zu € 20,- p.N.

5T **Nord Böhmen** Ausfl.Mögl.: Teplitz mit Komar, Vinka, Saubertitz und Stadt Ausgug und Ausflugsziel Vetro, Leitmeritz mit Weinprobe
 Kurstad Teplitz 04.05. - 08.05. / 07.08. - 11.08. € 259,-
 Ex-Zu € 20,- p.N.

5T **Kolberg** Ausfl.Mögl.: Kolberg, Bad Polzin, Koszalin mit Einkaufsmöglichkeit, Wollin, Misdroy
 Bernsteinküste 19.06. - 23.06. / 23.09. - 27.09. € 259,-
 Ex-Zu € 20,- p.N.

6T **Gardasee** Ausfl.Mögl.: Malcesine, Sirmione, Riva mit Schifffahrt, Trentinenseen mit Brneta Dolomiten, Verona
 Raum Lazise 30.06. - 05.07. / 29.07. - 03.08. € 359,-
 Ex-Zu € 20,- p.N.

6T **Kärnten** Ausfl.Mögl.: Borz, Inseln, Stressa, Centovallibahn, Re, Ortasee, Boca + Weinverkostung, Turin
 Spittal a.d. Drau 11.06. - 16.06. / 01.10. - 06.10. € 359,-
 Ex-Zu € 20,- p.N.

7T **Lago Maggiore** Ausfl.Mögl.: Borz, Inseln, Stressa, Centovallibahn, Re, Ortasee, Boca + Weinverkostung, Turin
 24.07. - 30.07. / 12.10. - 18.10. € 389,-
 Ex-Zu € 20,- p.N.

LEISTUNGEN: 4/5/6 Übern. im 3* Hotel / HALBPENSION / Busfahrt
EXTRA ZAHLBAR: Ausflüge, Ortstaxe
 KEINE WERBEFAHRT Veranstalter: RTS Travel s.r.o., Bulharská 9, Karlovy Vary - einfach besser

WÜNSCHS heute

Der feine Fleischmarkt im Gewerbegebiet West...

...preiswert in EURO:

180 g Butcher's Burger von ausgesuchten Rindern aus den Höhen der Vulkaneifel, inklusive Röstzwiebeln..... 100 g 1,44
 Diverse Burgerbrötchen zur Auswahl

Pulled Pork
 Low an Slow BBQ zum selber zupfen..... 100 g 1,59

Käseknacker im Naturdarm..... 100 g 1,19

Frisches Zwiebelmett..... 100 g 0,99

Bacon geschnitten, 500-g-Packung..... 100 g 1,09

JP Frit & Burgersauce
 875-ml-Tube 4,44 €..... 100 ml 0,50

OMG Hamburger Brötchen..... 100-g-Stück 0,89

Amerikanischer Krautsalat
 (Cole-Slaw)..... 100 g 0,64

Hackfleisch Würzer
 250-g-Aromabeutel 3,99 €..... 100 g 1,59

Wurst, Fleisch, Convenience Food und Leckeres ...frisch, fix & fertig

Wüsch's Würstchen GmbH
 Hermann-Löns-Str.130
 Bergisch Gladbach
 Tel.(02202) 299 48-0
 Mo-Sa von 6-18 Uhr

Für jeden: preiswert+gut einkaufen!

WÜNSCH'S Fleischspezialitäten
 ...mit Sicherheit - Qualität aus Meisterhand.

Sanierung der Aufzüge am Wiener Platz

Mülheim. Die KVB saniert aktuell die beiden Aufzüge an der Stadtbahn-Haltestelle „Mülheim Wiener Platz“. Die Anlagen, die den Mittelbahnsteig der Linien 13 und 18 mit der Straßenoberfläche sowie den Linien 3 und 4 verbinden, stammen aus dem Jahr 1996 und sind somit 28 Jahre alt. Im Rahmen der Sanierung werden der Antrieb, die Aufzugs-

schachtbeleuchtung, Türen inklusive deren Antriebe, der Fahrkorb, die Notruf- und Kommunikationseinrichtungen sowie die Aufzugsuntergründe erneuert.

Die Sanierung erfolgt nacheinander. Zunächst wird bis voraussichtlich 13. Mai der Aufzug bearbeitet, der sich im hinteren Bereich der Platzfläche nahe der oberirdischen Haltestelle der Linien 3 und 4 befindet. Anschlie-

ßend wird voraussichtlich vom 15. Mai bis zum 25. Juni der Aufzug saniert, der sich im vorderen Platzbereich an der Frankfurter Straße befindet.

Während der Arbeiten wird der jeweilige Aufzug stillgelegt. Die Fahrgäste können über die Platzfläche auf den jeweils anderen Aufzug ausweichen. Der Wiener Platz ist auch für mobilitätseingeschränkte Personen barrierefrei.

KÖLN BRÜCK IG Handel, Handwerk und Gewerbe
 Kauf und Service ohne Streß...

B. Abbing
 Malermeister, Köln-Brück
 Tel.: 84 23 78, 0172/244 19 44
 maler-abbing@web.de

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

W. Benthues
 Rolläden+Sonnenschutz Meisterbetrieb
 Tel. 0 22 04 / 30 56 94

BRÜCK IG Handel, Handwerk und Gewerbe
 Kauf und Service ohne Streß...

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

Werner Ströß
SIGNAL IDUNA
 Versicherungen und Finanzen
 Olpener Str. 945 Telefon 84 14 04
 51109 Köln (Brück) Fax 02 21/84 14 93

SMILE OPTIC
 alle Brillen - ein Preis

Alle Brillen 149,-
Alle Gleitsichtbrillen 249,-

2. Einstärken 129,-
 Brille Gleitsicht 229,-

3. Einstärken 99,-
 Brille Gleitsicht 199,-

4. Einstärken 99,-
 Brille Gleitsicht 199,-

EINFACH ALLES INKLUSIVE

ARMANI Ray-Ban CONVERSE strelson RODENSTOCK Levi's

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

SMILE OPTIC
 alle Brillen - ein Preis
jetzt 43x in NRW
 www.smileoptic.de
 Smile Optic gehört zur Optik-Jahrgang Köln-Weiden-Str. 351 149 Köln

50126 Bergheim 50226 Frechen 50667 Köln-City 50672 Köln-Südstadt 50753 Köln-Nippes 50823 Köln-Ehrenfeld 50931 Köln-Lindenthal 51065 Köln-Mülheim 51069 Köln-Deitschbrück 51143 Köln-Porz 53757 Sankt Augustin 53773 Hennef 53840 Troisdorf

INTRO Kölner Straße 16 Hauptstraße 114 QUINCY Biers-Str. 80/90 Bünner Straße 12 Neuzer Straße 229 Venloer Straße 330 Dürer Straße 225 Galerie Wiener Platz Dobruwa-Hausstraße 94 Friedrich-Ebert-Platz 3 HJMA Rothauallee 16 Florikater Straße 95 Treckdorf-Galerie

Tel 02271/988-3881 Tel 02234/9492609 Tel 0221/42079390 Tel 0221/20193270 Tel 0221/15791630 Tel 0221/48531050 Tel 0221/80068777 Tel 0221/96776595 Tel 0221/29270928 Tel 02203/3591327 Tel 02242/8735703 Tel 02241/9730295

5 neue Fahrgeschäfte, 30 Prozent mehr Security und 24-Stunden-Anwohner-Service

Jetzt geht's wieder rund in Deutz!

Ab Ostersonntag ist es wieder soweit: Die Kirmes zieht bis zum 7. April täglich tausende Besucher ans Deutzer Rheinufer. Ausgerichtet wird das Kölner Frühjahrsvolksfest zum ersten Mal seit 50 Jahren nicht mehr von der Gemeinschaft der Kölner Schausteller (GKS), sondern von dem Leverkusener Wilfried Hoffmann. Und der hat einige Änderungen angekündigt.

von ALEXANDER BÜGE

Deutz. Eine davon wird regelmäßigen Besuchern des Volksfestes direkt auffallen. Denn die Achterbahn „Wilde Maus“ wird zum ersten Mal seit Jahren nicht Teil der Deutzer Kirmes sein. Nachdem lange unklar war, wer die Kirmes ausrichtet und ob sie tatsächlich am 30. März startet, haben einige Schausteller schon bei anderen Veranstaltungen zugesagt. „Dennoch werden wir zwischen 35 und 40 Fahrgeschäfte vor Ort haben, wie in jedem Jahr“, kündigt Kirmes-Pressesprecher Hugo Winkels an. „Dabei dürfen sich die Besucher sogar auf einige Neuheiten freuen, die es bisher auf der Kölner Kirmes noch nie gab.“

Dazu zählt ein brandneues 46 Meter hohes Riesenrad, das

in der Domstadt erstmals zum Einsatz kommt. Fast doppelt so hoch hinaus geht es wiederum am „Jules Verne Tower“: Das 80 Meter hohe Kettenkarussell wird normalerweise nur bei ausgewählten Veranstaltungen wie dem Münchener Oktoberfest eingesetzt.

