

EXPRESS

Die Woche

Ausgabe Kölner Süden / Innenstadt
13./14. September 2024 | 37. 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

ANZEIGE

GROSSES MARKISEN-Sommerfinale!

Wir brauchen Platz für Neues!
20%+10% RABATT
auf AUSSTELLUNGS- und LAGERMARKISEN*

75 JAHRE
FRANZ AACHEN
ZELTE UND PLANEN GMBH
MARKISEN + MARKISENTÜCHER + WINTERGARTENBESCHÜTTUNGEN + GLASDÄCHER + TEXTILE KONFEKTION

Infos & Termin unter: **0228 - 46 69 89**
Röhfeldstr. 27 · 53227 Bonn-Beuel · www.franz-aachen.com

ANZEIGE

JOHANNITER
Sicherheit auf Knopfdruck.
Der Johanniter-Hausnotruf.

Jetzt bestellen und wir schenken Ihnen die Anschlussgebühr!

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

Taxis in Köln werden teurer

Köln. Die Verwaltung hat dem Stadtrat eine Beschlussvorlage zur Änderung der Rechtsverordnung über die Beförderungsentgelte für Taxis vorgelegt. Interessenvertretungen aus dem Kölner Taxigewerbe haben sich für die Änderung des Tarifs zum 1. Februar 2025 ausgesprochen und diese mit dezidiert Begründung beantragt. Der aktuelle Kölner Taxitarif vom 28. Juni 2022 ist seit September 2022 gültig. Nach eingehender Prüfung des erneuten Antrages durch die Verwaltung unter Beteiligung der Interessenverbände schlägt die Verwaltung dem Rat vor, den Tarif erneut moderat anzupassen sowie Festpreise innerhalb eines Tarifkorridors einzuführen:

Ab dem 1. Februar 2025 sollen demnach die Kilometerpreise von 2,60 Euro auf 2,80 Euro (bis sieben Kilometer) und von 2,20 Euro auf 2,40 Euro (ab dem siebten Kilometer) geändert werden. Unverändert soll die Gebühr für die verkehrs- und kundenbedingte Wartezeit (0,50 Euro je Minute) bleiben.

KVB-Linien 15, 16, 17 und 19 von Bauarbeiten betroffen

Köln. Die KVB arbeitet an ihrer Infrastruktur. Das bedeutet für Fahrgäste einmal mehr gravierende Auswirkungen. Dieses mal betroffen: die Kölner Südstadt und der Pendelverkehr in die Innenstadt. Vom 21. September bis zum 27. Oktober wird die Schieneninfrastruktur in der Südstadt erneuert. Dadurch beeinträchtigt sind insgesamt vier Linien. „Um diese umfangreichen Bauarbeiten vom Chlodwigplatz bis zum Rheinauhafen durchführen zu können, müssen die Stadtbahn-Linien 15 und 16 im genannten Zeitraum getrennt werden“, heißt es von der KVB. Dazu werden die Linien 17 (Süth bis Severinstraße) und 19 (Klettenbergpark bis Ebertplatz) während der Baumaßnahme komplett eingestellt. Wichtig für Fahrgäste allerdings: Die Linie 17 wird zwar eingestellt, allerdings auf dem kompletten Linienweg durch die (umgeleitete) Linie 16 bedient.

Kalter Krieg: „Lost Place“ in Lindenthal ist wie eine Zeitkapsel der 1980er



Ein Viertel aller städtischen Mitarbeiter scheidet in den nächsten Jahren aus

Kommt bald der Renten-Knall?

von NIKLAS BRÜHL

Der demografische Wandel macht auch vor der Stadt Köln nicht halt – und könnte den städtischen Ämtern in den kommenden Jahren Probleme bescheren. Die Stadt Köln hat ihren aktuellen Personalbericht, mit Stichtag 31. Dezember 2023, veröffentlicht. Aus einem Wust aus Daten und Zahlen lassen sich einige interessante Punkte herausfiltern. Vor allem: In den kommenden zehn Jahren scheidet rund ein Viertel aller Angestellten altersbedingt aus.

Köln. Aus dem aktuellen Jahresbericht geht hervor, dass bei der Stadt Köln 21.461 Angestellte in Lohn und Brot stehen – rund 100 weniger als im Jahr davor. 62 Prozent Frauen stehen 38 Prozent von männlichen Angestellten gegenüber. Das durchschnittliche Alter der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter liegt bei 45,3 Jahren, im Vorjahr wurde ein Durchschnittsalter von 44,9 Jahren angegeben. Besonders interessant wird es bei diesem Aspekt, wenn man sich die Prognosen für den Zeitraum der kommenden zehn Jahre mal etwas genauer anschaut.

In den kommenden Jahren werden laut Stadt 5041 Mitarbeitende altersbedingt ausscheiden, das sind rund 23 Prozent aller Angestellten. Bei den Führungskräften stellt sich die prozentuale Altersstruktur noch prekärer dar: Mit 593 prognostizierten Austritten bis 2033 fallen der Stadt bis dahin 31 Prozent, also fast ein Drittel, der Mitarbeitenden in Führungspositionen weg. Wie wollen die städtischen Ämter diesem Trend in den kommenden Jahren Herr werden? „In 2023 hat die Stadtverwaltung 1712 interne und 652 externe Ausschreibungen für

Stellen vorgenommen. Im Bereich der Personalgewinnung konnte ein erheblicher Anstieg der Bewerbungen von 10000 auf 14000 Bewerbungen in 2023 verzeichnet werden. Das bedeutet, dass die bisherigen Bemühungen im Aufbau einer Arbeitgebermarke und die Anstrengungen im Bereich Personalmarketing und Recruiting wirken“, heißt es im Personalbericht. Die Sichtbarkeit der Stadt Köln als moderne Arbeitgeberin steige verstärkt im Online-Bereich über die Karrierewebsite und Social Media, sowie auch in Veranstaltungen und ande-

ren Offline-Bereichen.

Und weiter: „Dieses Engagement ist dringend notwendig, um den Bedarf an neuen Talenten für die jährlich 600 Mitarbeitenden, die in den nächsten zehn Jahren die Stadtverwaltung verlassen, zu decken.“ Neue Talente? 267 Auszubildende und DualStudierende hat die Stadt im Jahr 2023 eingestellt, die vorgegebene Ausbildungsquote von sechs Prozent wurde somit sogar um 2,03 Prozentpunkte übertroffen. Und auch der Anteil der Angestellten mit anderen Staatsangehörigkeiten ist im vergangenen Jahr weiter ge-



stiegen – und zwar erstmals auf über acht Prozent. Stadtdirektorin Andrea Blome sagt: „Als eine der größten Arbeitgeberinnen der Region möchten wir nicht nur neue Mitarbeitende für uns begeistern, sondern auch langfristig an uns binden. Das gelingt uns durch eine gezielte Personalentwicklung, die individuelle Stärken fördert und Karrierechancen eröffnet.“

Familienanzeigen

Alles Getrennte findet sich wieder.
- Friedrich Hölderlin -

HANNA SPICHER
geb. Bartkowiak
* 16. Mai 1973 † 24. August 2024

Hermann-Josef und Kocham cię Noah
Ron, Sonja, Malte, Maja, Janka und Oliver
Rüdiger

Traueranschrift: Hermann-Josef Spicher, Don-Bosco-Straße 19, 51469 Bergisch Gladbach
Die Beisetzung hat im engsten Familien- und Freundeskreis in den „Gärten der Bestattung“
des Bestattungshauses Pütz ∞ Roth stattgefunden.



Wir helfen im Trauerfall

JOSEF MINRATH Bestattungen e.K.
seit 1876 im Familienbetrieb
Beratung und Ausführung in allen Stadtteilen
Bestattungsvorsorge zu Lebzeiten

Bonner Str. 268 - 50968 Köln (Bayenthal) - Tel.: 0221 - 38 54 12



Miethammer in bekanntester Hochhaus-Siedlung



Dagmar Heinen mit der Anzeige für die 3-Zimmer-Wohnung für 1390 Euro warm am Kölnberg.
Foto: Oliver Meyer

Die Abzocke vom Kölnberg

Der Kölnberg im Kölner Stadtteil Meschenich ist nicht unbedingt Kölns beste Adresse. Das Veedel macht immer wieder Schlagzeilen durch Rattenplagen, Vermüllung, Drogen- und Gewaltkriminalität sowie Prostitution. Kein Wunder, dass kaum jemand in der runtergekommenen Gegend wohnen möchte. Und ausgerechnet dort explodieren jetzt gerade die Mietpreise.

