

PORZ AKTUELL EXPRESS Die Woche

28./30. März 2024 | 13. Woche | 3. Jahrgang

So erreichen
Sie uns

EXPRESS
Die Woche
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

EXPRESS
Die Woche

ANZEIGE



ANZEIGE



Wer hat an
der Uhr gedreht?

Köln. Am Osterwochenen-
de 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 Ostersamstag, 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 Stun-
de VORGESTELLT. Die Nacht ist
also eine Stunde kürzer. Ab Os-
tersonntag ist es morgens zu-
nächst später und abends da-
für länger hell.

Im Nachtverkehr der KVB
finden die Abfahrten der über-
sprungenen Stunde nahelie-
gender Weise nicht statt. Wei-
tere Änderungen gibt es nicht,
die Fahrgäste werden im Be-
trieb keine Beeinträchtigun-
gen durch die Zeitumstellung
erfahren.



Foto: pfyffy/stock.adobe.com

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

Köln. Die Fahrgästezahlen bei
der KVB sind 2023 trotz schwie-
riger Rahmenbedingungen im
Vergleich zum Vorjahr nahe-
zu konstant geblieben. Im vori-
gen Jahr waren 235,8 Millionen
Menschen mit den Bussen und
Bahnen der KVB unterwegs, und
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 Fahrgästezahlen
nahezu stabil halten.

„2023 war erneut ein her-
ausforderndes Jahr für uns“, so
KVB-Vorstandsvorsitzende
Stefanie Haaks. „Die Rahmen-
bedingungen waren schwierig
und haben dazu geführt, dass
unsere Betriebsqualität weder
für die Fahrgäste noch für uns
zufriedenstellend war. Wir ar-
beiten mit Hochdruck an den
Stellschrauben, die wir beein-
flussen können, um die Mobilitätswende in Köln und der Re-
gion voranzutreiben. Und wir
bedanken uns bei allen Fahrgästen,
die uns trotz aller Beeinträchtigungen die Treue ge-
halten haben.“

Die stabilen Fahrgästezahlen
sind auch ein Zeichen dafür,
dass der Öffentliche Nahver-
kehr trotz schwieriger Gesamt-
lage mit Personal, Beschaffung
und Lieferung nach den schwie-
rigen Corona-Jahren wieder an
Attraktivität gewinnt. Bun-
desweit sind die Fahrgästezahlen,
insbesondere dank des
Deutschlandtickets, sogar um
rund acht Prozent gestiegen.

Neue Attraktionen: Alles zur großen Kölner Kirmes ab Ostersamstag



Kostenlose Tickets unter:
koelntourismus.de/entdecke-koeln

KÖLN



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 8106000

MAURICE LACROIX EBEL SEIKO Waldmann

sanitherm
Peter Schumacher GmbH

**UNSERE HELLEN KÖPFE
FÜR SMARTE LÖSUNGEN**

- schnell und ordentlich
- zielorientiert und effizient
- ein eingespieltes Team

Smart-Home-Lösungen und herkömmliche Beleuchtungs- und Netzwerktechnik. Elektroinstallation für Privat- und Gewerbeleben sowie Hausverwaltung. Kundendienst. E-Check elektrischer Anlagen nach VDE-Vorschriften. Rauchmelderanlagen.

Fuggerstraße 20 · 51149 Köln · www.sanitherm.de
Tel. 022 03 - 935 24 10 · zenrale@sanitherm.de



Familienanzeigen

Alle Traueranzeigen auch online auf wirtrauern.de

Menschen, die wir schätzen, bleiben für immer, denn sie hinterlassen Spuren in unseren Herzen.

Rita Sangermann

geb. Lanzrath
* 14. März 1960 † 17. März 2024

In Liebe
Dein Helmut
Stefan und Nadine
Sascha und Simone
Erna Lanzrath
sowie alle Anverwandten

Traueranschrift: H. Sangermann, Sternweg 25, 51147 Köln
Die Urnenbeisetzung findet in aller Stille statt.



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

Und alles Getrennte findet sich wieder.

Friedrich Hölderlin

Ich höre auf zu leben,
aber ich habe gelebt.

Erloschen ist Dein Leben,
gerne wolltest Du noch bei uns sein.
Doch die Krankheit nahm Dir die Kraft.