Außerdem interessant für Adrenalin-Junkies: Das Überschlag-Karussell „The King“ und die Geister-Achterbahn „Spok“, die neben dem Glas-Labyrinth „XXL Lachhaus“ zu den fünf Neuheiten auf der Kölner Kirmes gehört. „Zudem haben wir natürlich tolle Karussells für Kinder und Klassiker wie den Autoscooter“, sagt Winkels. „Es ist also wirklich für jeden etwas dabei.“

Doch nicht nur das: Das Areal soll für die Besucher auch strukturierter sein. Winkels: „Wir haben uns dazu entschieden, den Stil ein bisschen zu verändern. Dafür haben wir mehr Ruheflächen eingerichtet. So wird es nicht nur einen, sondern mehrere Biergärten geben, damit sich die Leute auch mal in Ruhe hinsetzen können.“

Ein unnötiges Gedränge soll dadurch möglichst vermieden werden. Darüber hinaus sollen Streitigkeiten auf dem Gelände der Kirmes noch schneller unterbunden werden. „Wir werden vor Ort Streetworker



Ab Ostersonntag werden wieder tausende Menschen zur Kirmes nach Deutz strömen. Archivfoto: Martina Goyert

und 30 Prozent mehr Sicherheitspersonal einsetzen als es zuletzt der Fall war“, erklärt Winkels. „Parallel arbeiten wir mit neun Überwachungskameras und natürlich jederzeit eng mit der Polizei zusammen.“

Entsprechend geordnet soll es auf dem Areal am Deutzer Rheinufer zugehen, wofür der neue Veranstalter auch durch

zusätzlich beschäftigtes Personal für mehr Sauberkeit vor Ort sorgen will. Verkehrstechnisch bleibt hingegen alles beim Alten, da die Siegburger Straße im Kirmesbereich während der Öffnungszeiten des Volksfestes für Autos gesperrt wird. „Wir raten jedem Besucher dazu, mit öffentlichen Verkehrsmitteln, mit dem E-Scooter oder dem Fahrrad

zur Kirmes zu kommen“, sagt Winkels. „Anwohner können die Siegburger Straße aber natürlich nutzen. Zudem wird es für sie einen 24-Stunden-Service geben, sodass auch die Anwohner die Kirmes jederzeit genießen können und sie nicht als Störfaktor empfinden.“

Heißt: Das Team um Schausteller Wilfried Hoffmann hat

sich einiges vorgenommen. Ob die Kirmes bei einem Großteil der Kölner aber tatsächlich besser ankommt als in der Vergangenheit, wird sich erst in den kommenden Tagen herausstellen. Die neuen Veranstalter sind aber schon jetzt zuversichtlich, beim Abbrennen des Feuerwerks am letzten Kirmesabend eine positive Bilanz ziehen zu können.

Öffnungszeiten

30. März: 12 bis 22 Uhr
31. März und 1. April: 11 bis 21.30 Uhr
1. April: 11 bis 21.30 Uhr
2. bis 4. April: 12 bis 21.30 Uhr
5. und 6. April: 12 bis 22 Uhr
7. April: 11 bis 21.30 Uhr

WAS BEDEUTET DER ERFOLG VON JYSK FÜR DICH?

Vor 40 Jahren eröffnete unser Unternehmensgründer, der dänische Kaufmann Lars Larsen, sein erstes Geschäft in Deutschland. Seitdem ist JYSK zu einem führenden Anbieter für „Scandinavian Sleeping & Living“ geworden.

Eine skandinavische Erfolgsgeschichte

Heute sind über 950 JYSK Stores in Deutschland für dich da. Einen davon erreichst du in maximal 20 Minuten Fahrtzeit, versprochen!

Inspiration und Beratung

Über 8.000 freundliche, hilfsbereite und bestens geschulte Mitarbeitende freuen sich auf deinen Besuch – ob du dich nur „skandinavisch“ inspirieren lassen möchtest oder eine kompetente Fachberatung zu einem Schlafsystem, Indoor- oder Outdoormöbeln benötigst.

Über 1,1 Millionen neue Kunden

Viele Menschen entscheiden sich für einen Besuch bei JYSK und ein Stückchen Skandinavien: Allein im letzten Geschäftsjahr konnten wir in Deutschland über 1,1 Millionen neue Kunden in unseren Stores und unserem Online-Shop begrüßen.

Ein Unternehmen in Familienbesitz

JYSK ist vollständig in Familienbesitz. Unsere Unabhängigkeit erlaubt uns, für dich die besten Angebote rund um „Scandinavian Sleeping &

Living“ zu machen und dir das bestmögliche Einkaufserlebnis zu bieten.

Skandinavische Unternehmenskultur

JYSK ist heute in 48 Ländern weltweit tätig und obwohl es ein globales Unternehmen geworden ist, sind wir uns immer unserer Wurzeln bewusst. Unsere freundliche, skandinavische Unternehmenskultur ist sehr wichtig für uns.

Was du davon hast

Unsere JYSK-Kundenversprechen an dich: Großartige Angebote, zuverlässige Qualität, ein unkomplizierter Einkauf, kompetenter Service. Unsere 30 Tage-Preisgarantie. Unbegrenzte Rückgabe gekaufter Artikel, falls du dich umentscheidest. Und vieles mehr.

Erfahre mehr über JYSK unter [jysk.de/ueber-uns](https://www.jysk.de/ueber-uns)

Wir sehen uns bei JYSK – oder wie man in Dänemark sagt: „Vi ses!“

Feiere jetzt mit uns „40 Jahre JYSK Deutschland“ mit großartigen Angeboten!

JYSK
Scandinavian Sleeping & Living

Die Polizei warnt und erklärt, wie man sich schützen kann

Mieser Betrug mit den Wohnungs-Inseraten

Es ist der Betrug mit der Wohnungsnot. Immer wieder zocken Betrüger ahnungslose Menschen ab, die teilweise schon jahrelang eine neue Bleibe suchen. Dann stoßen sie auf die Inserate der miesen Betrüger und verlieren oft viel Geld.

Köln. Zweizimmerwohnung in der Lothringerstraße 6, 50667 Köln. Für weitere Informationen kontaktieren Sie bitte den Eigentümer per WhatsApp. WhatsApp-Nummer: +4915212590141

Diesen Post hat Michael K., der wegen Eigenbedarfs gekündigt wurde und nun dringend eine Wohnung in der Südstadt sucht, vor Kurzem auf Facebook entdeckt und den vermeintlichen Eigentümer sofort kontaktiert. Seine Fragen nach Größe und Miete wurden sofort beantwortet. 67 Quadratmeter für 900 Euro warm, das Angebot klang verlockend.

Außerdem kamen per WhatsApp unaufgefordert zahlreiche Videos von der Wohnung, in denen auch die einzelnen Zimmer zu sehen waren. Etwas irritierend war, dass die Wohnung auf den Fotos und Videos komplett möbliert war. Auf Nachfrage erfuhr Michael K., dass die Vermietung möbliert erfolge, er die Möbel aber bei Nichtbedarf selbst entsorgen könne. „Das fand ich komisch, aber



Vermeintliche Vermietler entpuppen sich plötzlich als Betrüger. Foto: Petra Hohmeier - stock.adobe.com



Ein unschlagbares vermeintliches Angebot bekam Michael K. recht schnell.

wenn man dringend eine Wohnung sucht, nimmt man vieles in Kauf. Als dann aber die Anforderung kam, bereits vor der Wohnungsbesichtigung eine Reservierungsgebühr von 900 Euro zu zahlen, um überhaupt auf die Warteliste zu kommen, da machte es bei mir Klick“, so der 60-Jährige.

Michael K. wurde neugierig und wollte mehr über das Vorgehen der offensichtlich unseriösen Anbieter erfahren. Er setzte den Kontakt per WhatsApp fort, stellte zusätzliche Fragen. Der vermeintliche Vermieter schickte ihm Nachrichten, die voller Rechtschreibfehler steckten und die sprachlich teils ungenau wirkten. Am Ende erstattete Michael K. bei der Polizei Anzeige

gegen unbekannt. Auf Nachfrage bestätigte ein Sprecher der Kölner Polizei, dass diese Wohnungsangebote keine Einzelfälle seien. Seit Herbst 2023 zählt die Polizei Köln rund 75 Strafanzeigen zu diesem oder ähnlichen Phänomenen. Die Schadenssumme dieser bundesweit zu beobachtenden Mache liegt inzwischen allein in Köln bei rund 300.000 Euro. Zur Bekämpfung dieser neuen Kriminalitätsform hat die Polizei Köln eine eigene Ermittlungsgruppe eingerichtet.