VON OLIVER MEYER

Meschenich. Die Siedlung besteht aus neun Hochhäusern mit bis zu 26 Etagen. Rund 4100 Menschen etwa aus Albanien, Kosovo, Montenegro, Serbien, Rumänien, Bulgarien, der Türkei, Slowenien und Litauen leben dort auf engstem Raum. Die sozialen Probleme

am Kölnberg sind unübersehbar und beschäftigen seit Jahrzehnten die Stadt. Jetzt haben tatsächlich (ausländische) Spekulanten das Veedel entdeckt – und Wohnungen spottbillig erworben. Für rund 45.000 Euro kauften die Spekulanten Wohnungen, die sie teuer vermieten. Dagmar Heinen wohnt schon seit 25 Jahren hier und ist entsetzt über die derzeitigen Mietpreise: „Im Kleinanzeigen-Portal werden 3-Zimmer-Wohnungen mit 83 Quadratmetern für 1390 Euro warm angeboten. Das ist totaler Irrsinn, wer kann das denn hier bitte bezahlen?“, fragt sie. Die Antwort: Die Stadt Köln oder das Jobcenter, je nach Zuständigkeit. Die Spekulanten wissen: Keine Miete ist so sicher wie die, die von diesen Ämtern bezahlt wird. Dabei

machen sich die Vermieter die Wohnungsnot zunutze. Vor allem Sozialwohnungen fehlen – also wird kräftig an der Preisschraube gedreht. „Sozialamt oder Jobcenter haben keine andere Wahl und müssen auch für den Kölnberg solche Mieten bezahlen“, bestätigt ein Sozialarbeiter.

Spekulanten treiben die Mieten in die Höhe

Dagmar Heinen wohnt im 11. Stockwerk und bezahlt für ihre 2-Zimmerwohnung 550 Euro warm. „Die drei Wohnungsgesellschaften am Kölnberg verlangen eine für das Veedel völlig normale Miete. Doch wenn das so weitergeht und die Spekulanten weitere Wohnungen kaufen, muss man da eingreifen. Es kann ja nicht sein, dass Steuergelder gierigen Speku-

lantent in den Rachen geworfen werden.“ Übrigens: Fünf Kilometer weiter bezahlt man im gepflegten Neubaugebiet in Brühl für eine 3-Zimmerwohnung mit 64 Quadratmetern 820 Euro warm. Doch dort können sich die sozialschwachen Menschen nicht um die Wohnung bewerben, weil meist ihre Schufa negativ ist und die Eigentümer nicht an Sozialfälle vermieten möchten. Die Stadt Köln erklärt dazu: „Im Rahmen des 12. Sozialgesetzbuchs übernimmt die Stadt Köln für Anspruchsberechtigte die Kosten der Unterkunft, sofern diese angemessen sind. Angemessen sind die Kosten, sofern sie eine bestimmte Obergrenze (Mietrichtwert) nicht überschreiten. Diese richtet sich nach der Anzahl der Personen, die in einer Wohnung leben.“

ANZEIGE

Die pflanzliche Innovation bei hartem Stuhl



Sie haben gelegentlich Probleme auf die Toilette zu gehen und wenn es doch mit dem Stuhlgang klappt, ist es schmerzhaft und langwierig? So können Sie gegensteuern!

Verstopfung zählt mittlerweile zu den häufigsten Verdauungsproblemen: Fast ein Fünftel aller Deutschen ist zumindest gelegentlich davon betroffen, Frauen sogar doppelt so häufig wie Männer.

Auf der Toilette geht dann oft gar nichts mehr. Und wenn doch, verursacht der harte Stuhl Schmerzen oder es bleibt das Gefühl einer nicht vollständigen Darmentleerung zurück. Auch Hämorrhoiden können die Folge sein. Ganz klar: Die Verstopfung muss weg! Doch wie geht das am besten? Und was ist überhaupt für den unangenehmen Streik im Darm verantwortlich? Wir haben nachgeforscht.

Ursachen kaum zu vermeiden

Die Ursachen für gelegentliche Verstopfung und harten Stuhl sind vielfältig und reichen von falscher Ernährung und Stress bis hin zur Einnahme bestimmter Medikamente und dem wiederholten Aufschub des Toilettengangs – etwa, weil es am Arbeitsplatz unangenehm ist. Bei Frauen kommen hormonelle

Schwankungen während des Zyklus oder in den Wechseljahren hinzu. Man sieht: Sämtliche Auslöser zu vermeiden ist praktisch unmöglich. Dennoch gibt es einiges, was wir selbst tun können, um gegenzusteuern. Dabei sollte die Verwendung von Abführmitteln immer die Ausnahme sein. Schließlich kann eine häufige Einnahme zu einem Gewöhnungseffekt führen.

Meistens lässt sich die Darmtätigkeit jedoch ohnehin mit einer deutlich sanfteren Methode wieder in Schwung bringen. Nämlich mit einer ausreichenden Ballaststoffzufuhr.

Wie funktionieren Ballaststoffe?

Anders, als der Name „Ballaststoffe“ vermuten lässt, sind sie keineswegs eine „Last“. Im Gegenteil: Bei ausreichender Zufuhr regen sie durch ihren Quellereffekt rasch die Darmbewegung an und sorgen gleichzeitig wieder für eine normale Stuhlkonsistenz. Für diesen Effekt ist eine Kombination mehrerer Ballaststoffe in sinnvoller Dosierung ausschlaggebend. Diese ergänzen sich nämlich gegenseitig in ihrer Wirkung.¹ Empfehlenswert sind etwa Äpfel, Pflaumen, Gerstengras, Flohsamen oder die Yaconwurzel.

Neu am Markt

Ein innovatives Produkt aus der Apotheke begeistert: Dr. Böhm® Darm aktiv – die erste pflanzliche Kombination der oben genannten Ballaststoffe plus wohltuendem Kümmel.

Das fruchtige Trinkpulver wird bei Bedarf einfach mit ca. 0,25 Liter Wasser aufgelöst und ein- bis zweimal täglich getrunken (am besten morgens und abends). Es sorgt durch die darin enthaltenen Flohsamen für eine Anregung der Darmtätigkeit sowie eine regelmäßige und angenehme Darmentleerung. Im Gegensatz zu vielen Abführmitteln bleiben bei dieser pflanzlichen Formulierung auch Gewöhnungseffekte aus.

¹ Christodoulides S et al. Systematic review with meta-analysis: effect of fibre supplementation on chronic idiopathic constipation in adults. Aliment Pharmacol Ther 2016; 44 (2): 103–16.

FRAGE an den Experten

Priv. Doz. Dr. Karl Philipp Mirak-Casmaño, Ärztlicher Leiter, Privatklinikum Hansa

Wie hängen harter Stuhl und Hämorrhoiden zusammen?

Was viele nicht wissen: Jeder Mensch hat Hämorrhoiden. Dabei handelt es sich um Blutgefäße rund um den Darmausgang. Harter Stuhl führt dazu, dass der Darm nur durch verstärktes Pressen entleert werden kann. Dadurch können sich die Hämorrhoiden vergrößern und zu Schmerzen oder Blutungen führen. Eine ballaststoffreiche Ernährung kann helfen, solchen Problemen vorzubeugen.

PRODUKT-TIPP bei hartem Stuhl

Dr. Böhm® Darm aktiv

NEU

Angenehm weicher Stuhl dank Flohsamen
Leichte und regelmäßige Darmentleerung
Schmeckt auch Kindern

Falls nicht vorrätig, bestellt Ihre Apotheke Dr. Böhm® Darm aktiv gerne für Sie.
PZN: 19251696 (6 Sachets)
PZN: 19105730 (20 Sachets)

Neuer Kampf um den Musical Dome

Köln. Die Sanierung der Kölner Oper am Offenbachplatz wird teurer und länger dauern als ursprünglich geplant. Das gab Oberbürgermeisterin Henriette Reker bekannt. Dadurch muss die Oper weiterhin das Staatenhaus in Deutz als Ausweichspielstätte nutzen – voraussichtlich bis Ende 2025, möglicherweise sogar darüber hinaus.