Peter Beckmann

Hauptmann a. D.
* 27. März 1952 † 16. März 2024

In Liebe nehmen wir Abschied:
Evi
und alle Anverwandten

Trauerhaus Beckmann
c/o Bestattungshaus Schweitzer, 51143 Köln,
Hauptstraße 389

Die Trauerfeier mit der Urne wird am Mittwoch,
den 3. April 2024 um 13.30 Uhr in der Trauerhalle auf dem
Friedhof Porz, Alfred-Nobel-Straße, gehalten.

Die Urnenbeisetzung findet in aller Stille zu einem späteren
Zeitpunkt statt.



1. Jahrgedächtnis

Helga Rösner

* 5. März 1937 † 1. April 2023

1 Jahr ohne Dich!

Immer wieder sind irgendwo Spuren Deines Lebens,
die uns Dich niemals vergessen lassen werden.
Unendliche Gedanken, Bilder, so viele Augenblicke,
die wir mit Dir erleben durften.
Diese werden uns immer an Dich erinnern.
Wir vermissen Dich!

Du lebst in unseren Herzen weiter!

Dein Kurt
Monika und Michael



Unser Freund und Ratsherr

Peter Beckmann

* 27. März 1952
† 16. März 2024

hat es leider nicht länger geschafft.

Er hat seine Krankheit mit bewundernswerter
Art getragen.
Unser Mitgefühl gilt seiner Lebensgefährtin Evi.
Mit Peter verlieren wir einen langjährigen
Ratgeber und leidenschaftlichen Karnevalisten.
Er war ein Vorbild für Viele in unserem Verein.
Sein Wirken werden wir in Ehren halten.
Der Rat der Nubbele ist stolz Peter in seinen
Reihen gehabt zu haben.

Rat der Nubbele e.V.
Präsident Dieter Winskowski
und Ratsmitglieder

Wahner Heide nach wie vor gefährlich



Die Wahner Heide darf weiterhin nur auf den markierten Wegen begangen werden. Foto: hespasoft - stock.adobe.com

Nicht vom Weg abkommen

Wir helfen im Trauerfall

Trauer vergeht, Liebe besteht.

LENARTZ
BESTATTUNGSHAUS

Kupfergasse 12 · 51145 Köln Porz-Urbach
Telefon 02203/24429 · www.bestattungshaus-lenartz.de

Bestattungen
Langel
seit 1926
Heumarer Straße 16
51145 Köln Porz-Eil
Tel. 02203 / 31139
www.bestattungen-langel.de

GLAHN
BESTATTUNGEN
www.bestattungen-glahn.de | 02203/64117
Den eigenen Koffer packt man besser selbst.
Auch für die letzte Reise.
Bestattungsvorsorge - Entlastung für Ihre Familie.
Frankfurter Straße 226 | 51145 Köln (Porz-Wahn)

BESTATTUNGSHAUS
Wiedenau
Trauerfälle setzen viele Gefühle frei . . . wir möchten Ihnen mit unserer Erfahrung helfen, Ihre Gedanken und Wünsche in Einklang zu bringen.
51149 Köln-Porz-Ensen, Elisenstr. 12, Tel. 02203/1 55 18

Diehm
BESTATTUNGEN
Das einzige Wichtigste im Leben sind die Spuren von Liebe,
die wir hinterlassen, wenn wir weggehen.
Kupfergasse 12 · 51145 Köln Porz Urbach
Tel. 02203 65522 · www.bestattungen-diehm.de

VELTEN

STEINMETZBETRIEB

seit 1921

Grabdenkmäler

Individuelle Anfertigung

Schubertstrasse 60 · Porz-Eil (Friedhof Leidenhausen)
Tel.: 0 22 03/3 94 24 · www.velten-steinmetz.de

Ganz schön naturbelassen ...
Die Baumbestattung
02208-2623
Oberstraße 16, Ndk-Rheindt
Berliner Str. 56, Ndk-Ranzel
www.bestattungen-schallenberg.de

In Köln beheimatet, in Porz zu Hause.
Den Menschen bei uns vor Ort verbunden.
02203 53438
Hauptstraße 389
51143 Köln
bestattungshaus-schweitzer.de

Sie ist als Naherholungsgebiet und Ausflugsziel beliebt, aber bleibt gefährlich: die Wahner Heide. Immer noch können Kampfmittel wie Bomben, Granaten und Munition im Boden des Gebietes nicht ausgeschlossen werden und bilden nach wie vor eine Gefahr für die Bevölkerung. Spaziergänger dürfen die Wege deshalb weiterhin nicht verlassen, wie der Stadtrat nun festlegte. Die Routen sind durch Hinweisschilder und Holzpfähle mit einer roten Farbmarkierung oder durch rote Markierungen an Bäumen gekennzeichnet.