Inzwischen gebe es auch vermehrt Fälle, in denen sogar Wohnungsbesichtigungen ermöglicht würden. „Hier mieten der/die Täter Wohnungen an, installieren einen Schlüsselkasten (wie es zum Beispiel bei Airbnb üblich ist), übermitteln den Geschädigten den entsprechenden Code, um den Schlüssel zu entnehmen und die Wohnung zu besichtigen. Zu einem persönlichen Kontakt mit den Tätern kommt es jedoch auch hier nie. Ziel der Täter ist es auch hier immer nur, Vorauszahlungen der Wohnungsinteressenten zu erreichen“, warnt der Polizeisprecher.

Die Kölner Polizei empfiehlt Privatpersonen dringend, sich auf den Seiten von Verbraucherschutzverbänden, privaten Vereinen oder in speziellen Diskussionsforen über mögliche Risiken eines Geschäftsabschlusses zu informieren. Dort findet man eine Zusammenfassung der häufigsten Merkmale, die ein Inserat als Fälschung entlarven.

Im Fall von Michael K. haben die Recherchen und Nachfragen bei der Hausverwaltung ergeben, dass es aktuell in der Lothringer Straße 6 überhaupt keine freie Wohnung gibt. Wie viele Menschen sich auf diesen speziellen Post bei den Betrügern gemeldet haben und unter Umständen bereits die geforderte Reservierungsgebühr von 900 Euro gezahlt haben, dazu konnte die Polizei keine Auskunft geben.

Wo kommen Straftäter in Köln eigentlich her?

Köln. Die Kölner Kriminalstatistik für 2023 veröffentlicht die Polizei erst nach Ostern. Aber schon jetzt steht fest: Die Zahl nichtdeutscher Tatverdächtiger unter den ermittelten Straftätern in der Stadt ist 2023 im Vergleich zum Vorjahr deutlich gestiegen – um fast zwölf Prozent. Das ist insofern keine Überraschung, als NRW-Innenminister Herbert Reul zuletzt denselben Trend für ganz NRW verkündet hat. In Köln ist der Anstieg zwar noch um fast zwei Prozent höher als im Landesvergleich, allerdings gibt es auch eine Zahl, die der Entwicklung in NRW zuwiderläuft.

Laut Polizei Köln hatten im Vorjahr knapp 20.000 von fast 47.000 Tatverdächtigen keinen deutschen Pass, also 42 Prozent. In den Jahren 2022 und 2021 betrug der Anteil noch 38 Prozent und war damit bereits deutlich höher als der Anteil Nichtdeutscher an der Gesamtbevölkerung: 2022 hatten



in Köln 20 Prozent der Einwohnerinnen und Einwohner keinen deutschen Pass, 2021 waren es 19 Prozent. Für 2023 gibt es noch keine offizielle Zahl, sie dürfte aber weiter gestiegen sein.

„Wie immer man die Zahlen deutet“, sagt Polizeipräsident Johannes Hermanns dem „Kölner Stadt-Anzeiger“, „sie bereiten mir Sorgen, gerade wegen der Auswirkungen auf die Stimmung und das Sicherheitsgefühl innerhalb der Bevölkerung.“ Deshalb, sagt Hermanns weiter, müssten alle Verantwortlichen „schnell die Ursachen für diesen bundesweiten Trend erforschen und handeln“. Nicht alle der ausländischen

Tatverdächtigen wohnten auch in Köln, manche seien als Touristen, reisende Täter, Leiharbeiter oder Gewerbetreibende in der Stadt gewesen. „Es ist bekannt, dass Täter aus anderen Staaten in der dunklen Jahreszeit für die Begehung von Einbrüchen einreisen“, sagt Hermanns.

„Taschendiebe kommen zu uns, wenn Großveranstaltungen besonders günstige Tatgelegenheiten versprechen.“

Als Schlüssel im Kampf gegen Kriminalität von Ausländern hatte Reul eine gelingende Integration bezeichnet. Fehlende Deutschkurse und Arbeitsverbote für Geflüchtete seien ein Problem. (ts)

Schifffahrt auf dem Rhein schwächt

Köln. In den Binnenhäfen sind im Jahr 2023 erneut weniger Güter umgeschlagen worden als im Vorjahr. So seien insgesamt 98 Millionen Tonnen umgeschlagen worden – das sind sechs Prozent weniger als im Jahr 2022, wie das Statistische Landesamt IT.NRW kürzlich mitteilte. Damit habe sich die rückläufige Entwicklung in der NRW-Binnenschifffahrt weiter fortgesetzt. Besonders stark brach der Containerumschlag ein: Hier verzeichnete die Binnenhäfen 2023 ein Minus von 16 Prozent im Vergleich zum Vorjahr.

Für den Rückgang bei der

Binnenschifffahrt insgesamt dürften auch die niedrigen Wasserstände in den Monaten Juli und Oktober eine Rolle gespielt haben. In der Zeit des Niedrigwassers war die durchschnittliche Beladung der Schiffe demnach am geringsten, wobei gleichzeitig mehr Schiffe unterwegs gewesen sind. Die bedeutsamste Wasserstraße in NRW ist der Rhein, drei Viertel der beförderten Güter wurden an Häfen an dieser Wasserstraße umgeschlagen. Auf dem zweiten Platz rangierte 2023 das Westdeutsche Kanalnetz mit seinen Häfen mit einem Anteil von 22,4 Prozent.



Foto: Bause

Su säht mer en Kölle

E jlöcksillich Poschfess



fe – die hann ehr Stemm widerjefunge. Der Judas woodt verbrannt (en Strühpopp die für all die Sünde der Welt herhalde moot. Jenau wie dä ärme Nubbel aan Fastelovend). De Mamm, de Oma un de Pänz krääten för et Poschfess neu Kleider. Zom Kirchjang woodt dann et Poschbess aanjedonn. Wie allt jesaat, dat wor ensu. Alsu dann: E jlöcksillich Poschfess!!

Katharina Petzoldt



Lesen Sie am Sonntag

Dem Grün auf die Sprünge helfen

Spaß zum Osterfest

Die besten Tipps für Ihren Rasen

Sein Name ist Hase und wir wissen alles!

schnell. schneller.

UPGRADE FÜR IHREN BODEN

Schleifen, einfärben, ölen oder versiegeln. Wir haben für Sie unsere schönsten Farben in einer Kollektion zusammengestellt. Wählen Sie aus 12 Farben & 2 Glanzgraden für Ihr Parkett-Upgrade. QR-Code für mehr Informationen.



Parkett Dietrich
VERLEGEHANDWERK SEIT 1918

Parkett Dietrich GmbH Köln, Danziger Strasse 36, 50858 Köln-Weiden • www.parkett-dietrich.de

adfc rad+freizeit

Die Radreise-Messe in NRW

So, 7.4.24

11-17 Uhr, Rhein-Sieg-Forum, Siegburg

Messepartner Luxemburg radreismesse.de



GARTENLUX®
DAS ORIGINAL IN VENLO

JETZT: GRATIS MONTAGE BEI ALL UNSEREN ÜBERDACHUNGEN!

KÖSTLICHE ÜBERRASCHUNG BEI JEDEM BESUCH AM KARFREITAG ODER OSTERMONTAG

VERKAUF & BERATUNG: 7 TAGE DIE WOCHE VON 9.00 BIS 17.00 UHR
BUYS BALLOTSTRAAT 9, VENLO • WWW.GARTENLUX.EU • +49(0)211-93670214

KARFREITAG & OSTERMONTAG GEÖFFNET

OSTERSONNTAG GESCHLOSSEN

*Südtg vom 27.03.2024 bis zum 02.04.2024. Die Bedingungen und Konditionen finden Sie hier www.gartenlux.eu. Alle Angaben ohne Gewähr – Irrtümer, Druckfehler und Änderungen vorbehalten. Angebote befristet keine Zuerst-Verkauf-Wünsche, Themen usw., sofern nicht anders angegeben.

Ihr Marktplatz

Ihr Online-Marktplace **kleinanzeigenmarkt** rheinland.de

yourIMMO **YOURJOB.de**

Automarkt
Bauen & Wohnen
Bekanntschaften
Immobilien
Kleinanzeigen
Reisemarkt
Stellenmarkt

Bauen & Wohnen

Bauen & Wohnen

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

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

Renovierungen, Sanierungen, Trockenbau, Kleingiebeln, Maler-Fliesenarbeiten, Laminat. Firma Olszewski ☎ 0151-45127727

Sanitär- / Heizungsfachmann muss nicht teuer sein ☎ 02206-9442209

Ihre Anzeigen auch online!