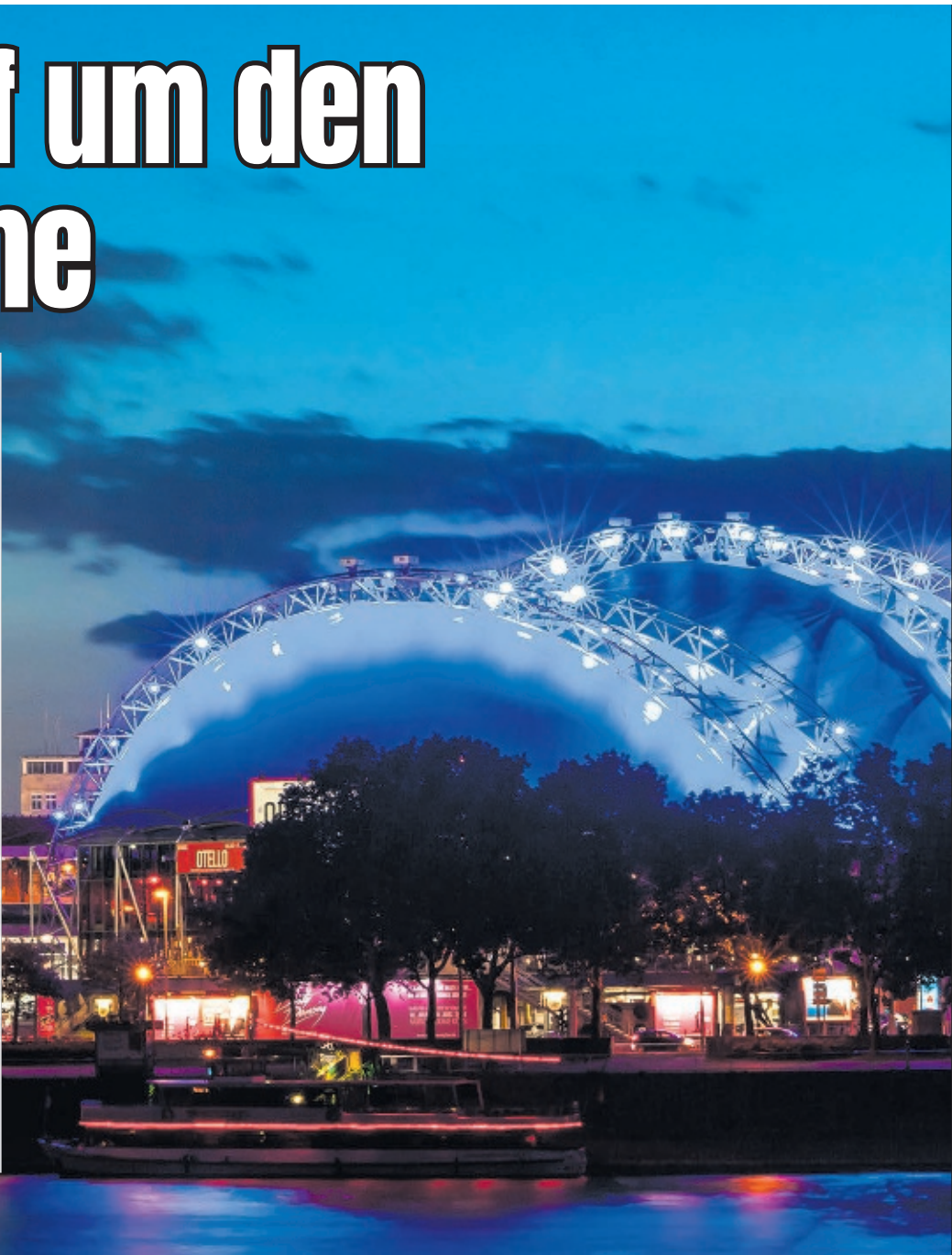
Das Staatenhaus war eigentlich als zukünftiger Standort für Musicals vorgesehen, da der Musical Dome am Rheinufer abgerissen werden soll. Der Stadtrat hatte den Mietvertrag für den Musical Dome bereits bis zum 28. Februar 2026 verlängert, um sicherzustellen, dass das Gelände fristgerecht der Bahn übergeben werden kann.

Dort soll eine Großbaustelle entstehen, um den Hauptbahnhof um ein zusätzliches S-Bahn-Gleis zu erweitern. Die erneute Verzögerung der Opernsanierung trifft den Betreiber des Musical Domes, ATG Entertainment Europa,

unerwartet. „Die Verlängerung des Opern-Interims im Staatenhaus hat uns überrascht“, erklärte Joachim Hilke, Vorstandsvorsitzender des Unternehmens.

Ursprünglich sei man davon ausgegangen, dass das Staatenhaus im April 2025 übergeben werde. Die erneute Verzögerung sei „auf vielen Ebenen ärgerlich“, so Hilke. Um den Musicalstandort Köln zu sichern, sei daher eine weitere Verlängerung des Musical Domes am Breslauer Platz dringend notwendig. Der Musical Dome feierte im November 2022 die Premiere des Stücks „Moulin Rouge“. Sollte es gelingen, den Betrieb des Musical Domes erneut zu verlängern, plant ATG Entertainment, die erfolgreiche Aufführungsserie fortzusetzen. Nun liegt es am Stadtrat, über eine weitere Verlängerung des Musical Domes zu entscheiden – erneut als provisorische Lösung.

Foto: dieterkowalski - stock.adobe.com



Brautvater darf nicht zur Trauung

Köln. Es gibt Termine, die man partout nicht verpassen möchte. Ein solcher Termin stand für Norbert R. aus Dortmund an: die Hochzeit seiner 30-jährigen Tochter in Köln. Doch er scheiterte mit seiner anderen, älteren Tochter und dem zweijährigen Sohn an den strengen Einlasskontrollen des Kölner Standesamtes. Der Brautvater ist außer sich und erhebt schwere Vorwürfe.

Vater, Tochter und Enkel machten sich vor einigen Tagen gegen 12.30 Uhr auf den Weg aus Dortmund Richtung Köln. Weil bei einem Unfall auf der Leverkusener Autobahnbrücke ein Mitarbeiter ums Leben kam und sechs weitere zum Teil lebensgefährlich verletzt wurden, musste die Autobahn 1 stundenlang gesperrt werden. Das führte zu mehr Stau als sonst auf der Strecke, weshalb sich die Reise aus dem Ruhrgebiet in die Länge zog. Drei statt der üblichen ein-einhalb Stunden hätte die Fahrt nach Köln laut Norbert R. gedauert.

Obwohl das Dortmunder Trio ursprünglich reichlich Puffer eingeplant hatte, standen sie nun gehörig unter Zeitdruck. In Köln angekommen, wurde das Auto in Mülheim geparkt. Mit dem Enkel unter dem Arm ging es zum Wiener Platz, um mit dem nächsten Bus zum Heumarkt zu fahren, von dort dann per Laufschrift zum Ziel, dem Historischen Rathaus.

Die Trauung seiner Tochter war für 15.45 Uhr angesetzt. Trotz widriger Umstände gelang es Norbert R. und seiner Tochter, nur fünf Minuten zu spät da zu sein. „Wir waren eigentlich ganz glücklich, dass wir es dann noch so schnell geschafft haben“, sagt der Dortmunder.

Das Sicherheitspersonal am Empfang des Historischen Rathauses machte der euphorischen Stimmung jedoch schnell ein Ende: „Sie sind zu spät, jetzt können wir Sie nicht mehr hereinlassen“, hätte einer von ihnen zu den Dortmundern gesagt.

Norbert R. und seine Tochter hielten das zunächst für einen schlechten Scherz. Die Sicherheitsleute erklärten allerdings, dass der Standesbeamte keine verspäteten Gäste erlaube, da die Zeremonie schon begonnen hat-

te. Mit Diskussionen oder dem mittlerweile laut weinenden Enkel kamen die Dortmunder nicht weiter. Das Personal blieb bei seiner Entscheidung – Norbert R. will sogar ihre Belehrung als unterschwellige Drohung verstanden haben. Demnach sei die Eheschließung ein „hoheitlicher Akt“, das Brautpaar werde vom Standesbeamten in dem Saal dabei „nur geduldet“, er könne „die Trauung jederzeit abbrechen“.

Norbert R. verpasste also die Trauung seiner jüngsten Tochter. Das ärgert ihn, vor allem aber habe ihn der Umgang gestört: „Ich werde sicher nicht vergessen, dass in Köln noch beamtete Selbstherrlichkeit anzutreffen ist, wie ich sie persönlich aus den Sechzigerjahren des letzten Jahrhunderts kenne.“ Inzwischen habe sich die stellvertretende Standesamtsleiterin bei dem Brautpaar für den Vorfall entschuldigt, wie die Stadt dem „Kölner Stadt-Anzeiger“ auf Nachfrage mitteilte.

Beim Einlass sei man so streng, da es der Anspruch aller Standesbeamten sei, für einen „angenehmen Empfang in den Trauräumen“ zu sorgen und „Eheschließungen in einem würdigen und feierlichen Rahmen durchzuführen“. Störungen durch Nachzügler zu vermeiden, gehöre dazu.



Im historischen Rathaus geben sich viele Paare das Jawort. Foto: bilderstockchen - stock.adobe.com

Stelen ehren eine kölsche Karnevals-Ikone

Köln. Wer aktuell am Rudolfplatz auf eine Bahn der KVB wartet oder an den Wallarkaden vorbeiläuft, könnte auf einer kleinen Grünfläche schon auf die fünf neuen, dezenten Stelen aufmerksam geworden sein. Sie bestehen aus Corten-Stahl und zeigen unter anderem QR-Codes, mit denen man zu drei verschiedenen Liedern gelangt. Die Stelen sind eine Ehrung einer kölschen Ikone – und es soll nicht nur bei dieser Widmung bleiben.

Marie-Luise Nikuta starb im Jahr 2020 im Alter von 81 Jahren ausgerechnet am Veilchendienstag. Die kölsche Frohnatur, die als Motto-Queen bekannt war, war eine beliebte und geachtete Größe im Karneval und in der gesamten Stadtgesellschaft.

Scannt man die QR-Codes auf den Stelen, die außerdem mit Fotos der gebürtigen Nippeserin versehen sind, gelangt man zu ihren drei Liedern „Levve un levve losse“, „Drei Grosche für Ihs“ und dem „Straßenbahn-Song“.

Hinter der Ehrung für die Kölnerin steckt der „Freundes- und Förderkreis Marie-Luise Nikuta“, der für die Grünfläche am Rudolfplatz am Anfang des Jahres 2024 die Patenschaft übernahm. Zunächst wurde die Fläche von den Mitgliedern bepflanzt, Anfang August folgte dann die Aufstellung der Stelen.



