

# EXPRESS

## Die Woche

Ausgabe Kölner Westen / Ehrenfeld / Lindenthal  
28./29. Juni 2024 | 26. Woche | 3. Jahrgang

**So erreichen Sie uns**



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

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

Gewerbliche Anzeigen:  
[gewerblich@express-die-woche.de](mailto:gewerblich@express-die-woche.de)

Die Redaktion:  
EXPRESS - Die Woche  
Amsterdamer Str. 192  
50735 Köln / [redaktion@express-die-woche.de](mailto:redaktion@express-die-woche.de)

**Museum öffnet später, Bau dafür teurer**



## Das MiQua-Desaster

Foto: H. Raue

**SCHLAUE KÖPFE AUFGEPASST: DIE JUBILÄUMSPREISE RUFEN!**



Kinderleicht sparen: bis zu **20% RABATT** auf **MARKISEN/-TÜCHER**

\* gilt für ausgewählte Markisen-Modelle und -Tücher

Aktion verlängert bis **31.07.2024**

**75 JAHRE** WIR FEIERN  
KONTINUITÄT SOLIDITÄT ERFAHRUNG

**FRANZ AACHEN**  
ZELTE UND PLANEN GMBH  
Röhlfeldstr. 27 · 53227 Bonn-Beuel · [www.franz-aachen.com](http://www.franz-aachen.com)

Infos & Termin unter: **0228 - 46 69 89**

MARKISEN + MARKISENTÜCHER + WINTERGARTENBESCHÜTTUNGEN + GLASDÄCHER + TEXTILE KONFEKTION

### Summer Jam mit Sonderbussen

**Köln.** Bereits zum 37. Mal findet am Wochenende von Freitag, 5. Juli, bis Sonntag, 7. Juli, das Summerjam-Festival am Fühlinger See statt. Zahlreiche Gäste verbinden das Ereignis mit einem Campingaufenthalt und einer mehrtägigen Party.

Die KVB verstärken zum Summerjam die Buslinien 120, 121 und 122, die nach normalem Fahrplan fahren. Auf den genannten Linien werden ganztägig Gelenkbusse eingesetzt. Diese bieten Gästen und Arbeitskräften mehr Platz und ermöglichen eine komfortable An- und Abreise.

Zudem bietet der Veranstalter in Zusammenarbeit mit der KVB von Donnerstag, 4. Juli, bis Montag, 8. Juli, einen Shuttlebus-Service zwischen der Stadtbahn- und S-Bahn-Haltestelle „Köln-Chorweiler“ und dem Festivalgelände an. Ein-



und Ausstieg ist an Bahnsteig D des Busbahnhofes am Turku-Platz.

Mit den Shuttlebussen sind die ausgewiesenen Parkplätze P2, P4/5 und P7 sowie die reguläre Haltestelle „Seeberg“ zu erreichen. Insgesamt sind hierfür bis zu drei Gelenkbusse gleichzeitig im Einsatz. Zudem wird ein Parkplatz-Shuttle angeboten, der die drei genannten Parkplätze mit den regulären Haltestellen „Seeberg“ und „Bergheimer Weg“ verbindet. Für die Gäste des Summerjam-Festivals ist die Nutzung der Shuttlebusse kostenfrei.

Für das Summerjam-Festival hat der Veranstalter keine Tarifkooperation mit der KVB abgeschlossen. Die Nutzer der regulären Bus- und Stadtbahn-Linien der KVB benötigen deshalb hierfür ein gültiges Ticket.

### Die große EXPRESS - Die Woche Foto-Aktion zur Europameisterschaft:

# Wer ist der Kölner Deko-King?



### Samstag: Rudelgucken am Konrad-Adenauer-Ufer

# Achtelfinale mit Rheinblick

**Köln.** Nachdem die „Special Public Viewing Fläche“ am Konrad-Adenauer-Ufer bereits zu den Kölner Spielen der Schotten und Engländer geöffnet war, können am Samstag, 29. Juni 2024, nun auch Fans der deutschen Nationalmannschaft dort „Rudelgucken“. Zum Achtelfinal-Spiel wird die Spezialfläche, zusätzlich zu den Angeboten am Heumarkt und im Tanzbrunnen, im mittleren und südlichen Sektor (Goldgasse bis Dagobertstraße) geöffnet sein.

Die daraus resultierende Straßensperrung des Konrad-Adenauer-Ufers läuft wie folgt

ab: Samstag, 29. Juni 2024, von 8 bis 14 Uhr sowie Sonntag, 30. Juni 2024, von 5 bis 14 Uhr zwischen Goldgasse und Theodor-Heuss-Ring sowie vom Samstag, 29. Juni 2024, 14 Uhr bis Sonntag, 30. Juni 2024, 5 Uhr, zwischen Filzengraben und Frohngasse (inklusive Rheinfertunnel).

Die Fläche wird ab 16 Uhr geöffnet sein, die Spielübertragung startet um 21 Uhr. Ob die Überlaufläche auch am Sonntag, 30. Juni 2024, im Rahmen des Achtelfinalspiels in Köln geöffnet wird, stand zum Redaktionsschluss dieser Ausgabe noch nicht fest.



**KÖRPER WELTEN**  
& Der Zyklus des Lebens



JETZT GEÖFFNET!

**KÖLN EHRENFELD**  
OSKAR-JÄGER-STR. 99  
[www.koerperwelten.de](http://www.koerperwelten.de)

Partner Stadt-Partner Köln

**HEUTE ALS BEILAGE\***



**GVG regional**

Das EnergieMagazin der GVG Rhein-Erft. Meine Energie.

\* Nicht in allen Ausgaben.

### Fördergelder für Klimaprojekte

Lindenthal. Die Bezirksvertretung fördert in jedem Jahr gemeinwohlorientierte Projekte in den Veedeln. Der Fördertopf wurde um aktuell 10000 Euro aufgestockt, damit speziell solche Projekte gefördert werden können, die „gut für das Klima sind“.

### Vortrag: Leben mit Demenz

Müngersdorf. In NRW leben über 350000 Menschen mit Demenz. Das Demenznetz-West lädt zu einer Vortragsreihe ein. An vier Terminen wird die Möglichkeit gegeben, sich zu informieren über das Krankheitsbild, den Alltag und Möglichkeiten der Unterstützung.

### Streitfall Tempo 30 auf der Luxemburger Straße

# Lärmschutz aus Angst vor Klagen



Auf der Luxemburger Straße herrscht viel Verkehr. Anwohner beklagen den Verkehrslärm. Foto: Uwe Weiser

Die Reduzierung auf Tempo 30 auf der gesamten Luxemburger Straße wird verschoben. Ausgenommen ist der Abschnitt zwischen Militärringstraße und Universitätsstraße/Weißhausstraße sowie Eifelwall und Barbarossaplatz. Aus Lärmschutzgründen.

Sülz. Verkehrsdezernent Ascan Egerer überraschte vor einigen Tagen mit dem Vorhaben, die Luxemburger Straße komplett zur Tempo 30-Zone umzubauen. Im Vorfeld hatte er offenbar weder Polizei, Feuerwehr oder die Kölner Parteien informiert.

„Erst im Hintergrund Fakten schaffen und dann auf Nachfrage und Druck von außen informieren – diese Vorgehensweise ist inakzeptabel.“

Eine Lärmreduzierung wie auf der Luxemburger Straße ist laut StVO nur in begründeten Ausnahmefällen zulässig. In diesem Fall, so teilt die Stadtverwaltung mit, liegt die Besonderheit in der gesundheitsgefährdenden Lärmbelastung für die Anwohner.

hat die Verwaltung die Maßnahme wegen des Lärmschutzes umgesetzt. Zudem ist das Tempolimit aktuell die effektivste Maßnahme zur Lärmreduzierung.

Tempo 30 ist aktuell die effektivste Maßnahme zur Lärmreduzierung.

Zudem reagiert die Verwaltung mit der Maßnahme auf drohende Klagen – ähnlich wie am Clevischen Ring in Mülheim. Die Stadt rechnet damit, dass auch auf der Luxemburger Straße eine Temporeduzierung notfalls rechtlich durchgesetzt wird.

hat die Verwaltung die Maßnahme wegen des Lärmschutzes umgesetzt. Zudem ist das Tempolimit aktuell die effektivste Maßnahme zur Lärmreduzierung.

Ascan Egerer, Beigeordneter für Mobilität der Stadt Köln: „Einen guten Verkehrsfluss für alle Verkehrsteilnehmer sicherzustellen, ist mir ein wichtiges Anliegen.“

(bn.)

### Schutzkonzept für Anwohner



Parkplätze am Stadion sind knapp. Foto: H. Bucco

Müngersdorf. Seit 2005 existiert ein Anwohnerschutzkonzept rund um das Rheinenergiestadion. Ziel ist es, Anwohnern im Umfeld des Stadions an Veranstaltungstagen Vorrang beim Parken zu geben und gleichzeitig Verkehr und Umweltbelastung zu reduzieren.