Wahn. Tatsächlich hat der Rat der Stadt Köln die „Kampfmittelunfallverhütungsverordnung Wahner Heide“ jüngst sogar für weitere 20 Jahre beschlossen. Aus Gründen der Gefahrenabwehr insbesondere für das Leben und die Gesundheit der Besucher der Wahner Heide, hatte die Stadt Köln bereits im Jahr 2004 eine Rechtsgrundlage geschaffen, die „Kampfmittelverhütungsverordnung“, um ein Betreten der Kampfmittelverdachtsflächen und sonstige gefährliche Betätigungen allgemein zu untersagen.

Das gesamte Areal der Wahner Heide war seit 1817 Übungsschießplatz der Artillerie. Im Zweiten Weltkrieg wurden Teilebereiche Ziel alliierter Bombenangriffe. Nach dem Zweiten Weltkrieg wurde es von den Belgischen Streitkräften als Truppenübungsplatz genutzt und im Februar 2004 an die Bundesrepublik Deutschland zurückgegeben. Aktuell wird es von der Bundesanstalt für Immobilienaufgaben als fiskalische Bundesliegenschaft verwaltet.

Die Experten des Kampfmittelbeseitigungsdienstes der Bezirksregierung Düsseldorf hatten im Januar dieses Jahres eine neue Bewertung der Gefahren durch Kampfmittel im Boden der Wahner Heide vorgenommen. Sie sind zu dem Ergebnis gekommen, dass aufgrund der langjährigen und vielfältigen militärischen Nutzung des Gebietes nach wie vor eine besondere Gefahr für die Besucher der Wahner Heide besteht. Diese Annahme wird dadurch untermauert, dass anlässlich von Räumungsmaßnahmen im Bereich der Wahner Heide erhebliche Mengen Munition gefunden wurden.

Die Gesamtlänge der Wander- und Radwege der Heide, die auf Kölner Stadtgebiet liegen, beträgt rund 31 Kilometer. Außerdem werden Reitwege mit einer Gesamtlänge von etwa 17 Kilometern ausgewiesen. Dementsprechend werden viele Aktivitäten auf dem Areal angeboten. Die nächste Wanderung richten die Schutzgemeinschaft Deutscher Wald und das Haus des Waldes am 3. April am 14 Uhr aus. Treffpunkt ist der Innenhof auf Gut Leidenhausen. Eine Anmeldung vorab ist nicht erforderlich.

Wir trauern nicht, dass wir Dich verloren, sondern sind dankbar, dass wir Dich hatten.

Dipl. Ing. Jaroslav Putna

* 22. Oktober 1938 † 23. März 2024

In Liebe nehmen Abschied:

Melánia Putna und Nicole, Patrick sowie Raphael Franken

Traueranschrift: Melánia Putna c/o Bestattungen Glahn
Frankfurter Straße 226, 51147 Köln

Wir laden herzlich ein zur Trauerfeier am Mittwoch, den 10. April 2024 um 11:00 Uhr in die Trauerhalle des Friedhofs in 51143 Köln (Zündorf), St. Martin-Straße. Anschließend ist die Urnenbeisetzung.

Anstelle freundlich zugesetzter Kränze und Blumen bitten wir um eine Spende an den "Tatort - Straßen der Welt e.V.", IBAN: DE 37 3706 0590 0000 6666 66, Kennwort: Jaroslav Putna.



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

Jetzt geht's wieder rund in Deutz!

Ab Ostersamstag 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 zugestimmt. „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 Über-schlag-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



und 30 Prozent mehr Sicherheitspersonal einsetzen als es zuletzt der Fall war“, erklärt Winkels. „Parallel arbeiten wird 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.

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

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 entscheidest. Und vieles mehr.