„Es ist uns ein Herzensanliegen, an das Leben und Wirken der im Jahr 2020 verstorbenen Kölnerin Marie-Luise Nikuta zu erinnern. Ein Aspekt unseres satzungsgemäßen Vereinszweckes ist die Schaffung eines öffentlichen Erinnerungsraums“, heißt es vonseiten des Förderkreises. Die Grünfläche am Rudolfplatz sei aufgrund der zentralen Lage dafür der ideale Ort. Die direkte Nähe zum Hahnenort, dem Sitz der EhrenGarde, bildet die Verbindung zum Karneval. Denkbar ist in Zukunft auch eine Ehrung der kölschen Ikone durch ein Denkmal zusammen mit der Umbenennung eines Platzes.

(nb.)
Foto: Niklas Brühl

Ihre Anzeigen auch online!

Der Kölner Marktmarkt
Kleinanzeigenmarkt
theinland.de

Die gute Wohngebäude-Versicherung

Jetzt vergleichen im QR-Schnellrechner. Sofort fair und preiswert versichern.

ACTIV Manuwa
Versicherungsmaklerin

Sürther Hauptstr. 142
50999 Köln Sürth
Tel. 02236-321790

Holzpellets zum Herbstpreis

Echte Heimatwärme

ÖKO-TEST
sehr gut

Herbstaktion bis 31.10.2024

Wir verlosen:
1 x Eine Übernachtung für 2 Personen im Bubble Hotel im Schwarzwald und viele weitere Gutscheine

Jetzt einlagern und gewinnen:
0800 9645927
wohlundwarm.de/nordeifel

Abholung im Lagerverkauf:
nur nach telefonischer Vereinbarung

wohl und warm
Heimwärme – Pelletwärme

www.kultcrossing.de

jugendkultur

motiviert LERNEN, kreativ ARBEITEN, kulturelle vielfalt ERLEBEN!

- Workshops mit Künstlern und Professionals
- Kultur-Abonnements für Schülergruppen
- spannende Unterrichtsreihen, z.B. zur Förderung der Medienkompetenz

Design: www.ligatur.net

WERKSVERKAUF

SCHINKENKRAKAUER

mit feinen Kräutern und leichter Knoblauchnote
4 Stück à 120 g pro Packung (kg = 8,08 €) Packung nur **3,88 €**

KÖLSCHE GRILLER

leckere Bratwurst mit grober Apfel- und Blutwurst-Füllung
4 Stück à 100 g pro Packung (kg = 8,33 €) Packung nur **3,33 €**

JÜPPCHENS MINIFRIKADELLE

unsere leckeren Jüppchen Frikadellchen nach Traditionsrezept
5 Stück à 50 g pro Packung (kg = 7,96 €) Packung nur **1,99 €**

REMYS SENF

unser herzhaft selbstgemachter Senf in der 260-ml-Squeeze flasche (kg = 5,73 €) Flasche nur **1,49 €**

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

WIR SUCHEN DICH – alle Infos auf unserer Homepage unter www.hardy-remagen.com

SO LANGE DER VORRAT REICHT GÜLTIG VOM 16.09.-21.09.2024

GLAS & SOLUTIONS KÖLN

- Verglasungen aller Art
- Ganzglaskonstruktionen
- Innenausstattungen
- Spiegel nach Maß
- Glas-Dächer
- Glas-Duschen
- Glas-Geländer
- Reparatur und Service

Glas & Solutions Köln e.K.
Otto-Hahn-Str. 21 • 50997 Köln-Godorf

Tel.: 02236-4 90 91 50 u. 0221-86 16 86
www.glas-solutions.com

Kalter Krieg: „Lost Place“ auf der Berrenrather Straße ist wie eine Zeitkapsel der 1980er



ANZEIGE

Positive Auswirkungen auf das Demenzrisiko untersucht.

Neue Studie: Gutes Hörvermögen unterstützt die geistige Fitness.

Wussten Sie, dass gutes Hören mit einem geringeren Demenzrisiko verbunden ist?¹ Neueste Studien zeigen, dass bei älteren Erwachsenen eine Verbesserung des Hörvermögens einen positiven Einfluss auf die geistige Fitness haben kann.^{2,3}



Dr. Maren Stropahl, promovierte Neurowissenschaftlerin und Leitung der Audiologie bei GEERS

„Viele Menschen unterschätzen die Auswirkungen eines Hörverlusts und halten ihn für ein reines Problem des Gehörs“, erklärt Dr. Maren Stropahl, promovierte Neurowissenschaftlerin und Leitung der Audiologie bei GEERS. Doch die Anstrengung, unvollständige Informationen zu verarbeiten, kann das Gehirn ermüden und stressen.⁴ So fand eine Studie aus Dänemark heraus, dass Menschen mit unbehandeltem Hörverlust ein erhöhtes Demenzrisiko haben.¹

Hörgeräte können helfen.

Hörgeräte können bei frühzeitiger Anwendung den Hörverlust ausgleichen und somit die geistige Belastung reduzieren. Sie ermöglichen es dem Gehirn, Klänge und Gespräche besser zu verarbeiten, was die geistige Fitness unterstützen kann.^{2,3}

Hörvermögen regelmäßig testen.

In diesem Zusammenhang möchten wir von GEERS Sie einladen, Ihr Hörvermögen testen zu lassen. Der Test ist kostenlos und unverbindlich, dauert nur 15 Minuten und erfordert keine Überweisung des Hausarztes. Im Rahmen einer bundesweiten Aktion zur Vorsorge bietet GEERS diesen Test auch in Köln ohne vorherige Terminvereinbarung an. Nutzen Sie die Gelegenheit, um Ihre geistige Fitness zu unterstützen!

Weitere Informationen erhalten Sie online auf geers.de/koeln oder telefonisch über unsere gebührenfreie Service-Hotline 0800 724 000 222.

Kommen Sie zum Gratis-Hörtest!

Jetzt einlösen bei:

1. Neusser Straße 212, 50733 Köln
2. Dellbrücker Hauptstraße 116, 51069 Köln
3. Aachener Straße 531, 50933 Köln-Braunsfeld
4. Gotenring 9, 50679 Köln-Deutz
5. Venloer Straße 389, 50825 Köln-Ehrenfeld
6. Zülpicher Straße 346, 50937 Köln-Lindenthal
7. Rambouxstraße 327, 50737 Köln-Longerich
8. Bahnhofstraße 19, 51143 Köln-Porz
9. Breiter Wall 2–4, 50769 Köln-Worringen
10. Neumarkt 31, 50667 Köln-Zentrum
11. Heumarkt 43, 50667 Köln-Zentrum
12. Vorgebirgstraße 116, 50969 Köln-Zollstock

Einfach Coupon ausschneiden und im Fachgeschäft vorzeigen.



Code für Filiale



GEERS

Diese GEERS Fachgeschäfte werden betrieben von der Sonova Retail Deutschland GmbH, Otto-Hahn-Straße 35, 44227 Dortmund

¹ Cantuaria, et al. (2024). Hearing loss, hearing aid use, and risk of dementia in older adults. JAMA Otolaryngology–Head & Neck Surgery, 150(2), 157–164. ² Sarant et al. (2024). ENHANCE: a comparative prospective longitudinal study of cognitive outcomes after 3 years of hearing aid use in older adults. Frontiers in Aging Neuroscience, 15, 1302185. <https://audiologyblog.phonakpro.com/results-of-the-enhance-study-after-3-years-of-hearing-aid-use/> ³ Lin, et al. (2023). Hearing intervention versus health education control to reduce cognitive decline in older adults with hearing loss in the USA (ACHIEVE): a multicentre, randomised controlled trial. The Lancet, 402(10404), 786–797. <https://www.achievestudy.org/> ⁴ World Health Organization. (2021). World report on hearing. Geneva: World Health Organization. Retrieved March 8th, 2021. <https://www.who.int/publications/i/item/world-report-on-hearing>

An einem Tag im Jahr 1983: Niemand bekommt mit, was sich unterhalb einer städtischen Realschule in Lindenthal unweit des Geißbockheims abspielt. In dem 33 Räume umfassenden, ausgebauten Keller-Komplex des Gebäudes an der Berrenrather Straße 488 wird im Rahmen einer geheimen Nato-Übung namens „Winter-Cimex“ der Ernstfall geprobt. Der Bunker ist der Ausweichsitz für die Kölner Verwaltungsspitze im Katastrophenschutz. In dieser Übung geht es um einen angenommenen Kriegsausbruch. Das Szenario: Ein Luftangriff auf Chorweiler.

VON AYHAN DEMIRCI

Köln. Über eine unscheinbare Treppe gelangt man hinter in die von 60 Zentimeter dickem Stahlbeton, Stahltüren und Schleusen gesicherte „Verwaltungsbefehlsstelle“. Die Kommandozentrale ist ein aus

den 1960er Jahren stammendes Relikt des Kaltes Krieges - mit original erhaltenem Inventar.

