

EXPRESS

Die Woche

Ausgabe Deutz / Kalk / Mülheim / Rath / Heumar
7./8. November 2025 | 45. Woche | 4. Jahrgang

So erreichen Sie uns

Zustellung:
Zur Online-Reklamation den QR-Code scannen oder unter:
Tel. (02203) 188333
oder per E-Mail an:
reklamation@rdw-koeln.de

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

DAS GÜNSTIGSTE ANGEBOT

... ZU JEDER JAHRESZEIT

MARKISEN UND NEUBEZÜGE* ZU TOP-KONDITIONEN!

*GILT AUCH FÜR NEUBEZUG ALLER FABRIKATE

75 JAHRE RHEINISCHE FRANZ AACHEN

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

Röhlfeldstr. 27 • 53227 Bonn-Beuel • www.franz-aachen.com

ANZEIGE

Geschäftsaufgabe!

Luxus-Mode

Felljacken & Lamm-Mäntel

50% auf Alles!

Nur noch 31 Tage!

Neue Modelle eingetroffen!

Inzahlungnahme bei Neukauf!

sylvstyle

Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 11.00 - 18.00 Uhr • Sa. 11.00 - 14.00 Uhr

Aachener Str. 1214 • 50859 Köln-Weiden • gegenüber Rheincenter/Haltestelle Linie 1

☎ 02234/499062 www.sylvstyle-koeln.de

Torsten Burmester ist unser neuer Oberbürgermeister

Köln. Am vergangenen Samstag, 1. November 2025, hat Torsten Burmester das Amt des Oberbürgermeisters der Stadt Köln angetreten. Kölns bisheriges Stadtobehaupt Henriette Reker übergab ihm bei einem Treffen im Historischen Rathaus die Amtsgeschäfte. Burmester dankte ihr für die vertrauensvollen Gespräche in den vergangenen Wochen, vor allem aber für das, was sie in den zehn Jahren als Oberbürgermeisterin für Köln geleistet hat.



Foto: Stadt Köln/Maximilian König

Einen Tag vor Erschienen dieser Ausgabe, am 6. November 2025, wurde Burmester in der ersten Sitzung des Rates der Stadt Köln offiziell vereidigt.

Torsten Burmester: „Die Kölnerinnen und Kölner haben mich gewählt, weil sie mir vertrauen, Köln zu gestalten und die vielfältigen Herausforderungen entschlossen anzugehen. Ich habe die vergangenen Monate und insbesondere die Wochen seit der Wahl intensiv genutzt, um einen Fahrplan zu erstellen, wie ich meine konkreten Ideen vom ersten Tag meiner Amtszeit an konsequent durchsetzen kann, und freue mich, dass dieser Tag nun endlich da ist.“

Während Reker künftig mehr Zeit für andere Tätigkeiten haben wird – mit dem Vorsitz des Fördervereins für die romanischen Kirchen hat sich die 68-jährige eine Aufgabe gesucht, die sie auch weiterhin fordern wird – beginnt für Burmester nun die Arbeit.

Rheinenergie senkt Preise

Köln. Ab dem 1. Januar 2026 gelten für Kunden der Rheinenergie neue Strom- und Gastarife. Die Preissenkungen gelten sowohl für Privat- als auch für Gewerbekunden. Beim Strom sinkt der Arbeitspreis pro Kilowattstunde von 35,93 Cent auf 31,48 Cent. Der Grundpreis bleibt mit 277,33 Euro pro Jahr unverändert. Die Preissenkung beträgt somit 12 Prozent.

Für Erdgas fällt pro Kilowattstunde künftig 12,34 Cent an Kosten an. Zuvor lag der Preis bei 13,41 Cent. Der Grundpreis von 172,55 Euro pro Jahr bleibt auch beim Gas unverändert. Dadurch wird die Gaslieferung künftig acht Prozent günstiger.

Zwei Seiten 11.11. - Alles, was man zum Sessionsauftakt wissen muss



Foto: Uwe Weiser

HUK

Top-Beratung.

Neu vor Ort.

Arzu Serel

Seit 10.25 in Ihrer Nähe!

Ich berate Sie gerne persönlich und individuell.

Bergisch Gladbacher Str. 667
51067 Köln - Holweide
Tel. 0221 96399213

BLACK WEEKS

WARM-UP

SIEMENS

WM14N29E

UPE 949,-

Unser Verkaufspreis

52% SPAREN

499,-

SIEMENS Cashback*

-50,-

Ihr Endpreis nach Cashback:

8 kg

1.400 U/min

HERFORT

expert

www.expert.de/bergischgladbach

bw@herfort24.de

Hotline 0 22 02 / 18 88 51

Bergisch Gladbach GmbH

Richard-Zanders-Straße 11

LIEFERUNG FÜR HAUSHALTSGROSS-GERÄTE AB 399€ & TVs ab 65"*

NUR 19€

dyson

V10 Origin

Akku Staubsauger

Verbesserte hygienische Behälterentleerung mit nur einem Handgriff

Motorleistung 525 W

UPE 429,-

43% SPAREN

299,-

Bis zu 60 Min. Laufzeit

Mo.-Sa. 9-19 Uhr

BARES FÜR WAHRES - ANKAUF! DIE EXPERTEN SIND FÜR SIE VOR ORT!

Goldankauf · Silberankauf · Pelzankauf · Ankauf von Antiquitäten aller Art

GALERIE MÖBELAIRPORT



Samstag	Sonntag	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
08. November	09. November <i>Telefonisch erreichbar</i>	10. November	11. November	12. November	13. November	14. November	15. November

IHRE EXPERTEN VOR ORT!
Aktion nur 8 Tage gültig vom
08.11.25 - 15.11.25!
TÄGLICH AB 8:00 UHR
FÜR SIE ERREICHBAR!