Erfahre mehr über JYSK unter 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

Ihr Marktplatz



Ihr Online-Marktplatz
kleinanzeigenmarkt
-rheinland.de

yourIMMO

YOURJOB.de

Bauen & Wohnen

Bauen & Wohnen

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

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

Renovierungen, Sanierungen, Trockenbau, Kleingkeiten, Maler, Fliesenarbeiten, Lamina, Firma Olszewski ☎ 0151-45127727

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

Ihre Anzeigen auch online!
kleinanzeigenmarkt -rheinland.de

EXPRESS
die Woche

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

Immobilien

Auch online unter yourIMMO.de

yourIMMO

Verkäufe Häuser



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



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

Suche Wohnung/Haus/MFH zum Kauf von privat 0173-6687086

Ihre Anzeigen auch online!
yourIMMO.de

Immobilien- gesuche

Kaufgesuche Häuser



Im Umkreis von Köln suchen wir für eine 4-köpfige Fam. ein EFH, möglichst in Alleinlage mit 4 Zi., Garten u. Garage, auch mit Renovierungsbedarf. Rufen Sie uns an, wir beraten Sie gerne unverbindlich im Detail. Infos unter www.bender-immobilien.de, oder unter: 02204/2904940.



Unser Ziel: Kundenzufriedenheit! - Verkauf + Vermietung - Hausverwaltung + Finanzierung + Gutachten + Mediation. Infos bitte unter: www.Dirk-Immobilien.de ☎ 02241/8983235, Mobil 0151/40766032

Bender & Bender - Immobilien Gruppe -

D.I.R.K. IMMOBILIEN

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, Argefestpreis, Seniorenumzüge, Nachlässe, Wohnungsaufbau, 0221-96711176

Kaufgesuche

Ihr Pelz & Porzellan Handel in Köln

Ihr seriöses und traditionelles Unternehmen im Ankauf von Pelzen, Porzellan (Meissen, Herend), Modellautos, Nachlässen u.v.m.

Besuchen Sie uns im Laden oder vereinbaren Sie einen kostenlosen Termin bei Ihnen vor Ort.

Julea Gebrauchtwarenhandel Höniger Weg 208 • 50969 Köln Tel. 0221/453 03 882

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

Wer hat kostenlosen Trödel? ☎ 0177-2192583

Ein Angebot von: www.rheinische-anzeigenblaetter.de

Ihre Anzeigen auch online!
kleinanzeigenmarkt -rheinland.de

Bekanntschaften

THON HERZ ZU HERZ

Auch online unter Kleinanzeigenmarkt-Rheinland.de

Ihr Online-Marktplatz
kleinanzeigenmarkt
-rheinland.de

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 - mir Dir? Mir fehlt eine Schuttrale zum anlehnen, der Fels in der Brandung meines Lebens, jemand, dem ich meine ganze Liebe und Zärtlichkeit geben möchte. Melde dich über: (5522/616996)

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

Simone, 53 J., Altenpflegerin, liebvoll und sehr hübsch, schönes Lächeln, samtsweiche 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 Küssem glücklich machen möchte - aber bitte nur an, wenn du es auch ehrlich meinst. Ich bin offen für alles Neue, sportlich, mag die Natur, Musik, Kochen + backen gerne. Hab dich dein Interesse geweckt?

Dann melde dich über: (5522/167279)

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

Andrea, 63 J., Akademikerin, schick, schlank, zärtlich, niveauvoll, für alle spontane Einfälle zu haben. Ich bin eine nicht schlecht aussehende, fröhliche, unkomplizierte Frau, die vom Herzen lebt, eine Partnerschaft auf Augenhöhe sucht! Ich mag Sport (Ski, 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 Glücklichsein und zu einem harmonischen Leben mit tausend Glücksmomenten. Ruf an über: (5522/1136424)

GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h,

Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anrufl kostenlos ☎ 0800-333 1117

Carmen, 57 J., Kindergärtnerin, auf fallend hübsch, sehr fröhlich, optimistisch, zärtlich. Tagsüber Beruf, abends alleine zu Hause - soll es so bis zum Lebensende weitergehen? Ich habe Sehnsucht nach Liebe und vielen, vielen Sehnsuchteinheiten. Ich mag die Natur, reisen, Theater, Kino, laufe, schwimme und jogge gerne, liebe ein Zuhause zum Wohlfühlen, bin aufgeschlossen, halte viel von Treue und Ehrlichkeit. Verliebt zu sein ist ein wunderschönes Gefühl - hast du Lust auf ein fröhliches Leben mit mir? Melde dich über: (5522/168998)

GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h,

Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anrufl kostenlos ☎ 0800-333 1117

Sandra, 59 J., Haushälterin, sehr lieb, eine hübsche Witwe, strahlende Augen, Bikini-Figur, ein richtiger Sonnenschein, bei Liebe eventuell umzugsbereit. Ich bin ein Mensch, der im Herzen positiv ist, bin aber leider alleine, möchte das Leben wieder mit einem Partner teilen, gemeinsame Hobbys haben, ganz zu zweit unternehmen, glücklich sein! Ich bin vielseitig interessiert, reise und wandere gerne, liebe Spaziergänge, wünsche mir einen ganz normalen, netten Partner, der die Liebe liebt.