2010 enthüllte EXPRESS die Existenz des „vergessenen Bunkers“, so die Überschrift damals. Bei Planungen für einen Schulerweiterungsbau war der 700 Quadratmeter große Keller aus dem Jahr 1965 entdeckt worden. Auch heute sind die Telefonzentrale, die Fernschreiberanlage oder der Schlafsaal des Bunkers noch erhalten und begehbar.

Kurios: Eine Sport-Seite des EXPRESS aus dem Jahr 1987 über das anstehende Spitzenspiel des 1. FC Köln gegen Werder Bremen war das jüngste Zeitdokument, das von Mitarbeitern der Stadt dort gefunden wurde.

Ob die unterirdische Kölner Zeitkapsel noch weitere Jahre oder gar Jahrzehnte überdauert, ist fraglich. Robert Schwienbacher, Leiter der Dokumentationsstätte Kalter Krieg (DOKK) zum EXPRESS: „Das Grundstück soll verkauft

werden. Und ob ein privater Investor an einem Fortbestand der Anlage Interesse hätte, ist fraglich.“

In dem Gebäude befindet sich mittlerweile einer von zwei Standorten der Gesamtschule Lindenthal - geplant ist jedoch, die beiden Standorte am Alten Militärring zusammenzulegen. Die Nutzung an der Berrenrather Straße wäre dann offen. Schwienbacher plädiert in jedem Fall für einen Erhalt des Bunkers, er sei „ein wichtiges Kapitel Kölner Stadtgeschichte“.

„Geschichte hautnah zum Anfassen“, nennt Schwienbacher den stummen Zeitzeugen des Ost-West-Konflikts zwischen der Nato und dem Warschauer Pakt, der die Welt über Jahrzehnte in Atem hielt. Die Verwaltungsbefehlsstelle an der Berrenrather Straße sollte der Ort sein, an dem die Kölner Verwaltungsspitze im Falle einer Katastrophe, etwa hervorgerufen durch einen möglicherweise mit Atomwaf-

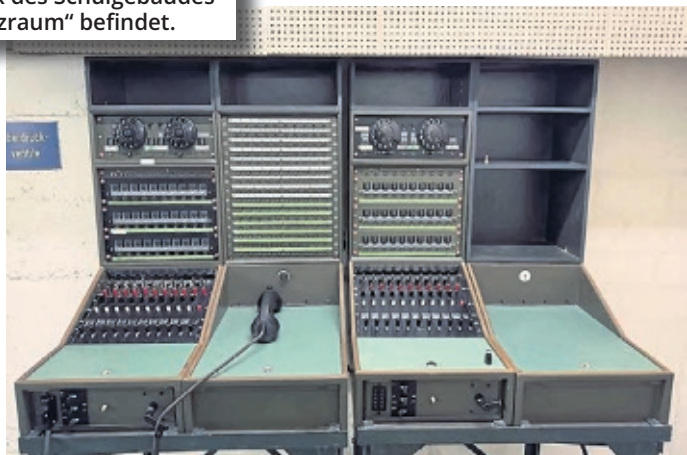
fen geführten Krieg, verschiedene städtische Ämter hätte leiten sollen.

Sowjetische Spione saßen gleich gegenüber

Die Bedrohung durch Russland hat mit dem Ukraine-Krieg eine neue, besorgniserregende Aktualität bekommen. Um so spannender ist ein Nebenasspekt der Geschichte um das verborgene Hauptquartier. Schwienbacher erzählt: „Ab 1974, also etwa zehn Jahre nach Baubeginn der Verwaltungsbefehlsstelle, wurde unmittelbar gegenüber der Schule die sowjetische Handelsmission errichtet. In den wenig schmuckvollen Immobilien, die bis heute der russischen Föderation gehören, saßen bis zur Aufgabe des Schutzraums sowjetische Agenten, die unter anderem mit Abhöraufgaben betraut waren. Auch soll dieser Ort Drehscheibe für Wirtschaftsspionage rund um sanktionierte westliche Hochtechnologieüter gewesen sein.“



Von außen lässt sich nicht erahnen, dass sich im Keller-Komplex des Schulgebäudes der „Kalte Krieg-Schutzraum“ befindet.



Lesen Sie am Sonntag



schnell. schneller.



Lesen Sie unsere Inhalte auch auf

Rheinische Anzeigenblätter.de

Su säht mer en Kölle

Wat es ne Büggel?



Ne Büggel ess op Huhdüttsch ein Beutel. Su ka'mer ne Büggel jeld hann wat mer einem uss dem Büggel trecke kann (sich bereichern kann). Et jitt der Klingelbüggel en der Kirch, en dä mer jet erenschmieße soll. Minge Besteva (Großvater) hatt ne Tubacksbüggel (Tabakbeutel). Die jitt et hück och

widder. Mer kenne ävver och Kniesbüggel (Geizhalse). „Dat ess ne ahle Kniesbüggel, vun däm kanns de nix erve.“ E nem kölsche Wohrwoot (Sprichwort) heiß et: „Ahle Büggel, ahle Baat, hann de Mama bang jemaat!“ Met nem ahle Büggel ess ne fiese Käl jemeint.

Katharina Petzoldt



Uns gibt es auch im Internet: www.express-die-woche.de



PARKETTSONNTAG SCHAUTAG am 15. September

Von 13 bis 17 Uhr in allen unseren Parketthäusern

Parkett Dietrich®

VERLEGEHANDWERK SEIT 1918

www.parkett-dietrich.de • Sonntags keine Beratung und kein Verkauf

Sprinter und Rollstuhlbasketballer aus der Domstadt erfolgreich

Drei Mal Edelmetall für kölsche Parathleten

Die Paralympischen Spiele von Paris sind am vergangenen Wochenende zu Ende gegangen. Die Athleten aus Köln konnten dabei durch- aus überzeugen, drei von ihnen sind sogar mit einer Medaille in die Domstadt zurück gekehrt.

VON ALEXANDER BÜGE

Köln. Für das erste Edelmetall aus Kölner Sicht sorgte Sprinter Felix Streng, durch einen 10,77 Sekunden schnellen Lauf über die 100-Meter-Distanz in der Startklasse T64. Dieser bescherte Streng die Bronzemedaille. Doch nicht nur das: Der 29-Jährige bestätigte seine Topform auch über

die 200-Meter-Distanz, bei der er nach 21,86 Sekunden als Zweitschnellster ins Ziel kam. Sein Jubel über den Gewinn der Silbermedaille wurde allerdings nach nur einigen Minuten jäh unterbrochen. Denn Streng hatte die Linie seiner Laufbahn während des Finales einige Male um Fingersbreite übertreten. Die bittere Folge: Die Disqualifikation, die Silbermedaille war somit futsch.

Über diese konnte sich allerdings Strengs Sprint-Kollege Johannes Floors freuen. Schließlich zeigte der 29-Jährige über die 400-Meter-Distanz in der Startklasse T62 eine starke Leistung, durch die er letztlich nach 46,90 Sekunden als Zweiter ins Ziel kam.

Für die größte Überraschung aus Kölner Sicht sorgte allerdings Thomas Reier mit der deutschen Rollstuhlbasketball-Nationalmannschaft. Zwar war diese nach einem starken Auftritt beim Nations Cup mit viel Selbstbewusstsein ins paralympische Turnier gestartet, doch nach zwei verlorenen Vorrundenspielen ging sie nicht als Favorit in die K.o.-Runde. Dennoch setzten sich die Deutschen im Viertelfinale überraschend mit 57:49 gegen Spanien und nach dem verlorenen Halbfinale (43:71 gegen Großbritannien) beim Spiel um Platz drei dann überzeugend mit 75:62 gegen Kanada durch. Der Bronze-Coup der deutschen Rollstuhl-Basketballer war damit perfekt.

Für Reier ein enorm emotionales Erlebnis. „Alleine dabei gewesen zu sein, ist schon ein unbeschreibliches Gefühl. Dann mit dem Team auch noch eine Medaille zu gewinnen, ist der Wahnsinn“, sagt der Bronzemedallengewinner im Gespräch mit Express – Die Woche. „Zunächst konnten wir es gar nicht fassen. So langsam realisieren wir erst, was wir da geschafft haben.“

Tatsächlich hat die deutsche Rollstuhlbasketball-Nationalmannschaft der Männer überhaupt erst ein Mal Edelmetall bei den Paralympischen Spielen geholt, als vor 32 Jahren der Silbermedallengewinn gelang. Entsprechend froh ist Reier über die Leistung des Teams.