Reisemarkt

Ferienwohnung **Reise und Erholung** **Belgien**

Lastminute Bäum Nordsee bis zu 40% Rabatt, Ferienwohnungen von 2-6 Personen. Von Privat Zentrum- und Hafennah. 04852-5358391, direkt buchbar unter: www.fewo-flip-flop.de

Belgien: Ferienhaus, strandnah, 3 Schlafzimmer, Garten, Kachelofen, Topausstattung, frei Sommerferien, 0221/9793483

Airporttransfer Supergut & Supergünstig 02234-4306380

Kleinanzeigen

Ihr Online-Marktplace **kleinanzeigenmarkt** rheinland.de

Immobilien

Auch online unter yourImmo.de

Verkäufe Häuser

Atriumbungalow mit gew. Einliegerwohnung, 526 m² Grundstück, 222 m² Wohnen, 9 Zimmer, 2x Garage, 3x Stellplatz, kein Renovierungsstau, Sauna, 2x offener Kamin, innen u. Außen, Granit, Terrasse teils überdacht, verkehrsgünstig, Besichtigung lohnt. ☎ 777/23450 Zuschriften an: Verlag Schlossbote/Werbekurier, Uhstr. 102, 50321 Brühl.

Immobilien-gesuche

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

Kaufgesuche Häuser

Vorkauf

Bender & Bender - Immobilien Gruppe -

Kaufgesuche Eigentumswohnung

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

Suche Eigentumswohnung zum Kauf von Privat! 02235-4019782

2-3 Zimmer-wohnungen

Köln-Rath, 2 Zimmer, 43 m², teilmöbliert, 450,- € warm. ☎ 0221-861627

Mietgesuche

Suche 2-3 Zimmerwohnung, Raum Köln, 900,- warm. ☎ 0177-1663760

Umzüge

KristianUmzüge, Renovierungen, JobcenterKVA, Argeltestreppen, Seniorenumzüge, Nachlässe, Wohnungsaufll., 0221-96711176

Garten

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

BAUEDIENST SCHICK GmbH
Risikofällungen inkl. Entsorgung
Seilklettertechnik Wurzelfräsen
Sturmschadenbeseitigung
kostenlose Beratung
☎ 0221/53 43 357

PORZER BAUEDIENST
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

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

Gartenbau Eck. Baumfällung, Gartenpflege, Heckenschnitt u.v.m. ☎ 01573-1689909

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

Häusliche Pflege

Pflege und Betreuung daheim, da kann ich Ihnen helfen! Seit 7 Jahren kümmere ich mich um ältere Menschen. Ich koche, putze, helfe beim An- und Auskleiden und verrichte sonstige Aufgaben im Haushalt zuverlässig. ☎ 0621-18060355 Handy 01579-2452045

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

20 Jahre Entrümpelung preiswert, beseren und zu garantierten Festpreisen. Unverbindliche, kostenlose Besichtigung: ☎ 0221-5897618 oder 02233-207882, www.team-werner.de

Elektriker Haustechnik Schnellhilfe, Reparaturen, Installationen, BÜCOTECH Frechen 02234-956042

Malerarbeiten sauber, preiswert ☎ 02234-4308098

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

Maurerarbeiten rund ums Haus. 0170-3883905

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

Bekanntschaften

Auch online unter Kleinanzeigenmarkt-Rheinland.de

VON HERZ ZU HERZ ER SUCHT SIE

SIE SUCHT IHN **ER SUCHT SIE**

Nicole, 49 J., Bankangestellte, attraktiv, sie reist gerne, liebt die Natur, treibt Sport, geht gerne ins Kino. Leider hatte ich Pech in der Liebe. Trotzdem hoffe ich auf eine neue Liebe - mit Dir? Mir fehlt eine Schulter zum anlehnen, der Fels in der Brandung meines Lebens, jemand, dem ich meine ganze Liebe und Zärtlichkeit geben möchte. Melde dich über: (5522/0168988)

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

Bettina, 62 J., liebevolle Witwe, attraktiv, feinfühlig, fröhliches Naturell, sie reist + wandert gerne, ist sportlich (Ski, Tennis). Ich wünsche mir Zeit zu zweit! Haben Sie auch das Gefühl, dass die Zeit oft richtig fliegt? Schon ist Frühling, eine Zeit, die ich nicht gerne alleine erleben möchte - vielleicht mit Ihnen? Als Paar scheint selbst an grauen Tagen die Sonne oft heller, man kann Augenblicke in Liebe teilen, gemeinsam Pläne schmieden, einfach glücklich sein! Melden Sie sich über: (5522/J168887)

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

Simone, 53 J., Altenpflegerin, liebevoll und sehr hübsch, schönes Lächeln, samtweiche Haut, sanfte Augen. Was wünsche ich mir für mein Leben? Glück, Gesundheit - und eine ehrliche Liebe! Ich vermisse Streicheleinheiten, wünsche mir einen Mann, den ich mit meiner Liebe und Küssen glücklich machen möchte - aber bitte nur an, wenn du es auch ehrlich meinst. Ich bin offen für alles Neue, sportlich, mag die Natur, Musik, koche + backe gerne. Hab ich dein Interesse geweckt? Dann melde dich über: (5522/J167279)

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

Andrea, 63 J., Akademikerin, schick, schlank, zärtlich, niveauvoll, für alle spontanen Einfälle zu haben. Ich bin nicht schlecht aussehende, fröhliche, unkomplizierte Frau, die vom Herzen liebt, eine Partnerschaft auf Augenhöhe sucht! Ich mag Sport (Ski, Golf, Tennis), reise gerne, mag Kultur, Literatur. Mein Wunsch wäre: EINE TÜTE HIMMEL UND DAS GROSSE GLÜCK BEI DIR ZU FINDEN! Gib uns die Chance zum Glückhinein und zu einem harmonischen Leben mit tausend Glücksmomenten. Ruf an über: (5522/J136424)

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

Marita, 66 J., Krankenschwester, hübsch, feminin mit jugendlichen Ausstrahlung, viel Herz und Verstand, anspruchsvoll, sie mag Kultur, Spaziergänge, Radfahren, wandern, kocht gut, reist gerne. Mir fehlt ein Partner, jemand, der Liebe und Streicheleinheiten mag, der alle Sonnen-, aber auch Regentage mit mir meistern möchte. Sind Sie treu + ehrlich, bewegungsbegeistert, mögen aber auch ein gemütliches Zuhause, romantische Stunden zu zweit? Melden Sie sich über: (5522/J151277)

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

Petra, 68 J., hübsche Pflegerin, 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 Doppel-pack? Möchten Sie vielleicht mit mir eine kleine Reise machen, wandern, Musik genießen, das Leben teilen? 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

Girola, 71 J., Altenpflegerin, eine wirklich herzengute, liebenswerte Frau, hilfsbereit, humorvoll, eig. Pkw. Der Sommer kommt - wäre es nicht wunderschön, wenn wir abends gemeinsam auf dem Balkon sitzen, wir viele gemeinsame Stunden erleben dürfen? Ich mag die Natur, ein gepflegtes, gemütliches Zuhause, suche einen Partner mit Herz und Humor, der wieder Zweisamkeit spüren möchte. Ich bin bei Sympathie nicht ortsgelunden! Melden Sie sich über: (5522/J156068)

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

Maria, 73 J., Zahnärztin i.R., eine sehr aparte Witwe, liebevolles, herzliches Wesen, mit ansteckender Fröhlichkeit. Leider gibt es gegen Einsamkeit keine Pillen oder andere Medikamente - doch eine heitere, liebevolle Partnerschaft hilft garantiert - deshalb habe ich all meinen Mut zusammengenommen, Sie über diesen Weg zu finden - und jetzt müssen auch Sie mutig sein und sich melden! Was möchten Sie über mich wissen? Ich reise sehr gerne, liebe Spaziergänge durch die Natur, Theaterbesuche, möchte eine Partnerschaft auf Augenhöhe aufbauen, gemeinsam schöne Dinge erleben. Wie wäre es mit einem ersten Kennenlernen? Ich würde mich sehr freuen! 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

Thomas, 61 J., Polizeibeamter, gut aussehend, 1,90 m, unkompliziert + romantisch, er geht gerne schön essen, reist gerne, ist ein richtiger Harmoniemensch. Ich wünsche mir eine Liebe, die für immer hält - lebenslanglich wäre in diesem Falle schön! Wenn ich nach Hause komme, wünsche ich mir, dass du da wärst, wir lachen, reden, bei Kerzenschein zu Abend essen, ich möchte für dich da sein und mit dir unsere Zukunft planen. Freunde bezeichnen mich als warmherzig, absolut zuverlässig, lebensfroh, unternehmungslustig und vor allem 100% treu und ehrlich. Habe ich dein Interesse geweckt? Bitte melde dich über: (5522/J168736)