Dieses seit 2005 bestehende Konzept wird nun erweitert: Bereich 1: innerhalb der Aachener Straße, Autobahn 1, Gleistrasse der Bahn AG, Egelspfad, Vogelsanger Weg und Drosselstraße; Bereich 2: innerhalb der Aachener Straße, Autobahn 1, Marsdorfer Straße (Tönneshofweg bis Jungbluthgasse), Statthalterhofweg, „Am Weidenpesch“ und Vogelsanger Weg; Bereich 3: „Am Römerhof“ zwischen Aachener Straße und Junkersdorfer Straße/Kölner Weg und Bereich 4: Manstedter Weg/Dansweiler Weg/Vitalisstraße zwischen Widdersdorfer Straße und Stolberger Straße.

Die Erweiterung soll nach dem 23. August 2024 an zwei FC-Heimspieltagen testweise erprobt und bei Bedarf angepasst werden. Erst nach dem Probelauf sollen die finalen baulichen Sperrungen eingerichtet werden.

### Wir helfen im Trauerfall



BESTATTUNGSHAUS SARG - KEMP SEIT 1855

Subbelrather Str. 271 • 50825 Köln 0221-552003 leitner@bestattungshaussargkemp.net 24 Std. erreichbar

### Wilhelm Scheidt Bestattungen

Inh. Heiko Löhrer

„familiär und persönlich, kompetent und diskret!“

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

Bestattungsvorsorge, eine Sorge weniger! - Alle Bestattungsarten

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

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

Wir sind für Sie da! Manuela und Heiko Löhrer

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

## DIE AUTOSEITEN DAS AUTOMAGAZIN IN IHREM WOCHENBLATT



Daniel Schnell, Suzuki Deutschland (li.) im Gespräch mit DIE AUTOSEITEN

Foto: WMD

### Suzuki bleibt sich treu

Weiterhin mit Kompaktmodellen und Kompakt-SUVs im Markt

Köln – Wir sprachen mit Daniel Schnell, stellvertretender Geschäftsführer der Suzuki Deutschland GmbH.

DIE AUTOSEITEN: Herr Schnell, Suzuki hat in diesem Jahr einiges zu erzählen. Sie haben kürzlich den neuen Swift vorgestellt. Wie sind Sie ins Jahr gestartet?

Daniel Schnell: Das erste Quartal 2024 war für uns erfolgreich, auch weil es das letzte Quartal unseres Geschäftsjahres 2023 war. Mit mehr als einem Prozent Marktanteil haben wir unser Ziel erreicht.

bisherige Volumen des Swift auf mehr als 10.000 Einheiten pro Jahr erhöhen zu können. Daneben haben wir den Vitara, S-Cross, Swace und Across aufgewertet. Daher wollen wir das Marktanteilsziel von einem Prozent weiterhin aufrechterhalten und sind trotz der schwierigen Gesamtlage zuversichtlich, diese Marke gemeinsam mit unseren Händlern zu erreichen.

?: Suzuki ist in der Vergangenheit mit dem Allradantrieb bekannt geworden. Spielt der heute noch eine Rolle?

Schnell: Definitiv, wir sehen das inzwischen umso mehr als Alleinstellungsmerkmal, weil andere Marken keinen Allradantrieb mehr anbieten. Gerade einige vollelektrische Modelle sind nicht mehr mit 4x4 zu haben – selbst bei Herstellern, die lange einen Allrad- und Off Road-Ansatz verfolgt haben.

Das ganze Interview lesen auf www.dieautoseiten.de

potenz das Differenzierungsmerkmal gegenüber dem Wettbewerb.

?: Wie ist die Suzuki Modellpalette aktuell strukturiert? Sie setzen eher auf kleinere Fahrzeuge. Wird das auch in Zukunft so sein?

Schnell: Grundsätzlich schon. Wir sind eine globale Marke, aber nicht in allen großen Märkten vertreten. Aus strategischen Gründen sind die USA und China für Suzuki keine relevanten Regionen mehr. Denn hier besteht nach wie vor eine hohe Nachfrage nach großen Fahrzeugen, was nicht der Suzuki DNA entspricht.

Das ganze Interview lesen auf www.dieautoseiten.de

### E-Mobilität attraktiv machen

Wallbox beim Opel Neuwagenkauf oder -leasing bereits inkludiert

Köln – Auf der Suche nach alltagstauglichen, flexibel einsetzbaren elektrifizierten Autos können Privat-Kunden genauso wie Gewerbetreibende bei Opel fündig werden. Der Hersteller bietet eine breite Palette an batterie-elektrischen Modellen und Plug-in-Hybriden für Beruf und Freizeit.



Animieren, auf die E-Mobilität umzusteigen

Foto: we/WMD

„Wir bringen die E-Mobilität auf die Straße – mit einer breiten Auswahl an vollelektrischen und elektrifizierten Modellen für alle Bedürfnisse und Anforderungen.“

### Bestseller aufgewertet

Zu Preisen ab 34.990 Euro ist der überarbeitete Hyundai Tucson jetzt bestellbar.



Das erfolgreiche Kompakt-SUV präsentiert sich drei Jahre nach dem Start der aktuellen Modellgeneration.

sich drei Jahre nach dem Start der aktuellen Modellgeneration umfassend aktualisiert: mit dynamischen Design, einem neu gestalteten Innenraum, der neuesten Software-Plattform, inklusive eines neuen Layouts für das Cockpit und die Navigation.

Bei den neuen Motoren soll nicht nur allein die Leistung verbessert, sondern auch das Zusammenspiel mit Elektroantrieben optimiert werden, um die Vorteile der verschiedenen Antriebsarten zu nutzen.

### Kurz notiert

#### Im Dreiklang

Köln – Die Automobilhersteller Toyota, Mazda und Subaru haben sich auf die gemeinsame Entwicklung einer neuen Motorgeneration geeinigt.

Alle drei Unternehmen werden die neuen Motoren so weiterentwickeln, dass sie sich ideal in den Antriebsstrang ihrer jeweiligen Fahrzeuge integrieren lassen.

Bei den neuen Motoren soll nicht nur allein die Leistung verbessert, sondern auch das Zusammenspiel mit Elektroantrieben optimiert werden, um die Vorteile der verschiedenen Antriebsarten zu nutzen.

**Spielstraße verändert - Bürger wehren sich**



# Parkplätze, die keiner will

Sieben Parkplätze sind in einem Teil der Würselener Straße hinzugekommen, der eigentlich als Spielstraße deklariert ist. Foto: Hermans

Quasi über Nacht entstanden sieben neue Parkplätze. Statt Jubel gibt's nun Ärger. Der Grund: Für eine Initiative wird die Lebensqualität in der Würselener Straße durch diese Verwaltungsmaßnahme stark beeinträchtigt

VON HANS-WILLI HERMANS

**Braunsfeld.** Eine grüne Oase, schnuckelige Reihenhäuser, spielende Kinder, entspannte Gespräche mit den Nachbarn, Spaziergänge – all das war bis Anfang Februar in diesem Teil der Würselener Straße noch problemlos möglich. Doch dann gab die Stadt überraschenderweise sieben Parkplätze frei in der Sackgasse – auch „Stadtdorf“ genannt –, auf Flächen, die vor 20 Jahren noch durch Poller

abgegrenzt waren und seither nicht genutzt wurden. Dagegen setzt sich nun eine Initiative zur Wehr.

„Wir sehen durch die Freigabe jener Parkplätze die Sicherheit und Lebensqualität aller Anwohner in Gefahr und die Wohnqualität im Stadtdorf unnötig beeinträchtigt“, schreibt die Initiative, die nach eigenen Aussagen 360 Unterschriften für die Wiederherstellung des alten Zustands gesammelt hat. Und weiter: „Parkende Autos und der damit verbundene

Verkehr schreiben vor, wie das Leben drumherum abzulaufen hat.“ Das durch die diversen Lieferdienste bereits enorm gestiegene Verkehrsaufkommen werde durch die Parkplatzsuche der ständig durchfahrenden Autos noch einmal deutlich gesteigert.

**Warum Parkplätze, wenn es bereits Stellplätze und drei Tiefgaragen gibt?**

In seiner Antwort auf die Beschwerde erläutert das Amt für Verkehrsmanagement, dass es sich bei der Straße um einen verkehrsberuhigten Bereich handelt, in dem „ausreichend Vorsorge zur Unterbringung

des ruhenden Verkehrs getroffen werden“ müsse. Das sei das „Geschäft der laufenden Verwaltung“.

Diese Begründung reicht der Lindenthaler Bezirksvertretung allerdings nicht. Sie bitet die Verwaltung auf Antrag der Grünen-Fraktion, „nachvollziehbar“ darzustellen, weshalb bei einem Anteil von jetzt schon 33 öffentlichen Auto-parkplätze in anderen Teilen der Würselener Straße und 300 öffentlichen Stellplätzen in der Umgebung die genannten sieben Parkplätze zur Versorgung der Anwohner notwendig sind. Immerhin stünden ihnen ja allein drei Tiefgaragen zur Verfügung.