Mehr noch: Wie viele Parathleten ist Reier glücklich, dass Sportler mit Behinderung zuletzt mehr Aufmerksamkeit erlangen konnten. „Die Paralympischen Spiele haben wirklich viele Menschen verfolgt, was uns unheimlich freut. Denn wir hoffen, dass dadurch der Stellenwert des Sports für Menschen mit Behinderung wächst und sich mehr Menschen mit Handicap selbst dafür entscheiden, aktiv zu werden“, sagt Reier. „Auch deshalb hoffe ich, dass es uns gelungen ist, zu zeigen, dass unser Sport cool ist und es Spaß macht, dabei zuzuschauen.“

Gleichzeitig will sich Reier nicht auf dem größten Erfolg seiner Karriere ausruhen. „Die Medaille wird bei mir zu Hause einen ganz besonderen Platz bekommen. Immer, wenn ich sie sehe, werde ich wohl an diese unvergessliche Zeit zurückdenken. Doch ich möchte mich weiter verbessern und mit unserem Team auch in Zukunft große Erfolge feiern“, blickt Reier voraus. An die Leistungen der beiden Finalisten Großbritannien und USA mittelfristig heranzukommen, sei zwar schwer, durchaus aber ein Ziel der ambitionierten deutschen Rollstuhlbasketball-Nationalmannschaft. „Wir genießen den Erfolg. Gleichzeitig geht es darum, in die Zukunft zu schauen und zu sehen, wo wir uns verbessern können“, sagt Reier. „Denn wir wollen in Zukunft auf dem Level der Amerikaner und Engländer mithalten können. Wir können es kaum abwarten, bei den nächsten großen Turnieren anzutreten und dann vielleicht sogar Silber oder Gold zu holen.“

Dadurch könnte Reier mit seiner Mannschaft erneut Geschichte schreiben und einmal mehr viele Menschen für seine Sportart begeistern. Ein Ziel, für das er in den nächsten Monaten und Jahren gerne weiter unnachgiebig trainiert.



Fitnesskurse im Freien erfreuen sich großer Beliebtheit.
Foto: Weiser

Neue Fitness-Regel im Freien?

VON ALEXANDER BÜGE

Köln. Fitness-Kurse im Freien sind bei vielen Kölnern enorm beliebt. Doch die Stadt lässt diese auf ihren Grünflächen nicht zu, wie Express – Die Woche berichtete. Der Grund für das Verbot: Die Stadtverwaltung argumentiert, dass Kölner Parks und Grünflächen laut Stadtordnung für Naherholung und Freizeitgestaltung genutzt werden sollen. Durch Kurse von kommerziellen Anbietern würden diese hingegen überlastet. Würde man Sondernutzungsrechte erteilen, könnten weitere Anbieter Ansprüche geltend machen. Dadurch könne es letztlich zu einer Überfüllung der Grünflächen in Köln kommen. Bei Nichtbeachten droht ein Bußgeld.

Eine Regelung, die nicht nur bei Anbietern und Freizeitsportlern, sondern auch beim Stadtsportbundchef Peter Pfeifer für Kopfschütteln sorgt. „Die oberste Prämisse muss es sein, dass die Leute Sport machen und auch dabei bleiben – was im Sinne der Stadt sein

sollte. Denn die meisten Menschen tun dadurch etwas für ihre Gesundheit, was wiederum dafür sorgt, dass die Krankenkassen weniger stark belastet werden. In der Regel sind die Menschen halt länger gesund, je länger sie Sport treiben“, sagt Pfeifer und ergänzt: „Ich bin guter Hoffnung, dass die Politik in Köln im Sinne des Sports eine gute Lösung finden kann.“

Tatsächlich haben SPD und FDP dafür nun eine Änderung der Stadtordnung beantragt, die bei der nächsten Sitzung des Ausschusses für Allgemeine Verwaltung und Rechtsfragen / Vergabe / Internationales am kommenden Montag thematisiert wird. „Mit der geplanten Änderung an der Stadtordnung möchten wir klare Regeln schaffen, die es den Bürgerinnen und Bürgern ermöglichen, städtische Grünflächen ohne bürokratische Hürden für sportliche Aktivitäten zu nutzen“, sagt Volker Görzel, stellvertretender Vorsitzender der FDP-Fraktion. „Wir hoffen, dass Grüne, CDU und Volt unserer Initiative zustimmen werden.“



Die Dauer-Sanierung der Oper verzögert sich erneut.
Foto: Martina Goyert

Aktuelle Stunde zum Oper-Desaster

Köln. In der nächsten Sitzung des Betriebsausschusses Bühnen der Stadt Köln wird es am 17. September eine Aktuelle Stunde zu den erneuten Verzögerungen bei der Opersanierung geben. Das hat das Ratsbündnis aus Grünen, CDU und Volt gemeinsam mit den Fraktionen von SPD, FDP und Die Linke jüngst beantragt.

Die Sanierung der Oper am Offenbachplatz verspätet sich erneut um mindestens ein weiteres Jahr. Daraus folgt, dass auch die Spielzeit 2025/26 in den Interimsspielstätten stattfindet. Das

teilte die Stadtverwaltung am 29. August auf einer Pressekonferenz mit. Die bisherigen Baukosten erhöhen sich laut Verwaltung von 730 Millionen Euro auf 798 Millionen Euro. Hinzu kommen noch 371 Millionen für Kredite. Ursprünglich war die Sanierung mit gut 250 Millionen Euro geplant worden. Brigitta von Bülow, Kulturpolitische Sprecherin der Grünen im Kölner Rat, sagt dazu: „Auch mit etwas Abstand sind die Nachrichten von letzter Woche nur schwer verdaulich: Die Oper wird wieder nicht wie geplant fertig, die Kosten steigen

wieder drastisch an, die Bühnen müssen wieder mindestens eine Spielzeit länger im Interim bleiben und die Menschen dieser Stadt warten weiter auf die Eröffnung. Damit wir Ende 2025 nicht erneut an der gleichen Stelle stehen, brauchen wir jetzt eine Bestandsaufnahme. Wir müssen klären, wo die strukturellen und baulichen Ursachen liegen, die zu den bisherigen Verzögerungen geführt haben. Aus allem, was schiefgelaufen ist, müssen die richtigen Schlüsse gezogen werden, damit es ab jetzt besser läuft.“

Lebensversicherungen – BGH-Urteil Geldregen für Versicherte!

ANZEIGE

Wenn Sie eine Kapitallebens- oder Rentenversicherung zwischen 1994 und 2007 abgeschlossen haben, dann sollten Sie diesen Beitrag jetzt aufmerksam lesen – denn es geht um viel Geld!

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

Auf Grund mangelhafter Widerrufsbelehrungen in den Vertragstexten sind viele Versiche-

rungsverträge auch heute noch anfechtbar. Man nennt dies „ewiges Widerrufsrecht“. Bei einem Widerruf erhalten Sie – anders als bei der Kündigung – alle eingezahlten Beiträge ohne Abzug von Maklerprovisionen und Verwaltungskosten zurück. Und nicht nur das: die Versicherung muss Sie auch an dem mit Ihrem Geld erzielten Anlagegewinn beteiligen. So können Sie bis zu 150% der eingezahlten Beiträge zurückholen. Ein sattes Plus auf Ihrem Konto winkt!



Es geht um viel Geld
Foto: fotomek/stock.adobe.com

Ob Ihr Vertrag betroffen ist, prüft zum Beispiel das Düsseldorf

Verbraucherportal helpcheck.de gratis und unverbindlich für Sie. Die Prüfung erfolgt auf Basis hunderter Urteile datenbankgestützt und individuell durch spezialisierte Anwälte. Sie werden nach Vertragsprüfung beraten und können das Unternehmen, sofern Sie wünschen, auf Erfolgsbasis mit der Durchsetzung Ihres Anspruchs beauftragen.

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

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

LETZTE CHANCE

GROSSER MARKEN

Sonderverkauf im Zelt

IN KÖLN-MARSDORF – LAGERWARE & POSTENWARE NUR SOLANGE VORRAT REICHT



++ TOP-MARKEN RADIKAL REDUZIERT +++ BIS ZU 80 % REDUZIERT ++

POLSTERGARNITUR 3-2 3-Sitzer, Rücken Spannstoff und 2-Sitzer mit bequemer Federkernpolsterung, Bezug Stoff grau. 990.- RÄUMUNGSPREIS	ECKSOFA ca. 277 x 179 cm, in Trendstoff Cord grau, inklusive motorischem Sitzvorzug. 1190.- RÄUMUNGSPREIS	TRAPEZSOFA mit Sitztiefeverstellung, ca. 336 x 113 cm, in Dickleder Amore hellbraun. 1590.- RÄUMUNGSPREIS
BOXSPRINGBETT ca. 180 x 200 cm, mit gesteppten Kopfteil und XXL Stauraum! Matratze mit Federkern. In Trendstoff Cord petrol. 1390.- RÄUMUNGSPREIS	LEDER-RELAXSESSEL in feinstem Leder schwarz, inklusive 3-motor. Relaxfunktion, Herz-Waage-Funktion, Akku und Home-Button. 1490.- RÄUMUNGSPREIS	DESIGN-STUHL mit Drehgestell & Rückholfunktion oder Metallfuß wählbar. 175.- RÄUMUNGSPREIS

15x
IN DEUTSCHLAND

KÖLN-MARSDORF Dürener Str. 409 | 50858 Köln-Marsdorf Tel.: 02234 / 187 20
Montag - Freitag 10.00 - 19.00 Uhr | Samstag 10.00 - 18.00 Uhr | troesser.de

Nicht kombinierbar mit anderen Aktionen. Alle Preise in Euro, ohne Deko. Alle Maße sind Ca.-Angaben. Modell- und Farbabweichungen, Irrtümer und Liefermöglichkeiten vorbehalten. Für Druckfehler keine Haftung. Zwischenverkauf vorbehalten.