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

Jens, 57 J., selbst. Jurist, ein sehr sympathischer Mann, 1,80 m, sportlich, guter Gesprächspartner, humorvoll, aufrecht, mit Interesse für Reisen, Theater, die Natur und die Jagd. Ich glaube trotz Pech in der Liebe an das Glück, das für mich immer hält, suche eine Partnerin, mit der ich mein Leben in Harmonie und Liebe teilen möchte. Jeder Tag gemeinsam fühlt sich besser an, jede Unternehmung ist einfach interessanter und schöner - doch dazu fehlt DU mir! Hast du Lust, mit mir zu reisen, Essen zu gehen, behutsam eine dauerhafte, harmonische und glückliche Partnerschaft aufzubauen, in der es noch ehrliche Gefühle und Herzklopfen gibt? Willst du mit mir ein glückliches Leben führen, ganz viel machen und spüren: Wir zwei gehören zusammen? Ruf an über: (5522/J137508)

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

Tim, 59 J., Ingenieur, humorvoll, ehrlich, zuverlässig, ein Herzensmensch mit Verstand. Ich finde es immer schwierig, sich selbst zu beschreiben - aber ich versuche es mal: Ich bin ein sehr offener Mensch, mag Sport (Ski, Tennis, Fitness, wandern, Joggen), bin romantisch, naturverbunden, kochbegeistert und kulinarisch interessiert - und zu all dem fehlt mir die Partnerin, die all das und noch viel, viel mehr im Leben mit mir teilen möchte. Was hältst du von der Idee, zu zweit Pläne zu schmieden, ein paar Tage zu verreisen, sich zu verlieben, den Frühling schon gemeinsam zu erleben? Melde dich über: (5522/J161549)

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

Jörg, 69 J., Diplom-Ingenieur i.R., ein gut aussehender, sympathischer, humorvoller Mann, 1,85 m, mit Interesse für Reisen, Kultur, Sport (Segeln, Skilaufen und Motorradfahren). Lesen Sie gerade diese Zeilen? Ich hoffe doch sehr, denn ich suche schon so lange nach Ihnen! Sind Sie die nette, fröhliche Partnerin, die die nächsten 20 Jahre mit mir erleben möchte, die eine dauerhafte Beziehung vermisst, in der viel gelacht, geredet, unternommen wird, in der Harmonie und Liebe zu Hause sind? Rufen Sie an über: (5522/J144856)

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., innerlich und äußerlich jung geblieben, sehr nett, humorvoll, 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 Partnerin, die gute Gespräche und Nähe vermisst - zu zweit ist doch alles schöner! 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

Josef, 75 J., Akademiker, kultivierter Witwer, gut aussehend, ein Mann voller Vitalität, Humor und Lebensfreude, reisebegeistert, gebildet. Das Leben hat, egal wie alt man ist und egal, was man erlebt hat, schöne Tage - haben Sie Lust, den Herbst des Lebens mit mir gemeinsam zu erleben? Wir könnten zu zweit vieles unternehmen, Reisen, fröhlich Pläne schmieden, jeden Tag genießen und an jedem Tag glücklich sein! Rufen Sie an über: (5522/J167670)

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

Jürgen, 77 J., Handwerksmeister i.R., Witwer mit einem ganz großen Herzen. In den Herbst des Lebens starten... mit Fröhlichkeit im Gepäck und einer lieben Partnerin im Arm! Ich bin zuverlässig, lustig, mag Spaziergänge, Musik, Theater, tanzen, halte mich sportlich fit, suche eine Partnerin für eine dauerhafte Zweisamkeit mit vielen Glücksmomenten - auch bei getrenntem Wohnen. Das Leben hat auch im Alter so viele schöne Momente, die man zu zweit noch viel intensiver erleben kann. Rufen Sie an über: (5522/J161014)

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

Wolfgang, 79 J., Bautechniker i.R., ein netter Witwer voller Vitalität, Humor + Lebensfreude, fröhlich, naturverbunden, Pkw. Sind auch Sie alleine, möchten das aber ändern? Dann haben wir schon etwas gemeinsam! Mein Motto: Lieber gemeinsam als einsam, ganz viel zu zweit lachen, erleben, unternehmen, reisen - wie wäre es mit einem ersten gemeinsamen Frühlingsspaziergang? Ich würde mich freuen und bin schon etwas aufgeregt! Rufen Sie an über: (5522/J168093)

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

Erhard, 81 J., Unternehmer i.R., gut aussehend, ein interessanter Gesprächspartner, guter Autofahrer. Ich bin ein lebensbejahender Mensch - und würde gerne alle schönen Momente im Leben mit einer netten Dame teilen. Wie schön wäre es, jeden Tag des Lebens zu zweit zu erleben, lachen, reden, seinen Kultur erleben, ein leckeres Essen in schöner Umgebung! Lassen Sie uns zusammen an jedem einsamen Tag einen sonnigen Tag zu zweit machen! Rufen Sie an über: (5522/J142025)

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

Fritz, 83 J., Schreiner i.R., herzenguter Witwer völlig alleine ohne Anhang, ausgeglichene, er kocht und backt gerne, ist naturverbunden, guter Autofahrer. Einsam zu sein ist nicht schön! Die Tage alleine vergehen oft trist und grau - und das möchte ich ändern! Welcher netten Dame darf ich mein Herz schenken, darf mit ihr spazieren gehen, durch die Stadt bummeln, über die gleichen Dinge lachen, Essen gehen - auch bei getrenntem Wohnen! Melden Sie sich über: (5522/J167625)

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

Gerhard, 80 +, Apotheker i.R., verwitwet, mit Frohsinn im Herzen, 1,82 m, ausgeglichene, er reist gerne, liebt gutes Essen + Trinken, fotografiert viel. Muss ich als Witwer für immer alleine bleiben? Oder darf ich auf ein neues Glück hoffen? Das wäre schön! Gemeinsame Unternehmungen und Spaziergänge, jeden Tag mit viel Herzlichkeit und Liebe zu einem schönen Tag machen - wie wäre das? Das Glück ist nicht abhängig von einer Zahl im Personalausweis - einzig das Herz entscheidet! Melden Sie sich über: (5522/J168865)

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

EXPRESS - DIE WOCHE

Diese Ausgabe (auch in Teilaufgaben) mit Beilagen von:

Adler-Apotheke	Merheimer Apotheke
Aldi	MV Kölner Süden
Bauhaus	Netto
Bayenthal Apotheke	NKD
Center Shop	Norma
Der Küchenmacher	Optik John
E-Center	Ostermann
Edeka	Paracelsus Apotheke
Fahrrad XXL Feld	Penny
Fressnapf	Poco
Globus Bau	Porta
Globus	Roller
Hit	SB Möbel Boss
JYSK	Segmüller
Kodi	Thomas Phillips
Lidl	Toom
MAK Artemis-Apo	Trends
MAK Buchheimer Apo	Trinkgut
MAK Sertümer Apo	VW Fleischhauer

Automarkt Auch online unter Kleinanzeigenmarkt-Rheinland.de

Motorräder/ Mopeds

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

Wohnwagen/ Wohnmobile

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

Fahrzeug-Kaufgesuche

Autoankauf Schulte: Sofortankauf von Autos aller Marken Alter, Zustand, TÜV - egal! Bitte alles anbieten! Komme sofort, auch SA. + SO! Telefon: 0178 - 340 66 11

Suche Gebrauchtfahrzeuge Zustand egal Automobile Hürth Tel.: 0 22 33 / 97 86 10

Ankauf PKW/LKW, Busse, Pick Up's, Gelände/Unfallwagen, Motorschaden. Komme sofort zahle faire Preise. 02202 - 2379996 / 0163 - 8348888 auch SA/SO.

Stellenmarkt

Stellenangebote

Wir suchen zur Sofortinstellung eine Reinigungskraft (m/w/d) für 3 Stunden pro Woche (14 € / St.) Haben wir Ihr Interesse geweckt und möchten Sie in unserem Team mitwirken? Bewerbungen an: bewerbung@zoeller-orthopaedie.de

Ab 15.04.2024 suchen wir Mitarbeitende für unsere Küche in Teilzeit (80h/Monat) für unseren Frühdienst, auch sonn- und feiertags. Gehalt nach Tarif AVR-Caritas, Weihnachtsgeld und betriebliche Altersvorsorge. Ihre Bewerbung richten Sie bitte per Post an Deutscherdorns-Wohnstift Konrad Adenauer, Straßburger Platz 2, 51109 Köln-Neubrück oder E-Mail: willkommen@do-wohnstift.de, Infos auch unter: 0221-8997-431. Wir freuen uns auf Sie.