# Schleichverkehr reduzieren

**Bachemer Straße: Bezirksvertretung Lindenthal möchte Maßnahme zur Verkehrsberuhigung vorziehen**

VON HANS-WILLI HERMANS

**Lindenthal.** Zu viele Autos und viele davon viel zu schnell: Schon 2014 wurde im Zusammenhang der Einrichtung eines Radschnellwegs nach Frechen beschlossen, den Schleichverkehr auf der Bachemer Straße zu unterbinden. Und zwar, indem man sie in den Abschnitten zwischen der Falkenburgstraße und Lindenthalgürtel sowie zwischen Landgrafenstraße und Gürtel zur Einbahnstraße umwidmet. Jeweils mit

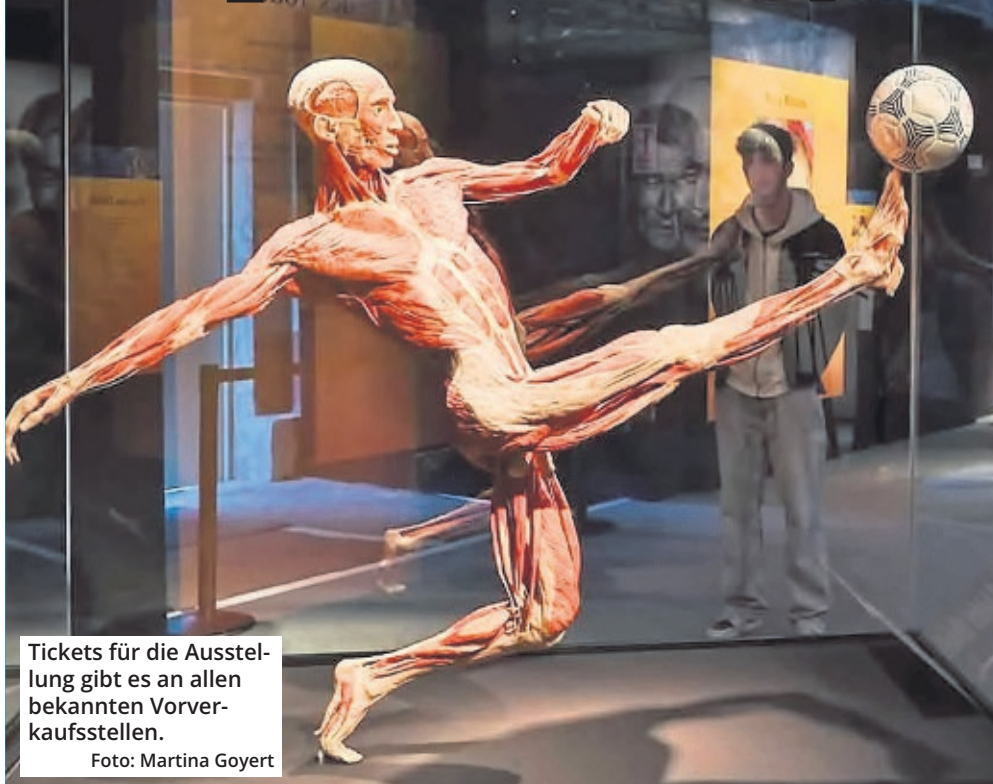
Fahrtrichtung Lindenthalgürtel.

Doch der Zeitpunkt, an dem die geplante Radpendler-Routen Realität wird, steht derzeit noch in den Sternen. Deshalb hat die Lindenthaler Bezirksvertretung auf Antrag der Grünen-Fraktion beschlossen, die Einführung der Einbahnstraßen-Regelung schon einmal vorzuziehen. Die Regelung werde die Erreichbarkeit von Anlaufpunkten in der Straße nicht „wesentlich einschränken“, heißt es in dem Antrag.



Zu viel, zu schnell: Der Verkehr in der Bachemer Straße soll reduziert werden. Foto: Hermans

# Körperwelten, hautnah



**Ehrenfeld.** Bereits zum dritten Mal gastiert eine Körperwelten-Ausstellung in Köln. Plastinator Dr. Gunther von Hagens und Kuratorin Dr. Angelina Whalley präsentieren „Körperwelten & Der Zyklus des Lebens“ in der Oskar-Jäger-Straße. Die Schau beschäftigt sich mit dem Werden und Vergehen des menschlichen Körpers. Kuratorin Whalley: „Mit dieser Ausstellung möchte ich verdeutlichen, dass unser Körper der Spiegel unserer eigenen Lebensführung ist. Denn alles, was wir tun oder auch nicht tun – ob wir körperlich aktiv sind, wie wir uns ernähren, ob wir ein gesundes familiäres oder soziales Umfeld haben – wirkt auf ihn zurück, im Positiven wie im Negativen. Das hat auch wesentliche Auswirkungen darauf, wie sich unser Alterungsprozess gestaltet.“

Tickets für die Ausstellung gibt es an allen bekannten Vorverkaufsstellen.

Foto: Martina Goyert

**Auf eine Currywurst mit Gregor Gysi**

**Köln.** Gregor Gysi wird sich am 2. September so öffnen und persönlich wie noch nie im Theater am Tanzbrunnen präsentieren (Beginn: 20 Uhr). Unter dem Titel „Auf eine Currywurst mit Gregor Gysi“ erzählt und rezitiert der prominente Politiker aus seinen letzten Büchern und seiner Autobiographie „Ein Leben ist zu wenig“. Dabei bietet Gysi einen anekdotenreichen Blick hinter die Kulissen des Politikbetriebs und erzählt von seinen zahlreichen Leben als Anwalt, Politiker, Autor, Moderator und – nicht zuletzt – als Familienvater. Ein Leben und eine Familiengeschichte, die von Russland bis Rhodesien führt und in den Gerichtsalltag mit Mördern und Dieben, zu der ein Lob Lenins und auch die Nobelpreisträgerin Doris Lessing gehören. Durch den Abend führt Moderator Hans-Dieter Schütt, an dem auch aktuell politische Themen nicht zu kurz kommen.

Tickets gibt es an allen bekannten Vorverkaufsstellen.

**Besuchen Sie unsere große BAD- UND FLIESENAUSSTELLUNG**

Jeden Sonntag von 14.-18.00 Uhr geöffnet! \*keine Beratung, kein Verkauf

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!  
Boschstraße 2  
50259 Pulheim

BAD & SANITÄR  
m.bach

FLIESEN & NATURSTEIN  
Schmidt Rudersdorf  
FLIESEN • NATURSTEIN  
www.schmidt-rudersdorf.de

**Auch im Urlaub bestens informiert...**

kostenloses e-Paper unter:  
[www.express-die-woche.de](http://www.express-die-woche.de)

**WERKSVERKAUF**

**GRILLMEISTERNACKENSTEAKS**  
saftige Nackensteaks vom Schwein, eingelegt in einer würzigen Paprikamarinade  
10 Stück à 200 g 1.000 g nur **7,99 €**

**HIER MEISTERBRATWURST - „IHR MANNSCHAFTSPAKET“**  
unsere beliebte Meisterbratwurst mit Majoran, in der Mannschaftsaufstellung =  
11 Stück à 100g (kg = 6,00 €) Packung nur **6,60 €**

**CURRY GEWÜRZKETCHUP**  
unser selbstgemachter Curryketchup,  
1,1 kg pro Flasche (kg = 2,00 €) Flasche nur **2,20 €**

**FRÜH FÄSSCHEN**  
5 L Kölsch für den perfekten Public Viewing Abend  
(kg = 2,22 €) Fässchen nur **11,11 €**

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

**BEWIRB DICH JETZT - alle Infos auf unserer Homepage unter [www.hardy-remagen.com](http://www.hardy-remagen.com)**

„Ab einem Einkaufswert von 100,- € erhalten Sie einen kleinen Remagen-Fußball gratis dazu!“

Remagen SEIT 1718

SO LANGE DER VORRAT REICHT GÜLTIG VOM 1.7. BIS ZUM 6.7.2024

**SMILE OPTIC**  
alle Brillen - ein Preis

**Alle Brillen 149,-**  
**Alle Gleitsichtbrillen 249,-**

2. Einstarke Brille 129,-  
Gleitsicht 229,-

3. Einstarke Brille 99,-  
Gleitsicht 199,-

4. Einstarke Brille 99,-  
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**  
jetzt 43x in NRW  
[www.smileoptic.de](http://www.smileoptic.de)

SMILE OPTIC gehört zur Opti-Group | GmbH | Vonder-Willem-Str. 33 | 51149 Köln

Jozef John Palushaj will in neun Tagen mehr als 1850 Kilometer radeln und so Kindern helfen

# Vom Dom aus in den Kosovo

Jozef John ist im vergangenen Jahr bereits mit dem Fahrrad von Köln zum Mont Blanc gefahren. Foto: zVg

Von Köln in den Kosovo, selbst mit dem Auto ist dies eine lange Strecke. Doch Jozef John Palushaj will die 1850 Kilometer mit dem Rad bewältigen und dadurch Geld für ein Kinderkrankenhaus in Pristina sammeln.

VON ALEXANDER BÜGE

**Köln.** Wenn der Kölner Friseur Jozef John Palushaj am 30. Juni in die Pedale tritt, ist sein Ziel in weiter Ferne. Denn der ambitionierte Hobby-Sportler wird insgesamt neun Tage lang in sechs verschiedenen Ländern unterwegs sein und dabei 1850 Kilometer Strecke sowie circa 15000 Höhenmeter hinter sich lassen.