Melden Sie sich über: (5522/168976)

GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h,

Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anrufl 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 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: (5522/167058)

GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h,

Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anrufl kostenlos ☎ 0800-333 1117

Bettina, 62 J., liebevolle Witwe, attraktiv, feinfühlig, fröhliches Natur, sie reist und wandert, ist spontan (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 einen Blick in die Liebe teilen, gemeinsam Pläne schmieden, einfach glücklich sein!

Melden Sie sich über: (5522/166887)

GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h,

Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anrufl kostenlos ☎ 0800-333 1117

Gisela, 71 J., Altenpflegerin, eine wirklich herzensgute, 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 ortsgespenden! Melden Sie sich über: (5522/156068)

GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h,

Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anrufl kostenlos ☎ 0800-333 1117

Thomas, 73 J., Zahnärztin I.R., eine sehr separate Witwe, liebevolles, geistiges 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 zusammengekommen, 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, Theatersbesuche, möchte eine Partnerschaft auf Augenhöhe aufbauen, gemeinsam schöne Dinge erleben. Wie wär's mit einem ersten Kennenlernen? Ich würde sehr freuen! Melden Sie sich über: (5522/167527)

GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h,

Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anrufl 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 immer hält, suche eine Partnerin, mit der ich mein Leben in Harmonie und Liebe teilen möchte. Jeder Tag gemeinsam führt sich besser an, jede Unternehmung ist einfach interessanter und schöner. 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 aufbauen wird, in der viel gelacht, geredet, unternommen wird, in der Harmonie und Liebe zu Hause sind? Rufen Sie an über: (5522/144486)

GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h,

Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anrufl kostenlos ☎ 0800-333 1117

Manfred, 73 J., Betriebswirt I.R., inerlich und äußerlich jung geblieben, sehr nett, humorvoll, er reist gerne, liebt Musik, tanzt auch gerne, eig. Pkw. Ich habe beruflich einige erreicht, habe nette Kinder, Freunde, bin für mein Alter fit - eigentlich geht es mir gut - wenn sich da 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: (5522/137508)

GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h,

Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anrufl kostenlos ☎ 0800-333 1117

Tim, 59 J., Ingenieur, zuverlässig, ehrlich, zuverlässig, ein Herzensmenschen 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 dir mir, die Natur zu teilen. Ich habe die Idee, zu zweit Pläne zu schmieden, ein paar Tage zu verreisen, sich zu verlieben, den Frühling schon gemeinsam zu erleben? Melde dich über: (5522/161549)

GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h,

Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anrufl 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: (5522/167670)

GfZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h,

Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anrufl kostenlos ☎ 0800-333 1117

Jürgen, 77 J., Handwerksmeister I.R., Witwer mit einem ganz großen Herzen. In den

Automarkt

Auch online unter Kleinanzeigenmarkt-Rheinland.de

Ihr Online-Marktplatz
kleinanzeigenmarkt-rheinland.deMotorräder/
MopedsWohnwagen/
Wohnmobile

Fahrzeug-Kaufgesuche

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

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

aktuell und regional
Anzeigentexte
Anzeigentexte

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, Geländewagen, Unfallwagen, Motorschaden. Komme sofort zahle faire Preise. 02202 - 2379996 / 0163 - 8348888 auch SA/SO.

Auch online unter

YOURJOB.de

Stellenmarkt

Stellenangebote

Wir suchen zur Sofortinstellung eine **Reinigungskraft** (m/w/d)
für 3 Stunden pro Woche (8h/Monat)
Haben wir Ihr Interesse geweckt und
möchten Sie in unserem Team mitwirken?
Bewerbungen an: bewerbung@zoeller-orthopaedie.de
Florast. 8 - 41539 Düsseldorf - www.zoeller-orthopaedie.de

Ab 15.04.2024 suchen wir Mitarbeitende für unsere Küche in Teilzeit (8h/Monat) für unsere Frühstück, auch sonn- und feiertags. Gehalt nach Tarif AVR-Caritas, Weihnachtsgeld und betriebliche Altersvorsorge. Ihre Bewerbung richten Sie bitte per Post an Deutscherdienst-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 Pflegeschaffende in Teil-/Vollzeit. Führerschein erforderlich. 0178-1461444 oder info@alpha-pflege.de