Ambulanter Pflegedienst sucht ab sofort Pflegefachkraft in Teil-/Vollzeit. Führerschein erforderlich. 0178-1461444 oder info@alpha-pflege.de

Ambulanz Köln bietet kostenlose Qualifizierung zum Rettungssanitäter (m/w/d) in ca. 3 Monaten, danach Vollzeitarbeitsplatz im Kölner Krankentransport. Mindestgehalt 2500 € + Zulagen. info: www.ambulanz-koeln.de

Aushilfsfahrer für Kleinbusse (8-Sitzer) auf Minijobbasis in Overath gesucht. Unregelmäßige Arbeitszeiten, auch Wochenend-einsatz. Absolute Zuverlässigkeit Voraussetzung. Blitz-Reisen GmbH, dispo@blitzreisen.de 02206-60010

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

Chefsekretärin (m/w/d) gesucht, halbtags oder ganztags in attraktiver Büroumgebung im Villenviertel Bad Godesberg, 100m vom Bahnhof entfernt, mit Parkplatz vor der Tür, DB- und U-Bahnanschluss. Bewerbung an: Verlag Norman Rentrop, z.H. Frau Adriana Zenleser, Rüngsdorfer Str. 2e, 53173 Bonn, E-Mail: az@vnr.de, 0228-8205-7818

Fahrer für Kleinbusse (8-Sitzer) auf Teilzeit- oder Vollzeitbasis in Overath gesucht. Unregelmäßige Arbeitszeiten, auch Wochenend-einsatz. Absolute Zuverlässigkeit und gute Deutschkenntnisse Voraussetzung. Blitz-Reisen GmbH, dispo@blitzreisen.de 02206-60010

Florist/in gesucht für unsere Baumschulfloristik. Pflanzen Mohr, 02236-66166; in fo@pflanzen-mohr.de

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

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

Glas-/Gebäudereiniger in Köln Vollzeit mit Führerschein ab sofort gesucht 0178-4040960

Hausmeisterunterstützung 538 € Köln 0173-2549161

Wir suchen zur Unterstützung für einfache handwerkliche Tätigkeiten eine Aushilfe (m/w/d) Haben wir Ihr Interesse geweckt und möchten Sie in unserem Team mitwirken? Bewerbungen an: bewerbung@zoeller-orthopaedie.de

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

Für das Sauberhalten unserer Grünanlage suchen wir eine Person, die auf geringfügiger Basis zweimal in der Woche (3 Stunden an zwei Werktagen) zum Saubermachen zu uns kommt. Der Lohn beträgt € 300,- pro Monat. Bitte melden Sie sich bei Frau Dopke unter Tel. 0221 170 15 96.

Koch/Beikoch m/w/d als Voll-/Teilzeit oder Aushilfe 520 € ab sofort gesucht. Bewerbung per Mail oder telef. info@bierhaus-salzgasse.de oder 0221 - 8001900

PDL & stellvert. PDL sowie ex. Gesundheits- und Krankenpfleger und ex. Altenpfleger m/w/d in Voll- oder Teilzeit gesucht. Private KFZ-Nutzung u. Weiterbildung möglich. Tel: 0177-2001123

Pflanzenliebhaber gesucht als Powerkraft zum Gärtnern & Wässern. Pflanzen Mohr, 02236-66166; info@pflanzen-mohr.de

Putzhilfe für Treppenhausreinigung (Neubau) in Köln Braunsfeld gesucht. 3 Stunden/Woche, € 16,-/Stunde, 0173-2839246.

Putzkräfte gesucht für unser schönes Gartencenter, jeweils Mo-Fr von 8.00 - 10.00 Uhr, 15 € /Std. Pflanzen Mohr, 02236-66166; info@pflanzen-mohr.de

Sicherheitskraft (m/w/d) gesucht! Wir stellen zum nächstmöglichen Zeitpunkt Mitarbeiter für Pförtendienste in Voll- und Teilzeit ein. Der Einsatzort befindet sich in Köln. Voraussetzungen: Unterrichtung oder Sachkunde nach § 34a, einwandfreies Führungszeugnis, Bereitschaft zum Schichtdienst, gute Deutsch- und Englischkenntnisse in Wort und Schrift. Bei Interesse senden Sie uns bitte Ihre Bewerbungsunterlagen an folgende Adresse: Industrie- und Werkschutz Mundt GmbH, Alfred-Nobel-Str. 1-3, 50226 Frechen oder per E-Mail an stellenangebot@iws-m.de. Wir freuen uns auf Sie.

Spielhalle in Köln sucht nette, freundliche und flexible Aushilfen und für Vollzeit, ab sofort 0221-5955953

Telefonist/-innen für eine Erotikline gesucht. Sehr guter Verdienst 0221-96446218

Unterstützung gesucht für Kasse und Empfang in unserem schönen Gartencenter. Pflanzen Mohr, 02236-66166; info@pflanzen-mohr.de

Wagenwäscher gesucht für 15 € /Std. Pflanzen Mohr, 02236-66166; info@pflanzen-mohr.de

Wir suchen für unser Gebäude in Köln-Pesch ab sofort einen Hausmeister (m/w/d) auf Minijob-Basis € 538,00 oder in Teilzeit, 3 x wöchentlich je 5 Stunden. Aufgaben: allgemeine Haustechnik, Reinigen und Pflegen der Außenanlage etc. Mail: nhanoglu@hommel-gruppe.de oder telefonisch 0221-599147. Hommel GmbH, Donatusstr. 24, 50767 Köln

Wir suchen für unsere Schulcafeteria in Köln-Ehrenfeld eine Aushilfe. Bitte nur sehr gute Deutschkenntnisse. 0173-9304569

Wir suchen Montagehelfer / Handwerker für Klima / Lüftung / Arbeitszeit Montag bis Donnerstag 0157-74258287 oder info@ccs-clima.com

ZFA - Zahnmedizinische Fachangestellte für Verwaltung und Stuhlassistenz ab sofort oder später nach Köln-Porz gesucht. Gutes Gehalt und flexible Arbeitszeit. Bewerbungen erbeten an: 081/36226 Zuschriften an: Verlag Schlosshotel/Werbekunier, Uhlstr. 102, 50321 Brühl

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

Zur Unterstützung unserer Patienten suchen wir examinierte Fachkräfte, Pflegehelfer LG1/LG2, Arzthelfer, Mitarbeiter in der Hauswirtschaft und Betreuung (m/w/d) in Voll-; Teilzeit oder zur Aushilfe für unsere Niederlassungen Merheim und Porz. Ein Führerschein ist wünschenswert. Bewerbungen unter: Tel: 0177-2001123

Zuverlässige Reinigungskraft für Einfamilienhaus in Porz-Zündorf gesucht. Zeitaufwand ca. 2 x 3 Stunden wöchentlich auf Mini-Job-Basis, 20,- Euro pro Stunde. Langfristige Zusammenarbeit erwünscht. 0179-5056383

Kraffahrer (m/w/d) Kl. 2 (CE) in Dauerstellung gesucht -überdurchschnittliche Bezahlung- KLUCK UMWELT-LOGISTIK 02234/98710 kluck@umweltlogistik.de

Arbeitsangebote

Ab sofort suchen wir Mitarbeitende für unsere Küche im Spätdienst auf Minijob-Basis 25-30 Std./Monat, auch sonn- und feiertags. Gehalt nach Tarif AVR-Caritas, Weihnachtsgeld und betriebliche Altersvorsorge. Ihre Bewerbung richten Sie bitte per Post an Deutscherdorns-Wohnstift Konrad Adenauer, Straßburger Platz 2, 51109 Köln-Neubrück oder E-Mail: willkommen@do-wohnstift.de, Infos auch unter: 0221 8997-431. Wir freuen uns auf Sie.