TRÖSSER
Der Polstermöbel-Spezialist.
Ull-Polster Verwertung GmbH & Treiser Co KG, Hagelkreuzstr. 132, 46149 Overath

Reisemarkt

Reise und Erholung

Airporttransfer Supergut & Supergünstig
02234-4306380



21.10. - 24.10.24	4 T. Sylt & Föhr für Singles, HP	ab € 449,-
04.11. - 08.11.24	5 T. Danzig - Ostseegeflüster, HP	ab € 529,-
05.11. - 09.11.24	5 T. Spessart - Preisknüller, HP	ab € 499,-
06.11. - 10.11.24	5 T. Rügen – Binz, Preisknüller, HP	ab € 449,-
07.11. - 11.11.24	5 T. Schottland, HP	ab € 509,-
15.11. - 17.11.24	3 T. Saisonabschluss 2024, HP	ab € 329,-
21.11. - 24.11.24	4 T. Stettin, HP	ab € 499,-
28.11. - 01.12.24	4 T. Altmühltal - Weihnachtszauber, HP	ab € 499,-
28.11. - 01.12.24	4 T. Schwarzwald - Tradition & Charme, HP	ab € 322,-

Zentrale Wiesel 0 22 61 - 81 75 10
Bergisch Gladbach 0 22 02 - 32 92 9
Köln 0 22 1 - 60 60 38 38



www.Benninghoff-Reisen.de

Stellenmarkt

Arbeitsangebote

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

An Garten und Hausnektische interessiert? Ca. 8 Stunden die Woche. ☎ 0151-57949396

Austräger/Zeitungszusteller (m/w/d) für den Express die Woche gesucht. Verteilung 1x wöchentlich am Wochenende (Fr./Sa.), jeder ab 13 Jahren kann für uns tätig werden! Einfach bewerben unter 02203-188399 oder im Internet auf www.zusteller-jobs.net

Haushaltshilfe, deutschsprachig für 2 Personen-Haushalt, Köln-Rodenkirchen gesucht. Die Tätigkeit umfasst alle üblichen Hausarbeiten, mind. 25 Std. die Woche. Bei Interesse: ☎ 0151-57949396

Hausmeistersteam sucht Verstärkung für Treppenhausreinigung, Büoreinigung, Führerschein Voraussetzung. in fo@schneider-dienstleistungen.eu ☎ 0177-8658556

Hausmeistersteam sucht Verstärkung zur Pflege von Außenanlagen Helfer (Gärtner), Führerschein Voraussetzung, in fo@schneider-dienstleistungen.eu, ☎ 0177-8658556

Putzhilfe 1 x wöchentlich 3 Stunden in Porz gesucht. 0151-61934990

Spüler/Küchenhelfer/innen (m/w/d). Wir suchen kurzfristig für unsere Spülküche in Köln-Poll in Teilzeit od. Minijob Spüler/innen. Arbeitszeit Montag bis Freitag 11-15 Uhr. Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung an ABAKUS GmbH, ☎ 0176-30121718 oder info@abakus-koeln.com

Unternehmen aus Köln-Vingst sucht Aushilfe auf Teilzeitbasis für die Verklebung von Elektrobauteilen, flexible Arbeitszeit. Elektrovorkenntnisse erforderlich, mail an: grunau@jungblut.de oder 0173-2359230

Wir suchen ab sofort **Reinigungskräfte** (m/w/d) in Teilzeit oder auf 538,00 € Basis. Hotel am Freischütz, Zunftweg 1, 50354 Hürth. Melden bitte unter ☎ 02233-932330 oder per Mail: m.may@hotel-am-freischuetz.de

Stellengesuche

Frau sucht Putzstelle. ☎ 01521-6870635

Arbeitsgesuche

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

Erfahrene Frau sucht Putz-/Bügelstelle ☎ 0151-53237366

Fensterputzer hat noch Termine frei, biete 1A Dienstleistung zu Top-Preisen ☎ 0221-71597450

Fensterputzer sucht Arbeit ☎ 0178-3036368

Gärtner macht alles rund ums Haus. ☎ 0152-18660949

Handwerker, zuverlässig, Innenverputz, Trockenbau, Elektrik, Fliesen, Tapezieren, Streichen. ☎ 0157-53841909

Malerei gesucht, günstig? Jetzt anrufen! Asim 0162-6543331

Malerei, Bodenleger, Putzer, sehr zuverlässig, sauber, günstig, ☎ 0160-95506055

Suche Arbeit als Seniorenbetreuung. ☎ 0176-22022848

Suche eine Stelle als Altenpflegerin und Haushaltsführung in Köln, entweder 24 Stunden oder ganztägig. Referenzen und Auto sind vorhanden. ☎ 0173-6945421

Übernahme Gartenarbeit mit Entsorgung, aller Art. ☎ 0163-6776841

Zuverlässige Frau sucht Putzstelle. ☎ 0176-72815768

Zuverlässige Putzhilfe sucht Stelle für Privathaushalte und Büros ☎ 0177-9703472

Stellenmarkt

Stellenangebote

Abfallbetrieb KONNEX sucht ab dem 07.10.2024 Mülllader, Anlagenarbeiter, Behälterservice, Kraftfahrer Kl. 2, Kfz-Mechatroniker für Nutzfahrzeuge (m/w/d) in Köln Vollzeit. Attraktiver Stundenlohn + Spesen + Jobticket. Jetzt bewerben! 0221-3567481 - info@konnex-zeitarbeit.de

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

Austräger/Zeitungszusteller (m/w/d) für den Express die Woche gesucht. Verteilung 1x wöchentlich am Wochenende (Fr./Sa.), jeder ab 13 Jahren kann für uns tätig werden! Einfach bewerben unter 02203-188399 oder im Internet auf www.zusteller-jobs.net

Bürokraft für vorbereitende Buchführung und allgemeine Bürotätigkeiten mit Berufserfahrung in Teilzeit (3 Tage/Woche) gesucht. Bewerbungen unter www.info@immo-mpm.de

Busbegleitung auf Minijob-Basis, im Kölner Norden, für eine Werkstattlinie, gesucht. Mingles-Reisen Köln. ☎ 0221-9703700

Busfahrer/-in in Vollzeit für den Reiseverkehr/Schullinien mit D/DE gesucht. Mingles-Reisen Köln. ☎ 0221-9703700

Für unsere **Geschäftsleitung** suchen wir 3x wöchentlich (ca. 20 Std.) eine erfahrene Haushaltshilfe in Dauerstellung nach Köln-Junkersdorf. 2 Personen Einfamilienhaushalt. Sie sind vertraut mit Unterhaltsreinigung, Bügelwäsche, Fensterreinigung. 0221-4950180 Fr. Kleine

Exam. Pflegepersonal für Beratungsgespräche zu Topkonditionen mit flexiblen Arbeitszeiten Mo. - Fr. gesucht. **E-Mail:** sy@krankenpflege-walter.de

Fahrer (m/w/d), (9-Sitzer) für Schüler/Workstattverkehr mit Personenerforderschein auf geringfügiger Basis gesucht. Gerne Hausfrauen/Retnner. ☎ 0221-836151

Fahrer/in und Begleitperson für die Schülerbeförderung im Raum Euskirchen/Köln/Bonn mit Firmen PKW gesucht. 3-4 Std schultägig. Rufen Sie mich gerne an: ☎ 0171-3310816

Friseur (m.w.d), mit Berufserfahrung, 3-5 Tage wöchentlich, gesucht Einkaufszentrum Chorweiler. Coiffeur Zander, Tel. 0172-2904758

Friseur Kopfsalat und Salon Grün-korn in Köln-Dellbrück sucht motivierte **Friseure** (w/m/d) gerne auch **Jungfriseure** (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 Grün-korn in Köln-Ehrenfeld und Köln-Sülz sucht motivierte **Friseure** (w/m/d) gerne auch **Jungfriseure** (w/m/d) und **Wiedereinsteiger** die Spaß an trendorientierter Arbeit haben. Möchtest Du Teil in unserem Team werden? Dann melde Dich telefonisch ☎ 0171-5769805

Für unsere Schulcafeteria in Ehrenfeld suchen wir ab sofort eine Aushilfe. Arbeitszeit zwischen 9 und 13 Uhr. Bitte nur mit sehr guten Deutschkenntnissen. 0173-9304569

Hausmeisterunterstützung 538 € Köln ☎ 0173-2549161

Bäcker m/w/d für Di. bis Sa. min. 3300,- € Brutto Interesse 0177-4471593



Kiosk sucht Freundliche, weibliche Unterstützung leichte Verkaufstätigkeit 0163-3317779

KONNEX sucht Lagermitarbeiter/ Staplerfahrer (m/w/d) in Köln Vollzeit. Attraktiver Stundenlohn + Spesen + Jobticket & Übernahmeoption. Jetzt bewerben! 0221-3567481 - info@konnex-zeitarbeit.de