Ambulanter Köln bietet kostenlose Qualifizierung zum **Rettungssanitäter** (m/w/d) in ca. 3 Monaten, danach Vollzeiterbeitsplatz im Kölner Krankentransport. Mindestgehalt 2500 € + Zulagen. Info: www.ambulanter-köln.de

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

Austäger/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

NR sucht einen/a eine Chefsekretär*in (m/w/d) gesucht, halbtags oder ganztags in attraktiver Bürovilla 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@blitz-reisen.de 02206-60010

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

Friseur Kopfsalat und Salon Grünkorn in Köln-Dellbrück sucht motivierte Friseure (w/m/d) gerne auch Junghaarsfriseure (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-Süd sucht motivierte Friseure (w/m/d) gerne auch Junghaarsfriseure (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
Florast. 8 - 41539 Düsseldorf - www.zoeller-orthopaedie.de

Ihre Anzeigen auch online!
YOURJOB.de

In Kooperation mit stellenanzeigen.de

Kraftfahrer (m/w/d) Kl. 2 (CE)
in Dauerstellung gesucht
-überdurchschnittliche Bezahlung-

KLUCK
UMWELT-LOGISTIK
02234/98710
kluck@umweltlogistik.de

EXPRESS
Die Woche

IMPRESSUM
Wochenzeitung
für die Stadt Köln
mit 11 Tellausgaben

Druckauflage: 540.057 Exemplare
Verteilte Auflage: 502.239 Exemplare
(laut ADA 4. Quartal 2023), kostenhöhere
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
zustellerbot@rdw-koeln.de und bringen
Sie bitte einen Aufkleber mit dem Hinweis
„Keine kostenlosen Zeitungen“ an Ihrem
Briefkasten an.

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

BVDA

Bundesverband kostenloser
Wochenzeitungen

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.

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 erholt sich im Sommer desselben Jahres wieder auf 1,5 Kinder pro Frau. Im Jahr 2023 fiel die Geburtenrate dann erneut weiter ab.

Köln. Das Bundesinstitut wertete diesen starken Rückgang innerhalb von zwei Jahren als „ungewöhnlich, da sich Phasen sinkender Geburtenraten in der Vergangenheit eher langsam 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.

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 Kinderbetreuung in Verbindung. Auch die gestiegene Anzahl von Frauen mit Migrationshintergrund in Deutschland spielt eine Rolle, die – sofern sie noch nicht lange in Deutschland leben – 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 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

In Kooperation mit
stellenanzeigen.de

Automarkt

Auch online unter Kleinanzeigenmarkt-Rheinland.de

Motorräder/
MopedsWohnwagen/
Wohnmobile

Fahrzeug-Kaufgesuche

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

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

aktuell und regional
Anzeigentexte
Anzeigentexte

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, Geländewagen, Unfallwagen, Motorschaden. Komme sofort zahle faire Preise. 02202 - 2379996 / 0163 - 8348888 auch SA/SO.

Auch online unter

YOURJOB.de

Stellenmarkt

Stellenangebote

Wir suchen zur Sofortinstellung eine **Reinigungskraft** (m/w/d)
für 3 Stunden pro Woche (8h/Monat)
Haben wir Ihr Interesse geweckt und
möchten Sie in unserem Team mitwirken?
Bewerbungen an: bewerbung@zoeller-orthopaedie.de
Florast. 8 - 41539 Düsseldorf - www.zoeller-orthopaedie.de

Ab 15.04.2024 suchen wir Mitarbeitende für unsere Küche in Teilzeit (8h/Monat) für unsere Frühstück, auch sonn- und feiertags. Gehalt nach Tarif AVR-Caritas, Weihnachtsgeld und betriebliche Altersvorsorge. Ihre Bewerbung richten Sie bitte per Post an Deutscherdienst-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 Pflegeschaffende in Teil-/Vollzeit. Führerschein erforderlich. 0178-1461444 oder info@alpha-pflege.de

Ambulanter Köln bietet kostenlose Qualifizierung zum **Rettungssanitäter** (m/w/d) in ca. 3 Monaten, danach Vollzeiterbeitsplatz im Kölner Krankentransport. Mindestgehalt 2500 € + Zulagen. Info: www.ambulanter-köln.de