Angetrieben wird er dabei nicht nur durch seinen sportlichen Ehrgeiz. Vielmehr sammelt Palushaj währenddessen im Rahmen einer Charity-Aktion Geld für das Sheikh Fatima Kinderkrankenhaus in Pristina, wobei insgesamt 20000 Euro zusammenkommen sollen.

Wie sich Palushaj bei dieser Herausforderung der besonderen Art schlägt, können Interessierte auf seiner Instagram-Seite ab dem 30. Juni verfolgen. Spenden wiederum können unter GoFundMe eingereicht werden. „Ich bin 70 Kilometer von Pristina in der Stadt Peja aufgewachsen und möchte meiner Region gerne etwas zurückgeben“, sagt Palushaj.

„Dass Kinder dort bestmöglich medizinisch versorgt werden können, ist mir auch deshalb besonders wichtig.“

Entsprechend motiviert geht Palushaj am 30. Juni an den Start, wobei er seit etwa einem Jahr nicht mehr länger im Sattel gesessen hat. Doch die nötige Erfahrung bringt Palushaj trotzdem mit. Immerhin hat er in den letzten Jahren schon drei ähnliche Charity-Aktionen durchgeführt, die mit vergleichbaren Herausforderungen verbunden waren.

So fuhr er bereits zwei Mal mit dem Rad von Köln nach Barcelona sowie zum Mont Blanc. „Diese Tour ist nicht nur die längste, sondern auch die anspruchsvollste bisher“, sagt Palushaj, der sich körperlich zwei Mal in der Woche durch Kickboxen fit hält. „Es erwarten mich hohe Gebirge, vor allem die österreichischen Alpenpässe haben es in sich. Und natürlich sollte man auch die Hochgebirge in Kroatien nicht unterschätzen.“

Und weil es bei einer solchen Tour immer auch zu Defekten am Rad kommen kann, hält Palushaj kontinuierlich den Kontakt zu seiner besten Freundin, die ihn während der gesamten Strecke mit dem Auto begleitet.

„Wir treffen uns alle 70 bis 80 Kilometer an bestimmten Punkten, die wir vorher ausmachen. Natürlich haben wir auch Werkzeug und Ersatzteile da-

bei“, erklärt Palushaj. „Zudem versorgt sie mich mit Magnesium und allem Weiteren, das ich während der Fahrt gut gebrauchen kann. Nach einer kurzen Pause geht es dann aber direkt weiter.“

Lange Zeit zu verschlafen hat Palushaj dabei tatsächlich nicht. Schließlich muss er im Schnitt jeden Tag mehr als 200 Kilometer absolvieren, wenn er pünktlich am Kinderkrankenhaus von Pristina ankommen will.

Heißt: Palushaj sitzt ab dem 30. Juni tagtäglich zehn bis 14 Stunden auf dem Fahrrad, um sein Ziel zu erreichen. Und um die Menschen zum Spenden zu ermutigen, ist Palushajs Aktion in diesem Jahr an eine Verlosung gekoppelt, die nach dem Ende der Tour gestartet wird. Dabei können die Teilnehmer beispielsweise ein Fahrrad oder diverse Powerbanks gewinnen.

Im Vordergrund steht für Palushaj allerdings nicht nur die Spendensammelaktion, sondern auch die Aufmerksamkeit für das Kinderkrankenhaus an sich. „Ich hoffe, dass durch die Tour auch nachhaltig Projekte entstehen, sodass das Kinderkrankenhaus dauerhaft gefördert werden kann“, sagt Palushaj. „Das wäre diesbezüglich mein größter Wunsch.“

Einen ersten Schritt dorthin wird er nun initiieren, durch seine Charity-Aktion der besonderen Art.



# Duo tritt für sterbende Pänz in Pedale

VON SERKAN GÜRLEK

**Köln.** Für die einen ist das Fahrrad der praktische Alltagsbegleiter, der schnell geparkt ist und nie getankt werden möchte. Stefan (32) und Konstantin (40) hingegen nutzen das Fahrrad, um Europa zu entdecken und gleichzeitig Gutes zu tun. Doch wie be-

kommen sie dies unter einen Hut?

Gut 600 Kilometer trennen den Kölner Dom von seinem Londoner Pendant, dem Big Ben. Genau diese Entfernung möchten Stefan und Konstantin im Sattel ihrer beiden Gravel-Bikes abspulen. Doch hierbei geht es ihnen nur nebensächlich darum, ihre kör-

perliche Fitness zu testen oder Land und Leute zu entdecken. Ihre ausgedehnte „Fahrrad-tour“ nutzen die beiden, um Spenden für die Kinder- und Jugendhospizarbeit des Malteser Hospizdienstes Aggertal zu sammeln. Helfen gehört bei den zwei Radlern zum Berufsalltag. Stefan ist Feuerwehrmann bei der Werksfeuerwehr von Shell und Konstantin arbeitet bei der Berufsfeuerwehr Köln. Dies ist, nach den bisherigen Touren nach Amsterdam und Paris, ihr dritter Trip. Waren es bei den vergangenen Reisen rund zehn Teilnehmer, konnten sich nun dank der Urlaubszeit und auch der Fußball-europameisterschaft nur die beiden Zeit freischaufeln. So organisierten und planten sie die Tour sorgfältig. Am vergangenen Montag um 9 Uhr

startete das Duo am Kölner Dom. Auf die bevorstehenden 600 Kilometer haben sich die zwei Freunde im Bergischen, aber auch in der Eifel, auf und um den Nürburgring vorbereitet. Die erste Etappe führte sie am Montag aus der Domstadt über das niederländische Roermond bis ins belgische Pelt. Bevor es dann an Tag 2, dem Redaktionsschluss dieser Zeitung, durch die Niederlande ging. Die weitere Route verläuft durch Frankreich bis nach Dunkerque, um mit der Fähre ins britische Dover überzusetzen. Von dort will das Duo am vierten Tag nach London zum Ziel am Big Ben radeln.

Damit Freunde, Familien und Unterstützer immer auf dem Laufenden bleiben, haben Stefan und Konstantin den Instagram-Kanal Graveexplorer



(instagram.com/graveexplorer\_) aus der Taufe gehoben.

Das Duo und auch der Hospizdienst Aggertal freuen sich über jeden gespendeten Euro

auf das Konto des Dienstes mit der IBAN: DE39 3706 0193 0101 3160 17  
BIC: GENODEIPAX  
Verwendungszweck: #Gravel-Explorer4kids

Konstantin und Stefan wurden vor der Abfahrt von Anke Bidner, Leiterin des Malteser Hospizes Oberberg, am Dom verabschiedet.

Foto: zVg

## Der King kommt auch!

**Köln.** Vom 10. Juli bis 4. August heißt es in der Kölner Philharmonie: Bühne frei für das 35. Kölner Sommerfestival! Das Publikum darf sich auf vier hochklassige und mitreißende Produktionen freuen. Jede für sich ist einzigartig, überraschend und inspirierend. Eine frische Version der weltbekannten Oper „Die Zauberflöte“ vom ISANGO Ensemble aus Kapstadt bekommt das Publikum genau so zu sehen, wie die außergewöhnliche und witzige Ballettcompagnie „Les Ballets Trockadero de Monte Carlo“ oder das legendäre Broadway-Musical „Cabaret“. Zu einer Reinkarnation vom Lebensgefühl des erfolgreichsten Solokünstlers weltweit könnten die Shows von „Elvis - The Tribute Artist World Tour“ werden. Alle Termine und Infos unter: [www.atgtouring.de](http://www.atgtouring.de). Karten unter [www.atgtickets.de](http://www.atgtickets.de) und an allen bekannten Vorverkaufsstellen.

3x2 Tickets zu gewinnen!

**Verlosung: 3x2 Tickets für ELVIS - THE TRIBUTE ARTIST WORLD TOUR am 23. Juli, 20 Uhr.**  
Um zu gewinnen, senden Sie einfach eine Email mit dem Betreff „Elvis“ sowie Name, Adresse und Telefonnummer an: [gewinnspiel@express-die-woche.de](mailto:gewinnspiel@express-die-woche.de).

Einsendeschluss: 1. Juli 2024. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Die Gewinner werden per Email benachrichtigt. Personenbezogene Daten werden nur erhoben, wenn diese im Rahmen der Teilnahme an dem Gewinnspiel freiwillig mitgeteilt werden. Die insoweit mitgeteilten Daten werden ausschließlich zur Durchführung des Gewinnspiels und im Zusammenhang mit dessen Abwicklung gespeichert, verarbeitet und genutzt, sowie zur Gewinnabwicklung an die beauftragten Dienstleister mit der Gewinnrealisierung und dem -versand beauftragten Unternehmen weitergegeben. Dabei werden die Daten höchst vertraulich behandelt und nach Abwicklung des Gewinnspiels unaufgefordert gelöscht.

### Ihr Menüservice mit Herz

Leckere Menüs in großer Auswahl

Dazu Desserts, Salate und Kuchen

Umfangreiches Diät- und Kostformangebot

Hier geht's zum Online-Shop.