Lagerarbeiter ab EUR 14,00 Stundenlohn AGILIS-Zeitarbeit, Hohenstaufenring 72, 50674 Köln ☎ 0221-234785

Physiotherapeut/in + Masseur/in zur Verstärkung für Praxis in Troisdorf gesucht. ☎ 0177-4005700



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

Putz- und Bügelhilfe für 2-Personenhaushalt, Nichtraucher, wöchentlich 4-5 Std. in 50999 Rodenkirchen gesucht. ☎ 0221-2760620

Reinigungskraft 2-4 Std/Woche auf Minijob-Basis gesucht. Rentnerhaushalt Porz nahe Bahnhof. 02206-9193822 ab 18 Uhr

Reinigungskraft für Großküche gesucht. Wir suchen 5 Std./täglich, Montag bis Freitag von 14-19 Uhr, ab dem 01.10.24 eine/n m/w/d zuverlässige Reinigungskraft für unsere Großküche in der Kölner Innenstadt. Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung. ABAKUS GmbH 0221-920840 oder info@abakus-koeln.com

Reinigungskraft gesucht: Sienes Schuhcenter, Horbeller Str. 4, 50858 Köln-Marsdorf, AZ: Mo.-Sa. 8:30-10:00 Uhr. Bewerbung bitte unbedingt mit Angabe Ihrer ☎ 02452-1571494



Reinigungskräfte (m/w/d) auf Teilzeit oder Minijob Basis für Köln/Sülz morgens ab 5.15 Uhr ab sofort gesucht. Telefonische Bewerbung unter: Service Concept GM West GmbH 0211-53805000

Tägliche Zahnarztpraxis-Reinigung, 90 m² in Köln-Weiden bei freier Zeiteinteilung/Minijob, ☎ 02234-49513

Callcenter Agent (m/w/d) im Bereich Flirt & Erotik gesucht. Guter Verdienst, freie Zeiteinteilung, Home Office möglich. Tel. 0221-96446 4218

Traditionsbäckerei Balkhausen braucht Verstärkung im Verkauf und Bäcker für die Backstube (m/w/d), Vollzeit/Teilzeit. balkhausen@hotmail.de ☎ 0221-2570264

Vararbeiter/in für ein Objekt in Köln Poll. Erforderlich: Führerschein Klasse B und gute Deutschkenntnisse. Erfahrung in der Reinigung, selbstständiges arbeiten. ☎ 0160-7161021 oder 0170-7981125

Zeitschriftenzustellung, Lesezirkel Feierabend, Minijob, donnerstags, mit eigenem PKW, festes Liefergebiet, Dauerstellung ☎ 0221-5994021

Niederberger Gruppe sucht **Mitarbeiter** auf Steuerkarte für unser Objekt in Rodenkirchen. AZ Mo.-Fr.: 06:30 Uhr bis 10:30 Uhr, AZ Mo.-Do.: 16:00 Uhr bis 18:00 Uhr, AZ Fr.: 13:00 Uhr bis 15:00 Uhr. Bei Interesse bitte unter 0163/6351177 melden

Krankenfuhrdienst Büttgen sucht **Disponent/Fahrer** (m/w/d)

Voll- und Teilzeit sowie **Fahrer** für Seniorentagesstätten in Wesseling, Köln und Leverkusen

02 21 / 79 10 88 74 oder 01512 / 16 19 43 5

Erfahrene Haushaltshilfe

3x wöchentlich (ca. 20 Std.) nach Köln-Junkersdorf in Dauerstellung gesucht. 2 Personen Einfamilienhaushalt. Sie sind vertraut mit Unterhaltsreinigung, Bügelwäsche, Fensterreinigung. ☎ 02234/942525



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@mdumont.de
Verantwortlich für den Anzeigenteil: Oliver Siegert, wohnhaft in Köln
Gültige Preisliste Nr. 3 ab KW 01/2024

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

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

Druckauflage: 537.902 Exemplare
Verteilte Auflage: 502.979 Exemplare (laut ADA 2. Quartal 2024), kostenlose Verteilung an die Haushalte in Köln

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

Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Bilder wird keine Gewähr übernommen.

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

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

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

Diese Zeitung wird unter Verwendung von Google-Fonts hergestellt.



Neue App soll für mehr Sicherheit auf dem Heimweg sorgen

Bodyguard im Taschenformat



Zu später Stunde allein unterwegs und ein mulmiges Gefühl? Eine neue App soll den Heimweg sicherer machen. Foto: Eugenio Marongiu - stock.adobe.com; Grafik: Guardy

Zum Feiern trifft man sich in der Regel mit Freunden, doch den Heimweg müssen viele meist allein bestreiten. Dunkle Ecken, verlassene Bahnhöfe und zwielichtige Gestalten machen den Weg für die Feiernden, aber auch für Familie und Freunde nicht angenehmer. Abhilfe könnte nun eine App fürs Smartphone schaffen. Sie vereint gleich mehrere Vorteile.

Köln. Als Teenager hat Okay Durmus gerne in Köln gefeiert. Auf dem Heimweg hat er sich, wie viele andere auch, leider nicht immer sicher gefühlt, wie er sagt. Als die kleine Schwester des heute 24-jährigen vor einiger Zeit spät abends nach Hause kam und im Nebensatz erwähnte, dass sie ihren Live-Standort noch deaktivieren müsse, kam dem Geschäftsführer von Guardy die entscheidende Idee.

„Ich habe mir überlegt, dass es eine einfache App geben müsste, die man während man unterwegs ist, einschalten kann.“, so Durmus. Der Grundstein für die neue kostenlose Guardy App war gelegt.

Okay Durmus gründete die Firma und fand schnell einen Entwickler und einen Investor, die ihm halfen, sein Konzept innerhalb einiger Monaten umzusetzen. Ab sofort sorgt Guardy für einen sicheren Heimweg, doch wie schafft eine Smartphone-App dies? Okay Durmus erklärt das Prinzip: „Indem der Benutzer beim Aktivieren der App die Notfallkontakte benachrichtigt, kannst man zwei verschiedene Alarme senden: entweder man schickt den aktuellen Standort oder zusätzlich noch einen Live-Stream an alle Notfallkontakte. Zudem können die Anwender der App unsichere Standorte für alle Nutzer markieren und sich somit gegenseitig helfen. Diese werden mit einem orangefarbenen Dreieck auf der Karte gekennzeichnet.“

Guardy bietet dem Nutzer Sicherheit in vielen Lebenslagen: Nach einer langen Nacht mit Freunden lässt sich der Heimweg sicher antreten. Eltern können den Schulweg ihrer Kinder überwachen und im Notfallmodus schnelle Hilfe anfordern. Auch bei Sport- und Outdoor-Aktivitäten ermöglicht Guardy, die Route zu teilen, sodass Freunde und Verwandte immer wissen, wo der App-Nutzer sich befindet.

Die Anwendung Guardy funktioniert generationen- und

klassenübergreifend, weil die App kostenlos und einfach zu bedienen ist. Wenn Senioren abends noch mit dem Hund im Park unterwegs sind, ist Guardy genauso nützlich, wie während des ersten Dates mit einem „Fremden“. Die App fragt nach dem starten: „Hey, sollen wir losgehen?“ Ein Fingertipp später schaltet Guardy sich scharf und sichert wie ein virtueller Schutzengel den Heimweg.

„Im Notfall können die gespeicherten Notfallkontakte zum angegebenen Standort kommen oder die Polizei rufen. Der Nutzer kann mit der App auch ein Video aufzeichnen lassen, das automatisch in einer Cloud gespeichert und an alle Notfallkontakte live gestreamt werden kann. Damit stellen wir sicher, dass die Aufnahme auf dem Handy von einem potenziellen Täter nicht gelöscht werden kann und die Notfallkontakte direkt die Situation einschätzen können“, führt Durmus weiter aus.

Die Schwester von Geschäftsführer Okay Durmus fühlt sich seit Nutzung der App sicherer, wenn sie allein unterwegs ist. „Das ungute Gefühl nach dem Clubbesuch hat sie seitdem nicht mehr“, ergänzt Okay. Die App lässt sich kostenlos im jeweiligen Appstore herunterladen.

EXPRESS – DIE WOCHE

Diese Ausgabe (auch in Teilaufgaben) mit Beilagen von:

Action	JYSK
Aldi	Kodi
BAC	Köln
Handels GMBH	Getränkzentrum
Bauhaus	Lidl
CAN Getränke	Mack Optic
Markt	Hörakustik
Centershop	Meroh
Der	Multipolster
Küchenmacher	Nahkauf
dm	Netto
E-Center	Norma
Edeka	OkiDoki
Gammy	Schaffrath
Getränkemarkt	Ostermann
Getränke Bersan	Penny
Getränke Breidenbach	Poco
Getränke Granderath	Porta
Getränke Schneider	Rewe
Kilic & Kilic	Roller
Globus Bau	Rossmann
Globus	Schaffrath
Hit	Segmüller
Höfner	Thomas Philipps
Hören und Sehen	Toom
Junkersdorf	Trinkgut
	Worringer
	Getränkemarkt