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

Austäger/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

NR sucht einen/a eine Chefsekretär*in (m/w/d) gesucht, halbtags oder ganztags in attraktiver Bürovilla 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@blitz-reisen.de 02206-60010

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

Friseur Kopfsalat und Salon Grünkorn in Köln-Dellbrück sucht motivierte Friseure (w/m/d) gerne auch Junghaarsfriseure (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-Süd sucht motivierte Friseure (w/m/d) gerne auch Junghaarsfriseure (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

Kreativität kennt kein Alter: Farbenrausch der Senioren



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

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-Gruppe der Seniorenresidenz fand unter Federführung der aus der Eifel stammenden Künst-

lerin Marion Anna Simon zusammen. Die Malerin ist Kunstslehrerin 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 Filmssaal 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.“

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 Radfahren 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 Auffrischungskurs. Interessierte Senioren melden sich zur verbindlichen Anmeldung für das einwöchige Training bei Sabine Bongenber, Stadt Köln, Amt für Verkehrsmanagement. Eine Anmeldung ist telefonisch unter 0221/221-27816 oder per E-Mail an sabine.bongenber@stadt-koeln.de möglich.



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

ANZEIGE

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 Köln
Auktionshaus Knopek OHG
Alter Markt 55 • 50667 Köln
Tel.: (02 21) 25 36 00

NEU
Et echte kölsche Jeföh! 1x wöchentlich frei Haus.
Alles aus Deinem Veedel!
Die neue Wochenzeitung - ab sofort kostenlos in Deinem Briefkasten.
FRIENDE

DER FRÜHLING RUFT!
MACHEN SIE SICH STARTKLAR:

MARKISEN & NEUBEZÜGE* ZU TOP-KONDITIONEN!
*GILT AUCH FÜR NEUBEZUG ALLER FABRIKATE
75 JAHRE RHEINISCHE MARKISENMANUFAKTUR
FRANZ AACHEN Infos & Termin unter: 0228 - 46 69 89
ZEITEN UND PLANEN GMBH Röhfeldstr. 27 - 53227 Bonn-Beuel - www.franz-aachen.com
MARKISEN + MARKISENTÜCHER + WINTERGARTENBESCHATTUNGEN + GLASDÄCHER + TEXTILE KONFEKTION



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

Thema sensible Blase: Wenn die Slipeinlage 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, Geburten oder die hormonelle Umstellung im Wechsel.

In vielen Fällen wird die Slipeinlage zum täglichen Begleiter und die Blase bestimmt letztendlich auch die Kleidungswahl. 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 herhaftes Lachen, ein Niesen oder das Aufheben der schweren Einkaufstasche – kann dann schon ausreichen und es passt.

Nicht zuletzt deshalb empfehlen Gynäkologen Betroffenen, den Beckenboden zu trainieren. Entsprechende

schwächten, senken sich die inneren Organe und üben Druck auf die Blase aus. Eine kleine körperliche Belastung – zum Beispiel ein herhaftes Lachen, ein Niesen oder das Aufheben der schweren Einkaufstasche – kann dann schon ausreichen und es passt.

Nicht zuletzt deshalb empfehlen Gynäkologen Betroffenen, den Beckenboden zu trainieren. Entsprechende

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-

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!

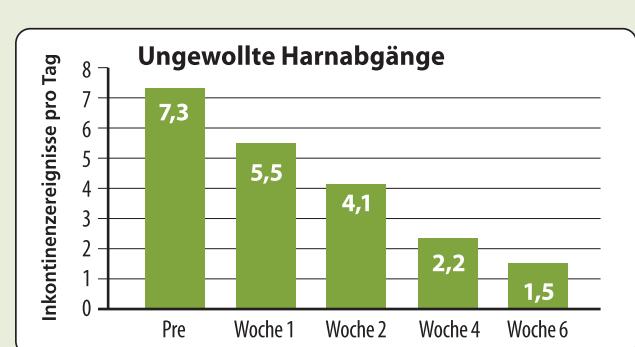
Sollte Dr. Böhm® Kürbis für die Frau in Ihrer Apotheke noch nicht vorrätig sein, bestellen es Ihr Apotheker gerne für Sie.



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%**



*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
- Kurmäßige Einnahme empfohlen



Für Ihre Apotheke: Dr. Böhm® Kürbis für die Frau. 60 Stk., PZN: 1539096