Jetzt das Kennenlern-Angebot bestellen!  
3 x Menügenuss ins Haus für nur 6,99 € pro Menü inkl. MwSt.  
Auch online bestellbar unter: [www.ihr-menueservice.de/fuh-koeln](http://www.ihr-menueservice.de/fuh-koeln)

Menüservice appetito AG in Kooperation mit:

**JOHANNITER**  
Johanniter-Unfall-Hilfe e. V.  
Regionalverband Köln/Leverkusen/Rhein-Erft  
Menüservice appetito AG - Bonifatiusstraße 305 - 48432 Rhine

Tel. 02271 9863353  
Mo. bis Fr. 8:00 - 18:00 Uhr

### Zeitungszusteller (m/w/d) gesucht!

Ihr flexibler Minijob am Wochenende (Fr./Sa.)

**Jetzt bewerben!**

☎ 02203 1883 99  
☎ 0175 999 44 00

Mehr Informationen finden Sie unter: [www.zusteller-jobs.net](http://www.zusteller-jobs.net)

**RDW**

**EXPRESS**  
DIE WOCHE

**IMPRESSUM**

**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 Anzeigentel:  
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 Nieder-kassel)  
Holger Bienert  
Alexander Büge  
Serkan Gürlek

**Zustellung/Vertrieb:**  
Rheinische Direkt-Werbung GmbH & Co.  
KG, August-Horch-Str. 10, 51149 Köln  
[www.rdw-koeln.de](http://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 eingesandene 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 [zustellerverbot@rdw-koeln.de](mailto:zustellerverbot@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](http://www.werbung-im-briefkasten.de)

**BVDA**  
Bundesverband kostenloser Wochenzeitungen

**ADA**  
Aufgabekontrolle der Anzeigerblätter

**BVDA**

# Kölner Obdachloser Jonathan (34) lebt jetzt in einer Holz-Box hinterm Fahrrad

## „In einem Monat war alles weg“

Der Obdachlose Jonathan (34) lebt in Köln auf der Straße – in einer Box aus Holz. EXPRESS.de erzählt er, wie es so weit kommen konnte.

VON MATTHIAS TRZECIAK

Köln. Erst Job weg, dann Wohnung weg, dann obdachlos. Für den Kölner Jonathan ging der Absturz ganz schnell.

„In einem Monat war alles weg“, erzählt der 34-Jährige im Gespräch mit EXPRESS.de. Wir treffen den gelernten Koch und späteren Lagerhelfer im Kölner Stadtteil Riehl.

Vor der Filiale der Sparkasse KölnBonn ist er fast täglich anzutreffen. Dort hat er einen Stellplatz für sein „neues“ Zuhause. Im September 2023 besorgte sich Jonathan über das Kauf- und Verkaufportal „Kleinanzeigen“ einen Mini-Wohnwagen aus Holz.

„Der hat auch eine Anhängerkupplung fürs Fahrrad“, sagt der 34-Jährige. „So bin ich mobil. Mal stehe ich hier in Riehl, manchmal im Beethovenpark in Sülz.“

Das Gefährt ist zwei Meter lang und einen Meter breit. „Da wohne und schlafe ich drin – bei Wind und Wetter. Im Winter, bei Regen oder auch bei Hitze im Sommer“, so Jonathan.

Wie es überhaupt so weit kommen konnte, dass er alles verloren hat und jetzt auf der Straße lebt – Jonathan blickt zurück: „Vor vier Jahren war ich plötzlich meinen Job los. Zu dem Zeitpunkt habe ich als Lagerhelfer gearbeitet. Ich hatte sogar einen Führerschein für Gabelstapler gemacht. Doch mein Chef konnte mich nicht mehr bezahlen. Ohne Einkommen konnte ich dann auch nicht mehr die Miete bezahlen.“

Eine Spirale in die Obdach-

losigkeit. Er habe zudem eine fünfjährige Tochter. „Ich hoffe, ihr das ganze Dilemma irgendwann mal erklären zu können.“

Ohne Job und ohne Wohnung bekomme man dann in den Personalausweis den Aufkleber „Ohne festen Wohnsitz“. Damit sei man wie gebrandmarkt. Es sei verdammt schwierig, mit diesem Hinweis im Pass eine neue Arbeit zu finden. „Wer stellt schon jemanden ein, der keinen festen Wohnsitz hat?“, fragt Jonathan.

Er schimpft nicht über die Politik, ganz im Gegenteil, Jonathan strahlt so viel Positives aus: Alkohol sei keine Lösung für ihn – alleine schon wegen seiner Tochter. Was ihm einfach fehlt, sei eine richtige Meldeadresse. Dann würde das sicher auch schnell wieder mit einem Job klappen.

„Zufällig kam letztes ein Immobilienmakler hier vorbei, der hat mir Hilfe angeboten. Vielleicht klappt es ja mit einer richtigen Wohnung“, hofft Jonathan.

### 12580 wohnungslose Personen in Köln

Dann könne er endlich seinen Camper verlassen, der müsse dringend renoviert werden. Unter anderem sammelt Jonathan in seiner rosa Gummiente für eine bessere Dämmung im Winter. Das sei bei Frostwetter schon ziemlich kalt in dem kleinen Ding.

Regional gesehen, befindet sich der größte Teil der wohnungslosen Personen mit 12.580 Fällen in Köln. Danach folgen mit großem Abstand Duisburg (4495), Düsseldorf (3650) und Bonn (3540). An fünfter Stelle folgt Bielefeld mit 2550 Personen. Die Zahlen hat der Landschaftsverband Westfalen-Lippe (LWL) 2022 veröffentlicht.



Jonathan ist obdachlos und wohnt in einer kleinen Holzbox. Wie konnte es dazu kommen? Fotos: Matthias Trzeciak



# SEGMÜLLER SUPER SOMMER

DIE HEISSESTEN WOCHEN DES JAHRES

**JEDE MENGE SPASS AUF DEM SURF SIMULATOR**

**TOLLE PREISE**  
in spannenden Spielrunden zu gewinnen!

**SA. 06.07. ERÖFFNUNG SOMMER-LOUNGE**

Radio Erft

**LIVE ON STAGE 11-17 UHR**

**GRATIS**

**FERIEN-PROGRAMM**  
MO-SA 11-19 UHR

**FREIER EINTRITT**

**SPIEL UND SPASS**  
Riesige Hüpfburg, Nostalgisches Karrussell, Riesenrutsche, u. v. m.

**1.- Capri-Eis am Stiel**

**MODERATORIN VOR ORT**  
Julia Drexler

**KLIMATISIERTES EINRICHTUNGSHAUS**

**COCKTAILBAR**

**BEACH-AREA**

**CHILLOUT MUSIC**

**FOOD SPECIALS**

**VOLLSTÄNDIGES PROGRAMM UNTER:**

[www.segmuller.de/super-sommer](http://www.segmuller.de/super-sommer)



**14.99\***

**7.99**

Campingstuhl

**SUPER DEAL**

Campingstuhl mit Getränkedosen- und Handhalterung, Gestellrahmen aus Stahl, Bezug aus Polyester, inkl. Tragetasche, B/H/T ca. 50x80x80 cm. 3785347

versch. Farben

mit Handhalterung



In einer Gummiente sammelt Jonathan für die Renovierung seines Mini-Wohnwagens.



Erst war der Job, dann auch die Wohnung weg, doch das ändert nichts an der positiven Ausstrahlung des 34-Jährigen.

**Große Foto-Aktion zur Europameisterschaft:**

# Wer ist der Kölner Deko-King?

Vor Ihrem Haus bleiben ständig Menschen stehen, zücken ihr Handy und machen Selfies? In der Nachbarschaft heißen Sie bei jedem großen Fußballturnier nur liebevoll „d'r Jeck“, weil Sie schon Wochen vor dem ersten Spiel anfangen zu schmücken? Dann suchen wir genau Sie!

Die Fußball-Euphorie ist groß in Köln und ganz Deutschland. Unmittelbar vor dem Beginn der K.o.-Runde erreicht die Spannung noch einmal neue Höhen. Viele haben Haus, Balkon, Terrasse, Auto, Fahrrad oder einfach den Straßenbaum gegenüber in die Farben der EM-Teilnehmer gehüllt.

Diese Vielfalt, diesen Fußballrausch der Kölner Fans wollen wir bei uns zeigen. Und da es wenig zielführend ist, einen Fotografen quer durch unsere Millionenstadt zu schicken, um die besten EM-Dekorationen festzuhalten, fragen wir unsere Leser direkt: Wie haben Sie zur EM geschmückt?

Senden Sie uns ein Foto Ihrer Deko und vielleicht finden Sie dieses in der nächsten Ausgabe des EXPRESS - Die Woche wieder. Mit etwas Glück gibt es sogar noch ein EM-Paket von Gaffel Kölsch obendrauf (siehe Kasten rechts).

Dabei ist uns eines ganz



Diese gigantische Deutschlandfahne schmückte während der EM 2016 die Fassade über der Gaststätte Trierer Eck in Köln. Archivfoto: Bopp

wichtig: Wir suchen nicht nur Deutschland-Deko! In Köln leben Menschen aus 180 verschiedenen Nationalitäten. Auch von den jetzt noch verbliebenen 16 Mannschaften

im großen EM-Turnier wird es noch viele Anhänger in der Domstadt geben. Und auch deren Häuser möchten wir natürlich sehen.