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

Gartenhilfe nach Köln-Gremberg gesucht. 0177-6764943

Hotel am Freischütz sucht ab sofort Reinigungskräfte (m/w/d) und eine Frühstückskraft (m/w/d) in Teilzeit oder auf 538,00 € Basis. Melden bitte unter 02233-932330 oder per Mail: m.may@hotel-am-freischuetz.de

Minijob (m/w/d) für 2 Stunden täglich (Uhrzeit 13:00 bis 15:00 Uhr) in unserer Großkantine für die Kesselreinigung in Köln-Poll gesucht. Sie sind zuverlässig und arbeiten gerne im Team, dann freuen wir uns auf Ihre Bewerbung. Firma ABAKUS GmbH, Frau Demirci 0176-30121718

Reinigungskraft m/w/d auf Steuerkarte in Köln-Nippes, Nollst. gesucht. AZ: Mo-Sa von 06.00-08.00 Uhr. Gebäudereinigung Schrey 02166-80021

Reiniger, handwerklich geschickt, der in einer kleinen Wohnung kleinere Reparaturen erledigen kann. 0172-2112247

Arbeitsgesuche

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

Frau mit Pkw sucht Arbeit als Senioren-Assistentin. 0157-53201936

Gärtner macht alles rund ums Haus. 0152-18660949

Malermalerin, Fachmännisch, Zuverlässig und Sauber. Auch Privat. 0178-8369781

Übernahme Gartenarbeit mit Entsorgung, aller Art. 0163-6776841

Jetzt bewerben! Verkäufer im Einzelhandel (m/w/d) Bewerbungen bitte ausschließlich an: bewerbung@zoeller-orthopaedie.de

Krankenfahrtdienst Büttgen sucht Fahrer (m/w/d) Voll- und Teilzeit sowie für Seniorentagesstätten in Wesseling und Köln 02 21 / 79 10 88 74 oder 01512 / 16 19 43 5

Fahrer (m/w/d) für Bäckerei gesucht. Mi & Do in der Zeit von 4.30 - 9.30 Uhr auf 530€ Minijob. Tel.: 01774471593

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

Jetzt bewerben! Medizinische Fachangestellte (m/w/d) Bewerbungen bitte ausschließlich an: bewerbung@zoeller-orthopaedie.de

Krankenfahrtdienst Büttgen sucht Bürohilfe (m/w/d) in Teilzeit für den Kölner Norden 02 21 / 79 10 88 74 oder 01512 / 16 19 43 5



Zeitungszusteller (m/w/d) gesucht! Für die Verteilung unserer Zeitungen suchen wir Zusteller, die (auf Wunsch) in ihrem direkten Wohnumfeld arbeiten können. Jeder ab 13 Jahren, der freitags oder samstags auch nur wenige Stunden Zeit hat, kann für uns tätig werden! Daneben sind auch reine Ferienjobs möglich! 02203 18 83 99 0175 999 44 00 www.zusteller-jobs.net

EXPRESS IMPRESSUM Die Woche Wochenzeitung für die Stadt Köln mit 11 Teilausgaben 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@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-Anzeiger Medien), Amsterdamer Straße 192, 50735 Köln, Tel.: (0221)224 2240 Alexander Kuffner (Leitung und VISDP, wohnhaft in Niederkassel) Holger Bienert Alexander Buge Serkan Gurlek Zustellung/Vertrieb: Rheinische Direkt-Werbung GmbH & Co. KG, August-Horch-Str. 10, 51149 Köln www.rdw-koeln.de Druckauflage: 540.057 Exemplare Verteilte Auflage: 502.239 Exemplare (laut ADA 4. 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

Die Geburtenrate ist weiter gesunken

Die Geburtenrate in Deutschland ging zuletzt deutlich zurück. Foto: Kati Finell - stock.adobe.com



Baby-Flaute in Deutschland

Innerhalb der vergangenen beiden Jahre ist die Geburtenrate in Deutschland ungewöhnlich deutlich zurückgegangen. Sie fiel von 1,57 Kindern pro Frau im Jahr 2021 auf rund 1,36 im Herbst 2023. Diese Zahlen gab das Bundesinstitut für Bevölkerungsforschung (BiB) kürzlich in Wiesbaden bekannt. Damit war das Niveau so niedrig wie seit 2009 nicht mehr.

Köln. Das Bundesinstitut wertete diesen starken Rückgang innerhalb von zwei Jahren als „ungewöhnlich, da sich Phasen sinkender Geburtenraten in der Vergangenheit eher langsamer vollzogen haben“. Als mögliche Ursache vermuten die Forschenden multiple Krisen wie die Corona-Pandemie, den Krieg in der Ukraine, die Inflation oder die Klimakrise.

„In einer solchen Zeit multipler Krisen setzen viele ihren Kinderwunsch nicht um“, erklärte der Mitverfasser der Studie, Martin Bujard vom BiB. Inwiefern die neuen Zahlen einen generellen Trend zu sinkenden Geburtenzahlen in Deutschland einleiten oder nur einen temporären Effekt abbilden, sei derzeit noch nicht absehbar.

Dauerhaft niedrige Geburtenraten trügen zu einer alternden Gesellschaft bei, erklärte das Bundesinstitut. Im Zusammenspiel mit zahlreichen anderen Faktoren ergäben sich daraus Herausforderungen unter anderem durch den Rückgang potenzieller Fachkräfte auf dem Arbeitsmarkt und für die Sozialsysteme.

Nachdem in Deutschland die Geburtenrate während der ersten Zeit der Corona-Pandemie stabil geblieben war, sank sie laut BiB im weiteren Verlauf der Pandemie ab Januar 2022 auf 1,4 und erholte sich im Sommer desselben Jahres wieder auf 1,5 Kinder pro Frau. Im Jahr 2023 fiel die Geburtenrate dann erneut weiter ab.

Die Studienautoren halten es für möglich, dass während der Pandemie anfangs viele Frauen angesichts der damals für Schwangere nicht zugelassenen Impfstoffe den Kinderwunsch aufgeschoben hätten, um sich erst impfen zu lassen.

Den verstärkten Geburtenrückgang ab Herbst 2022 führen die Forscher dann auf weitere andere Krisen zurück, die sich in der Endphase der Pandemie entwickelt haben und die sich negativ auf den Kinderwunsch ausgewirkt haben

könnten – etwa den Ukraine-Krieg oder die Inflation.

Die Geburtenrate in der Bundesrepublik pendelte nach 1975 laut BiB für vier Jahrzehnte im Bereich zwischen 1,2 bis 1,4 Kindern pro Frau und gehörte lange Zeit zu den niedrigsten in Europa. Von 2015 bis 2021 lag sie dann deutlich höher mit Werten von 1,5 bis 1,6.

Diesen Anstieg bringt das Institut mit familienpolitischen Reformen wie dem Elterngeld und dem Ausbau der Kindertagesbetreuung in Verbindung. Auch die gestiegene Anzahl von Frauen mit Migrationshintergrund in Deutschland spiele eine Rolle, die – sofern sie noch nicht lange in Deutschland lebten – im Mittel mehr Kinder bekämen.

„Während die Geburtenrate in Deutschland in den 2010er-Jahren anstieg, haben einige europäische Länder einen Rückgang der Geburtenraten erlebt“, erklärte Bujard. „Seit 2015 lag die Geburtenrate in Deutschland im europäischen Mittelfeld.“

Auch in anderen europäischen Ländern macht sich der Geburtenrückgang bemerkbar: Im EU-Durchschnitt lag die Geburtenrate 2022 bei 1,46 – und ist damit identisch mit dem deutschen Wert.

50% Nachlass bei der Print-Online-Kombi als Premium-Anzeige Ihre Anzeigen auch online! Einfach gute Bewerber erreichen. Ihre Print-Online-Kombi ist direkt dabei! Stellenanzeige in Ihrem Anzeigenblatt Online-Stellenanzeige auf yourjob.de und bei Buchung einer Premium-Anzeige auch im reichweitenstarken Mediennetzwerkwerk von stellenanzeigen.de YOURJOB.de Ein Angebot von Rheinische Anzeigenblätter.de In Kooperation mit stellenanzeigen.de

Et echte kölsche Jeföhl. 1 x wöchentlich frei Haus. Alles aus Deinem Veedel! Die neue Wochenzeitung – ab sofort kostenlos in Deinem Briefkasten.

Kreativität kennt kein Alter: Farbenrausch der Senioren



Fürs Malen ist es nie zu spät: Diese schöne Erfahrung machen derzeit Bewohner der Seniorenresidenz am Dom. Die Damen (und ein Herr) wandeln auf den Spuren der berühmten mexikanischen Künstlerin Frida Kahlo (1907-1954). Die Folge: Ein Ideen- und Farbenrausch. Die Werke, darunter Bilder, Installationen und auch Häkelarbeiten, werden demnächst sogar ausgestellt.

VON **AYHAN DEMIRCI**

Köln. Die rüstige Kunst-Clique der Seniorenresidenz fand unter Federführung der aus der Eifel stammenden Künst-

lerin Marion Anna Simon zusammen. Die Malerin ist Kunstlehrerin an der Einrichtung, in der schon Marie Luise Nikuta oder Trainerlegende Udo Lattek wohnten.

„Die Beschäftigung mit Frida Kahlo hat eine große Welle von Kreativität ausgelöst“, freut sich die Initiatorin. In Kahlo sieht sie ein Beispiel für Stärke und Zuversicht. Im Film-saal der Residenz hatte sie zuvor mehrere Dokumentationen über das bewegte Leben Kahlos gezeigt, die deutsche Wurzeln hatte – ihr Vater stammte aus Pforzheim.