Also egal, ob Sie für unsere

deutsche Nationalmannschaft, für die Spanier, die Franzosen oder von uns sogar für die die Schweizer geflaggt haben: Senden Sie uns Ihre Bilder - wir freuen uns drauf!

## So werden Sie zum Kölner EM-Deko-King

Hat Ihre EM-Deko das gewisse Etwas? Wir freuen uns auf Ihre Fotos! Und mit etwas Glück erhalten Sie als Dankeschön eines von 5 Gaffel Kölsch EM-Paketen (s.r.).

**1. Fotografieren Sie Ihr Haus, Ihren Balkon, Ihr Fahrrad oder was auch immer Sie geschmückt haben.**

**2. Senden Sie ein (oder besser mehrere) Fotos per E-Mail an: [redaktion@express-die-woche.de](mailto:redaktion@express-die-woche.de)**

**WICHTIG:**

- Der Betreff Ihrer Mail MUSS „Deko-King“ lauten, ansonsten können wir Ihre Einsendung nicht berücksichtigen.
- Achten Sie bitte darauf, dass Ihr(e) Foto(s) nicht größer als 10 MB sind.
- Geben Sie bitte den Namen des Fotografen an.
- Einsendeschluss ist Dienstag, 2. Juli um 12 Uhr
- Eine Teilnahme ist erst ab 18 Jahren möglich.

**3. Mit Ihrer Einsendung erteilen Sie uns gleichzeitig die Erlaubnis, Ihr Foto in der nächsten Ausgabe des EXPRESS - Die Woche abzubilden bzw. es auf [www.express-die-woche.de](http://www.express-die-woche.de) online zu zeigen.**

**4. Wenn Sie gleichzeitig eines der 5 EM-Pakete gewinnen möchten, schreiben Sie bitte Ihre volle Anschrift mit in die E-Mail.**

## Unter allen Einsendungen verlosen wir fünf Gaffel EM-Pakete

**Jedes Paket enthält:**

- 1 EM-Partyfässchen „Em Stadion zu Huss!“: Dieses limitierte EM-Partyfässchen zeigt das Kölner EM-Stadion.
- 6 Kölsch-Stangen „Anstoß“: Speziell für Fußballfans entworfen, sind diese Gläser perfekt geeignet, um gemeinsam mit Freunden anzustoßen und die Spiele zu verfolgen.
- 1 Gutschein für ein T-Shirt der Reihe Sprücheshirts aus dem Gaffel Shop [www.gaffel-shop.de](http://www.gaffel-shop.de)



Foto: Gaffel

Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Personenbezogene Daten werden nur erhoben, wenn diese im Rahmen der Teilnahme an dem Gewinnspiel freiwillig mitgeteilt werden. Die insoweit mitgeteilten Daten werden ausschließlich zur Durchführung des Gewinnspiels und im Zusammenhang mit dessen Abwicklung gespeichert, verarbeitet und genutzt, sowie zur Gewinnabwicklung an die beauftragten Dienstleister und die mit der Gewinnerlösung und dem Versand beauftragten Unternehmen weitergegeben. Dabei werden die Daten höchst vertraulich behandelt und nach Abwicklung des Gewinnspiels unaufgefordert gelöscht.



Foto: Patrick Lehmann/stock.adobe.com

# Brüchige Nägel?

Diese Tipps sollten Sie kennen ...



Gepflegte Fingernägel sind ein wichtiger Teil eines schönen Äußeren. Leider brechen sie oft ab oder reißen ein. Der Wunsch nach festen Nägeln muss aber nicht unerfüllt bleiben.

Der Erhalt schöner Nägel kann durchaus zur Herausforderung werden. Vor allem wenn sie bereits von Natur aus spröde sind. Gleichzeitig können auch äußere Umstände wie häufiges Händewaschen oder der Kontakt mit Putzmitteln dazu beitragen, dass sie austrocknen und dadurch abbrechen. Wir haben uns angesehen, wie man gegensteuern kann.

**Alltagstipps gegen brüchige Nägel**

Als erste Sofortmaßnahme kann es helfen, die Hände und speziell die Nägel mittels geeigneter Cremes zu pflegen.

Sie versorgen die spröden Nägel mit Feuchtigkeit von außen und bewahren auch die Nagelhaut vor dem Einreißen. Auch ein Ölbad kann helfen. Einfach eine kleine Schale mit lauwarmem Olivenöl füllen und die Nägel darin etwa zweimal die Woche 10 Minuten „baden“.

Eine Alternative zu Olivenöl ist auch Zitronensaft, der zusätzlich unschöne Verfärbungen entfernen kann.

**Problemzone: Nährstoff-Haushalt**

Wer sich mit dem Thema auseinandersetzt, stößt auch immer wieder auf die Behauptung, dass ein Mangel an Vitaminen und anderen Mikronährstoffen für die brüchigen Nägel verantwortlich sein kann bzw. das Problem noch verstärkt. Tatsächlich ist es so, dass bei einem Ungleichgewicht im Nährstoffhaushalt zufriedens-

stellende Ergebnisse ausbleiben – ganz egal wie intensiv man die Nägel von außen pflegt.

Auch Experten sind sich einig: Die Zufuhr der richtigen Nährstoffe ist eine der erfolgversprechendsten Optionen bei brüchigen Nägeln. Diese gelangen über die Blutbahn direkt zu den Nagelwurzeln, wo Zellteilung und Regeneration stattfinden. Sie unterstützen somit genau dort, wo es am effektivsten ist. Doch welche Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente sollte man nun konkret einnehmen?

**Richtige Wahl**

Die Wahl des optimalen Produktes für eine sinnvolle und vor allem wirksame Nahrungsergänzung ist für KonsumentInnen nicht immer einfach. Schließlich ist die Auswahl riesig und nur die Wenigsten können sagen, ob die enthaltenen Inhaltsstoffe tatsächlich den gewünschten Effekt herbeiführen können.

Umso vertrauenswecker ist es da, wenn Pharmazeuten eine klare Empfehlung für ein bestimmtes Präparat aussprechen. So empfiehlt etwa eine deutliche Mehrheit der österreichischen Apotheker Dr. Böhm® Haut Haare Nägel.\* Es enthält eine ausgewogene Zusammensetzung essenzieller Nährstoffe für ein gesundes Nagelwachstum, darunter etwa:

- **Silizium** (aus Goldhirse und Kieselerde) als wichtiger Bestandteil fester Nägel. Das Spurenelement trägt auch zur Elastizität bei, was gerade bei spröden Nägeln wichtig ist.

- **Natürlicher Schwefel** (oft als „MSM“ abgekürzt) befindet sich von Natur aus im Körper und ist ein Strukturelement der Nägel. Steht nicht ausreichend davon zur Verfügung, werden sie brüchig.

- **Biotin** zur Erhöhung des Keratin-Anteils im Körper, der ebenfalls die Nägel festigt.



„Ich habe schon viel ausprobiert, da meine Fingernägel immer absplittern und sich regelrecht abgeblättert haben. Endlich wachsen sie normal und sind richtig kräftig geworden.“  
Johanna S. (42)\*\*

Die Dr. Böhm® Haut Haare Nägel Tabletten sind auch in unseren deutschen Apotheken erhältlich und begeistern hierzulande schon tausende Anwender mit spür- und sichtbaren Ergebnissen.

**Geduld zahlt sich aus**

Da Nägel nur zwischen 0,5 und 1,2 mm pro Woche wachsen, brauchen sie mehrere Monate Zeit, um sich vollständig zu erneuern. Deshalb sollten die Mikronährstoffe zumindest über 8 bis 12 Wochen hinweg eingenommen werden, um bestmögliche Ergebnisse zu erzielen. Wer Geduld hat, wird mit spürbaren Ergebnissen belohnt.

\*Apothekenabsatz Mittel für Haare und Nägel lt IQVIA Österreich OTC Offtake MAT 08/2023. \*\* Name und Alter geändert

ANZEIGE

**EMPFEBLUNG der Redaktion**

**GRATIS Lasepton® Fußcreme**

**Nur für kurze Zeit**

gibt es Dr. Böhm® Haut Haare Nägel im Vorteils-Set. Es enthält eine **Gratis-Tube** der Nr.-1-Fußcreme<sup>1</sup> von Lasepton® in Originalgröße. Erhältlich in Ihrer Apotheke – solange der Vorrat reicht.

Falls nicht vorrätig, bestell Ihre Apotheke das Set gerne für Sie: **PZN: 19236426** | UVP 19,90 €

<sup>1</sup> lt. IQVIA Österreich OTC Offtake MAT 09/2023

# Riesen-Überraschung beim Sommerfest

Das Reiterkorps Jan von Werth hat ein neues Paar. Doch das blieb am vergangenen Wochenende nicht die einzige Überraschung.

VON DANIELA DECKER UND MARCEL SCHWAMBORN

**Köln.** Was für ein Rahmen und was für eine Überraschung! Kürzlich feierte das Reiterkorps Jan von Werth sein Sommerfest auf der Dachterrasse des Moxo Hotels am Flughafen Köln/Bonn. Und hatte dabei gleich zwei Neuigkeiten zu verkünden. Gleichzeitig war es mit 400 Mitgliedern und geladenen Gästen der Auftakt zu den Feierlichkeiten zum 100-jährigen Jubiläum in der kommenden Session.

Voller Spannung und vor einer Traumkulisse fieberten die Gäste der offiziellen Vorstellung des designierten Jan- und Griet-Paars 2025 entgegen. Während alle Blicke auf die Bühne gerichtet waren, tauchten plötzlich Christian und Verena Bergsch per Hebebühne auf und begrüßten die überraschten Gäste.

„Ihr seid diejenigen, die die Tradition in grün und weiß leben und gestalten“, rief der designierte Jan in die Menge, der bereits 2008 als Tanzoffizier der Gesellschaft seine Bühnenpräsenz unter Beweis stellen konnte und seitdem die jecke, grün-weiße DNA im Herzen trägt.

„Unsere Kinder sind in eurer Mitte geboren und aufgewachsen, hier fühlen wir uns wohl – uns Familiisch ist die Reiter-Famillisch“, ergänzte die sichtlich gerührte designierte Griet, die ebenfalls eine enge Bindung zur Gesellschaft und zum Kölner Karneval hat. Verena Bergsch war viele Jahre Teil der Korps-

kapelle des Traditionskorps und freut sich darauf, in der kommenden Session endlich wieder mit ihrem grün-weißen Korps durch die Säle ziehen zu können.

„Es ist mir wichtig, mit unseren Auftritten und Worten Menschen zu erreichen und ihnen Spaß und Freude in diesem Moment zu bringen. Unser Publikum, unsere Korpskameraden und auch wir sollen die Möglichkeit haben, aus der Emotion des Moments Energie für sich und ihre Aufgaben zu schöpfen“, betonte Verena Bergsch. „Alle sollen mit einem Lächeln an das Reiter-Korps Jan von Werth und den erlebten Auftritt zurückdenken können.“

Das Reiterkorps hatte in der vergangenen Session gleich mehrfach für positive Schlagzeilen gesorgt. Neben viel Lob für das damalige Jan-un-Griet-Paar wurde auch die 17-jährige Laura, die im Rollstuhl sitzt, zum Rosenmontagszug eingeladen und ihr damit ein Lebens Traum erfüllt.

Kurz darauf folgte am Samstag gleich die nächste Überraschung: „Erstmals und einmalig wird unsere Vaterstadt im Rahmen des 100-jährigen Jubiläums der Gesellschaft ein Kinder- und Jugend-Jan-un-Griet-Paar verkörpern“, betonte der sichtlich stolze Vorsitzende und Korpskommandant Frank Breuer.

Der 17-jährige Severin Lupp und die 15-jährige Charlotte Baum aus den Reihen der Kinder- und Jugendtanzgruppe bewiesen sich bei ihrer Vorstellung mit einer modernen Interpretation der Liebesgeschichte von Jan und Griet (mit Jan als Kfz-Mechatroniker und Griet als Supermarkt-Kassiererin), worauf sich das jecke Volk in der kommenden Session freuen darf.



# Durch die Nacht gondeln

**Köln.** Die Kölner Seilbahn hat neulich zur ersten Nachtfahrt der Saison eingeladen. Die nächsten Termine stehen bereits vor der Tür: am 13. Juli die „Sternschnuppenfahrt“, am 17. August die „Kölner Nacht der Seilbahn“, am 7. September die Nachtfahrt zu „Indian Summer“, die „Herbstnachtfahrt“ am 12. Oktober und abschließend die Museumsnacht Köln am 2. November.

Zur Sternschnuppenfahrt können die Fahrgäste von 10 Uhr morgens bis 1 Uhr nachts mit den 44 nostalgischen Gondeln über den Rhein schweben. Letzter Einstieg in den Stationen „Zoo“ und „Rheinpark“ ist jeweils um 0,45 Uhr.

Es gelten die normalen Fahrpreise. Alle anderen Sonderfahrten enden bereits um 0 Uhr, mit Ausnahme der Museumsnacht, die sogar bis 2

Uhr nachts Fahrgäste transportiert. Aus bis zu 50 Metern Höhe lässt sich die Aussicht auf den Rhein, Rheinpark, Mülheimer Hafen und die Kölner Altstadt genießen. Die einfache Strecke über den Rhein wird in rund sechs Minuten zurückgelegt.

Die insgesamt sechs Nachtfahrten gehören zu den Höhepunkten der Seilbahn-Saison. Auch in

dieser Saison gilt die Höchstgrenze für den Betrieb bei Wind, der bis zu einer Windgeschwindigkeit von zwölf Meter je Sekunde möglich ist. Bei zeitweiligen Betriebs-einstellungen informiert die Seilbahn über einen Lautsprecher auf ihrer Internetseite sowie in ihren Stationen. Aktuelle Infos unter: [koelner-seilbahn.de](http://koelner-seilbahn.de).

Foto: Almut Elhardt/Kölner Seilbahn



Per Hebebühne präsentierten sich Christian und Verena Bergsch erstmals den Mitgliedern. Foto: Jordi Mergen

## Su säht mer en Kölle

Sibbeschlöfer

mer sing sibbe Saache wa'mer verreise well. Dreimol sibbe moot mer fröher sin, wa'mer als mündije Börjer de Mul opmaache dorf. Hüeck nor noch dreimol sechs. Mer hann och sibbe Himmele un do kanns op Wolke sibbe schwevve. En nem kölsche Leedche heiß et: „Möler Bock stipp die sibbe Höhner (Hörner) op.“ Wie dat jonn soll weiß ich ävver och nit.

Katharina Petzoldt



## Lesen Sie am Sonntag

Rolle rückwärts in die 80er



Quiz um unsterbliche Serienhelden

Hier werden Sie kalt erwischt!



Eiszeit: Drei Rezepte für Genießer

schnell. schneller.



# porta

👤 ❤️ 🛋️

## GRÖSSTER SORTIMENTSWECHSEL ALLER ZEITEN!

# 70%

BIS ZU **RADIKAL REDUZIERT!**

AB SOFORT UND BIS **06.07.2024**

Zwischenverkäufe vorbehalten

## ÜBER 1000 EINZEL- UND AUSSTELLUNGSSTÜCKE MÜSSEN RAUS!

**51149 Köln-Gremberghoven** • Porta Möbel Handels GmbH & Co. KG Gremberghoven  
Hansestraße 51-53 • A 559, Abfahrt Gremberghoven  
Direkt am Airport Business Park  
Tel.: 0 22 03 90 42-0

**50126 Bergheim** • Porta Möbel Handels GmbH & Co. KG Bergheim • Humboldtstraße 2  
Tel.: 0 22 71 60 77-0

**51147 Köln Porz-Lind** • Porta Möbel Handels GmbH & Co. KG Köln Porz-Lind • Portastraße  
An der B 8/A 59 • Tel.: 02203 603-0

**53332 Bornheim** • Porta Möbel Handels GmbH & Co. KG Bornheim • Alexander-Bell-Strasse 2  
Tel.: 02222 6499-0 • A 555 Abfahrt Bornheim

**50226 Frechen** • Porta Möbel Handels GmbH & Co. KG Frechen • Europaallee 1 • Tel.: 02234 603-0

Öffnungszeiten: Mo-Sa 10-19 Uhr

# 20%

## AUF ALLE MÖBEL

**EXKLUSIV FÜR DICH**

ohne Wenn und Aber \*

Nur gültig im Einrichtungshaus.

Beispielabbildung

**CALAMARES**  
mit Pommes frites und Remoulade

~~9.90~~ je **8.90**

Angebot nur im porta Restaurant erhältlich. Nicht in Bergheim. Für dich und deine Begleitung. Nur gültig gegen Vorlage des Coupons vom 01.-06.07.2024. Öffnungszeiten unter [porta.de/gastronomie](http://porta.de/gastronomie)

\* Nicht in Verbindung mit anderen Aktionen. Gilt nur für Neukäufe und gegen Vorlage des Coupons bis 06.07.2024.







Die einzigartige Ausstellung mit Original-Artefakten

# RAMSES

& DAS GOLD DER PHARAONEN

ramsesausstellung.de

AB JULI 2024 ODYSSEUM KÖLN  
LETZTER STOPP IN EUROPA



JETZT TICKETS SICHERN!

neon the Houston Museum of Natural Science xplorado ODYSSEUM ticketmaster



## Operation am offenen Herzen: Bergische Verkehrsader bekommt Übergangs-Bypass verpasst

# A4: Vollsperrungen und Umleitungen

Wer mit dem Auto ins Bergische will, sollte es sich gut überlegen: Die Autobahn 4 zwischen Köln und Olpe wird im Juli zweimal bei Unterreschbach voll gesperrt.

**Köln.** Die Autobahn GmbH hat ihre Pläne für die Vollsperrungen der A4 zwischen Köln und Olpe kürzlich veröffentlicht. Das teilte die Autobahn GmbH kürzlich in einer Pressemitteilung mit. Die erste Sperrung erfolgt zwischen den Anschlussstellen Bensberg und Unterreschbach vom 12. bis 15. Juli, die zweite Sperrung ist vom 19. bis 22. Juli geplant.