Kahlo erkrankte als Sechsjährige an Kinderlähmung, was ein Bein verkümmern ließ. 1925 wurde sie Opfer eines Busunglücks, bei dem sich eine Stahlstange durch ihr Becken bohrte. Die Folgen zwangen sie, fortan ein Stahlkorsett zu tragen und oft zu liegen. Im Bett begann sie zu malen. Sie lernte wieder gehen, litt jedoch zeit ihres Lebens an den Folgen der tragischen Ereignisse. Sie heiratete einen revolutionären mexikanischen Maler, der sie betrog, sie ließ sich scheiden, heiratete ihn erneut – und hatte selbst mehrere Liebschaften.

In Köln gehört nun Erika Dahlen, früher Grundschul-Lehrerin, zur engagierten Kahlo-Gruppe. Sie hat einen schwarzen Regenschirm mit bunten Applikationen und Kahlo-Porträts bestückt, außerdem eine Büste gestaltet. „Frida Kahlo war eine faszinierende Persönlichkeit. Und bei allem, was sie durchlitten hat, hat sie immer gemalt. Ihr künstlerisch nacheifern zu können, hat uns sehr begeistert.“

Der Direktor der Seniorenresidenz, Peter Neuß (l.), mit den Mitgliedern der Kunstgruppe. Ganz rechts: Künstlerin Marion Anna Simon. Foto: Borm

Kölns rüstigste Künstler-Clique

Barankauf von Gold und Silber zu Höchstpreisen! Wir kaufen: Münzen, Medaillen, Zahngold, Schmuck, Golduhren, Silberbestecke, Silbertabletts usw. Unser Ankaufspreis betrug am 25.03. für 1g Feingold bis zu 61,00 €. Erfragen Sie unseren Tagespreis!

Münzen & Medaillen-Galerie Koeln
Auktionshaus Knopek OHG
Alter Markt 55 • 50667 Köln
Tel.: (02 21) 25 36 00

NEU
Et echte kölsche Jefühl.
1x wöchentlich frei Haus.

Alles aus Deinem Veedel!
Die neue Wochenzeitung – ab sofort kostenlos in Deinem Briefkasten.



Konzentriert ans Werk: Hier entsteht der Frida-Kahlo-Schirm. Foto: Borm

DER FRÜHLING RUFT!
MACHEN SIE SICH STARTKLAR:

MARKISEN & NEUBEZÜGE* ZU TOP-KONDITIONEN!
*GILT AUCH FÜR NEUBEZUG ALLER FABRIKATE

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 + WINTERGARTENBESCHÜTTUNGEN + GLASDÄCHER + TEXTILE KONFEKTION

Kostenlos: Fahrrad-Training für Senioren

Köln. Im Mai und April 2024 haben radbegeisterte Frauen und Männer ab 65 Jahre wieder die Gelegenheit, an einwöchigen kostenlosen Fahrradtrainings teilzunehmen. Im Rahmen der Verkehrssicherheitsarbeit bietet die Stadt Köln zwei Gruppen von je 15 Personen die Möglichkeit, noch sicherer beim Fahrradfahren zu werden.

Die erste Trainingswoche beginnt am 22. und endet am 26. April. Die zweite Trainingswoche dauert vom 13. bis zum 17. Mai. Die Einheiten finden täglich von 15.30 bis 17.30 Uhr in der Jugendverkehrsschule an der Neuser Straße 164 (gegenüber der Tankstelle) in Köln-Nippes statt.

Beide Kurse werden un-

ter der Anleitung einer zertifizierten Radfahr-Lehrerin durchgeführt. Die teilnehmenden Senioren erhalten während der einwöchigen Kurse ein umfassendes und mit viel Spaß an der Sache vermitteltes Trainingsprogramm. Jeder Teilnehmer bringt dafür das eigene Fahrrad mit.

Es handelt sich nicht um ein Anfänger-Training, sondern um einen Auffrischkurs. Interessierte Senioren melden sich zur verbindlichen Anmeldung für das einwöchige Training bei Sabine Bongenberg, Stadt Köln, Amt für Verkehrsmanagement. Eine Anmeldung ist telefonisch unter 0221/221-27816 oder per E-Mail an sabine.bongenberg@stadt-koeln.de möglich.



Mit kostenlosen Trainingseinheiten kann man die Sicherheit auf dem Fahrrad verbessern. Foto: Monkey Business - stock.adobe.com

Thema sensible Blase: Wenn die Slipseinlage zum täglichen Begleiter wird



Niemand spricht gerne darüber – und doch leidet ein Viertel aller Frauen an einer leichten Form von Inkontinenz. Eine vielversprechende Entwicklung aus Österreich schenkt Betroffenen Hoffnung.

Selbst in jüngeren Jahren sind viele Frauen von leichter Inkontinenz betroffen. Die Ursache ist meist ein geschwächter Beckenboden, durch Schwan-

gerschaften, Geburten oder die hormonelle Umstellung im Wechsel. In vielen Fällen wird die Slipseinlage zum täglichen Begleiter und die Blase bestimmt letztendlich auch die Kleidungs-wahl. Beim Gedanken, darüber zu sprechen, fühlen sich viele unwohl und thematisieren es weder bei ihrem Partner noch beim Arzt. Das ist vor allem deshalb schade, weil viele aus

diesem Grund gar nicht erst von einem natürlichen Lösungsansatz erfahren.

Was passiert im Beckenboden?

Aber sehen wir uns zunächst einmal an, was genau im weiblichen Körper passiert. Der Beckenboden schließt den Bauchraum wie eine Hängematte nach unten ab. Ist er ge-

schwächt, senken sich die inneren Organe und üben Druck auf die Blase aus. Eine kleine körperliche Belastung – zum Beispiel ein herzhaftes Lachen, ein Niesen oder das Aufheben der schweren Einkaufstasche – kann dann schon ausreichen und es passiert. Nicht zuletzt deshalb empfehlen Gynäkologen Betroffenen, den Beckenboden zu trainieren. Entsprechende

Übungen finden sich im Internet – etwa unter: www.drboehm-info.de/uebung

Kürbis überzeugt Forscher & Anwenderinnen

Ein österreichisches Forschungsteam hat zudem herausgefunden, dass es eine sehr einfache und rein pflanzliche Möglichkeit bei leichter Inkontinenz gibt: und zwar den Kürbis, der schon seit jeher in der Pflanzenheilkunde zur Stärkung von Blase und Beckenboden verwendet wird. Jetzt untermauern aktuelle Untersuchungen, dass sich schon nach wenigen Wochen ein positiver Effekt zeigt: Die Zahl der ungewollten Harnabgänge bei Frauen verringerte sich damit von 7,3 auf 1,5 pro Tag.**

Höchste Qualität aus der Apotheke

Diese Erkenntnis haben erfahrene Pharmazeuten genutzt und ein hochwertiges pflanzliches Präparat entwickelt: Kürbis für die Frau von Dr. Böhm® mit einem besonders hochdosierten Kürbiskern-Extrakt (400 mg). Das Produkt ist exklusiv in der Apotheke erhältlich und wird nach höchsten pharmazeutischen Standards sowie mit mehrfach kontrollierten Rohstoffen hergestellt.

Apotheker wie auch Anwenderinnen haben bereits sehr gute Erfahrungen damit gemacht. Idealerweise werden die Kürbis-Tabletten über einen längeren Zeitraum (mindestens drei Monate) eingenommen und mit Beckenbodenübungen kombiniert. Gut zu wissen: Auch bei häufigem (nächtlichem) Harndrang können die Tabletten beitragen, wieder durchzuschlafen.

Wichtig: Bestehen Sie auf das Original, um sich der hohen Dosierung und Qualität sicher sein zu können! Sollte Dr. Böhm® Kürbis für die Frau in Ihrer Apotheke noch nicht vorrätig sein, bestellt es Ihr Apotheker gerne für Sie.

Durch Studien belegt

Klinische Studien belegen die positive Wirkung von hochdosiertem Kürbiskern-Extrakt auf die Blase:

- Genereller Rückgang des Harndrangs um knapp 50%*
- Reduktion der ungewollten Harnabgänge um ganze 80%**

Ungewollte Harnabgänge

Inkontinenzereignisse pro Tag	Pre	Woche 1	Woche 2	Woche 4	Woche 6
7,3	5,5	4,1	2,2	1,5	

*Terado T. et al., Jpn J Med Pharm Sci 2004; 52(4): 551-61
**Sogabe H. et al., Jpn J Med Pharm Sci 2001; 46: 727-737

APOTHEKEN-TIPP

Dr. Böhm® Kürbis für die Frau

- Stärkt die Blasenmuskulatur
- Rein pflanzlich
- Kurbmäßige Einnahme empfohlen

Jetzt bestellen!

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

ANZEIGE