Die Sperrungen beginnen an diesen Freitagen jeweils um 22 Uhr und enden am folgenden Montag um 5 Uhr. Die Autobahn GmbH warnt, dass in diesem Zeitraum Staus in einem großen Bereich (Bergisch Gladbach, Overath, Rösrath, Lohmar, Wiehl) unvermeidlich sind. Deshalb wird empfohlen, das Auto möglichst nicht zu benutzen und stattdessen auf die Bahn umzusteigen.

Hintergrund der Sperrung



Um von Köln ins Rheinisch-Bergische oder Oberbergische zu kommen, nutzen viele Kölner die Autobahn A4. Foto: Weiser

sind Arbeiten an einer alten Brücke der A4. Diese muss gestützt werden, bevor sie abgerissen wird. Daher darf es keine Erschütterungen geben, die durch den Verkehr verursacht werden könnten.

Die Autobahn GmbH rät dem Fernverkehr dringend, den Be-

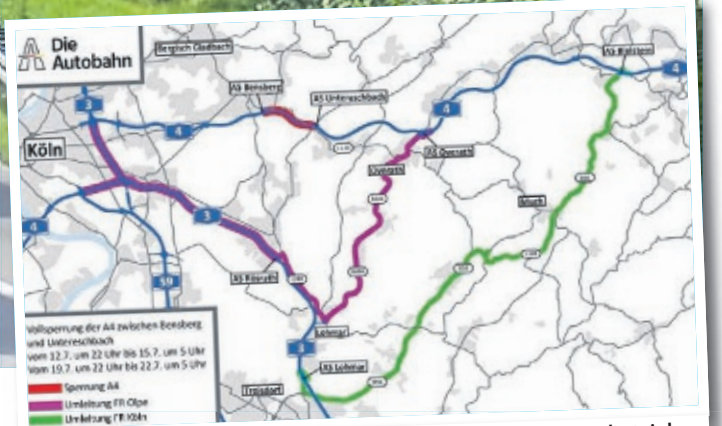
reich weiträumig zu umfahren. Engere Kreis- und Landesstraßen sind nicht in der Lage, das erhöhte Verkehrsaufkommen zu bewältigen. Für den Fernverkehr in Richtung Köln ist eine Umleitung über die Anschlussstelle Bielstein, B56, L189, B507 und B56 bis zur A3-Anschluss-

stelle Lohmar vorgesehen.

Für den Verkehr in Richtung Olpe gibt es ab dem Heumar Dreieck und dem Kreuz Köln-Ost Hinweise auf die Vollsperrung. Dort erfolgt eine Umleitung über die A3 Richtung Frankfurt bis zur Anschlussstelle Rösrath, und weiter über

die L288 und B484 zur A4-Anschlussstelle Overath. Auch diese Umleitung wird durch Baustellen auf der B484 beeinträchtigt.

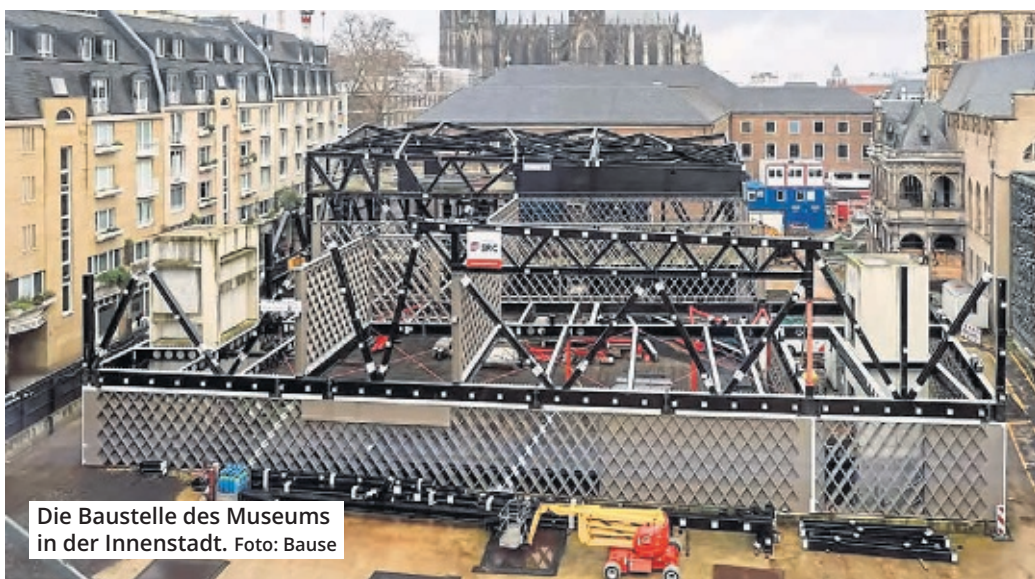
Lokale Umleitungen sind ebenfalls geplant. Autos aus Köln werden an der Anschlussstelle Bergisch Gladbach-Bens-



Der Verkehr wird während der Vollsperrung je nach Fahrtrichtung über zwei Umleitungen geführt.. Grafik: Autobahn GmbH

berg ins untergeordnete Straßennetz geleitet. Dort geht es über die L195, K41 bis zur L284 nach Immekeppel. Fahr-

zeuge aus Olpe folgen ab Anschlussstelle Unterreschbach der L284 Richtung Rösrath-Hoffnungsthal.



Die Baustelle des Museums in der Innenstadt. Foto: Bause

# Millionen MiQua-Desaster

**Köln.** Der Bau des jüdischen Museums MiQua in Köln verteuert sich erneut. Die Kosten steigen um weitere rund 63 Millionen auf dann 190 Millionen Euro, wie die Stadt Köln vor wenigen Tagen mitteilte. Fertig werden soll das Museum nun Ende 2027 statt - wie ursprünglich geplant - Ende dieses Jahres.

Die gestiegenen Kosten erklärt die Stadt vor allem mit der Kündigung eines Stahlbauers im Jahr 2021. Die Suche nach einem neuen Unterneh-

men habe zu Verzögerungen geführt. Dadurch hätten auch die folgenden Arbeiten anderer Gewerke nicht pünktlich beginnen können.

Im Vergleich zu den ersten Planungen sind die Kosten nun um mehr als das Dreifache gestiegen. Ursprünglich waren einmal gut 60 Millionen Euro veranschlagt. 2017 wurde auf 77 Millionen Euro erhöht, 2021 noch einmal auf 127 Millionen.

Das MiQua entsteht derzeit als hallenartiger Schutzbau über den Überresten des mit-

telalterlichen jüdischen Viertels in der Kölner Altstadt. In einer rund 6000 Quadratmeter großen unterirdischen Ebene soll ein archäologischer Rundgang als Dauerausstellung eingerichtet werden. Der Grundstein wurde 2018 gelegt. MiQua steht für „Museum im Archäologischen Quartier“.

Auf der Baustelle wird nach Angaben der Stadt noch immer Erde abgetragen, um die Erinnerungen an das Leben und Arbeiten rund um eine mittelalterliche Synago-

ge und ein jüdische Ritualbad freizulegen und zu erhalten. Es würden weiterhin Bereiche erkundet, die noch nicht archäologisch untersucht worden seien. Dabei tauche immer wieder Neues auf: Teile römischer Rundbögen sowie Fußböden, Brandschichten und andere Spuren von Bombeneinschlägen aus dem Zweiten Weltkrieg. Die Route für den späteren Ausstellungsrundgang sei bereits mehrmals den neuesten Erkenntnissen angepasst worden.

**GARTENLUX**  
ES GIBT UNS NUR IN VENLO

**EM-CASHBACK-AKTION: IHRE CHANCE AUF 10% RÜCKERSTATTUNG!\*\***

**RIESIGE RABATTE AUF GLASDÄCHER IN VERSCHIEDENEN GRÖSSEN - JETZT ZUGREIFEN!**

**BIS ZU**  
**25%**  
**+10% Rabatt**  
**AUF DAS GESAMTE**  
**SORTIMENT\***

**7 Tage die Woche von**  
**9.00-17.00 Uhr geöffnet**

Buy's Ballotstraat 9, VENLO (NL)  
+49(0)211-93670214 - www.gartenlux.eu

<b>GLASDACH 4,06m x 3.50m</b>	INKLUSIVE MONTAGE <b>€ 4.499,-*</b>
<b>GLASDACH 5,06m x 3.50m***</b>	INKLUSIVE MONTAGE <b>€ 4.799,-*</b>
<b>GLASDACH 6,06m x 3.50m***</b>	INKLUSIVE MONTAGE <b>€ 6.399,-*</b>
<b>GLASDACH 7,06m x 3.50m***</b>	INKLUSIVE MONTAGE <b>€ 7.299*</b>

\*Gültig bis zum 02.07.2024. Die Bedingungen und Konditionen finden Sie hier: www.gartenlux.eu. Alle Angaben ohne Gewähr - Irrtümer, Druckfehler und Änderungen vorbehalten. Angebote beinhalten keine Zubehörteile, wie Wände, Türen usw., sofern nicht anders angegeben. Bis Bedingungen und Konditionen finden Sie auf www.gartenlux.eu. \*\*Gültig bis zum 14.07.2024. \*\*\*Auf 3 Phasen