BESUCHEN SIE UNS IN UNSEREM LADENLOKAL! AUCH AN SONN- & FEIERTAGEN FÜR SIE AB 8:00 UHR ERREICHBAR!

Inh. Isay Pohl · Dellbrücker Hauptstr. 133 · 51069 Köln
Mobil: 0176 - 203 423 21 · aktion@galerie-moebelairport.de
Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 11 - 18 Uhr / Sa. 11 - 15 Uhr
Auch an Sonn- & Feiertagen sind wir telefonisch ab 8 - 15 Uhr erreichbar

0221 - 204 398 83

BARES FÜR WAHRES - ANKAUF!

DIE EXPERTEN SIND FÜR SIE VOR ORT!

Kostenlose Hausbesuche bis 100km



WIR KAUFEN AN:

- Gold
- Silber
- Platin
- Weissgold
- Barren
- Münzen
- Modeschmuck
- Zahngold
- Bruchgold
- Uhren aller Art
- Ringe & Ketten
- Diamanten
- Pelze aller Art
- Lederjacken
- Vintagekleidung
- Gemälde
- Teppiche
- Militaria
- Silberbesteck
- Zinn
- Taschen
- Antike Möbel
- Alles andere auf Anfrage



**Kostenlose Wertschätzung Ihrer Antiquitäten,
Pelze und Schmuckstücke!**

WIR KAUFEN ALLE MARKENUHREN - ZUM HÖCHSTPREIS!
Zahngold - ANKAUF zu Höchstpreisen!!

Machen Sie Ihr Pelz, Nerz und Leder zu Bargeld!

PELZ & NERZANKAUF

**WIR KAUFEN LEDERWAREN
ALLER ART**



Bisam - Persianer
Fuchspelze aller Art - Zobel
Nerze - Nutria - Chinchilla

Jeglicher Ankauf nur in Verbindung mit Edelmetallen!

Wir zahlen für Pelze & Nerze bis zu 12.500 €



Rolex, Patek, Omega, Cartier, Hublot, Breitling..... u.m.



WIR KAUFEN SILBER ALLER ART!



Militaria



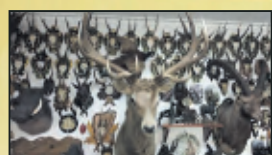
Schreibmaschinen



Alte Nähmaschinen



Modeschmuck



Geweihe



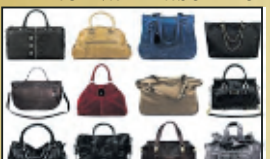
Orientteppiche



Porzellan & Gemälde



Puppen



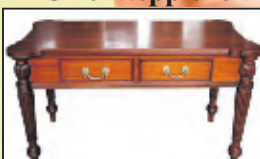
Luxus-Handtaschen



Vasen & Kristallgläser



Alte Weine



Alte Möbelstücke

**Seriöse
Abwicklung -
sofort Bargeld**

UNSER SERVICE FÜR SIE

- ✓ Kostenlose Beratung
- ✓ Kostenlose Wertschätzung
- ✓ Transparente Abwicklung
- ✓ Bargeld sofort
- ✓ Langjährige Erfahrung

DIENSTLEISTUNGEN

- Reparaturen von Schmuck aller Art
- Batteriewechsel
- Bewertung Ihrer Schmuckstücke
- Kommissionsannahme



Elijah Hildebrandt ist ein ganz besonderes Jubiläumskind

100.000. Baby in Klinik Holweide geboren

Der kleine Elijah Hildebrandt kam bei der 100.000. Geburt in der Frauenklinik der Kliniken der Stadt Köln im Krankenhaus Holweide zur Welt. Entsprechend froh sind alle Beteiligten über das Jubiläumsbaby.

Holweide. Seine Eltern freuten sich jedenfalls wahnsinnig über seine Geburt. Und mit ihnen die gesamte Klinik in Holweide. „Jede Geburt ist ein kleines Wunder und wird von unserem Team mit der gleichen Zuwendung und fachlichen Betreuung begleitet. Der kleine Elijah ist für uns natürlich etwas Besonderes, denn er ist bei der einhunderttausendsten Geburt im Krankenhaus Holweide zur Welt gekommen!“, sagt Prof. Dr. Michael Mallmann, Chefarzt der Frauenklinik im Krankenhaus Holweide der Kliniken der Stadt Köln. „Es macht uns auch ein bisschen stolz, dass so viele der ab dem Jahr 1972 in der Millionenstadt Köln geborenen Kinder bei uns in Holweide entbunden wurden!“, ergänzt die Leitende Hebamme Heidi Schweizer.

Das Krankenhaus Holweide der Kliniken der Stadt Köln wurde im Jahr 1972 eröffnet, die Geburtsklinik Holweide ist im rechtsrheinischen Köln bis heute für ihre exzellente Geburtshilfe mit einer besonderen Expertise zur Betreuung von Risiko- und Mehrlingsschwangerschaften bekannt. Gemeinsam mit der Neonatologie, Tür an Tür zum Kreißsaal, bildet die Geburtshilfe das Perinatalzentrum der höchsten Versorgungsstufe „Level 1“, das die maximale medizinische und pflegerische Versorgung von Neu- und Frühgeborenen sicherstellt. „Die Geburt eines Kindes ist für jede Familie einzigartig. Medizinisch bieten wir von der unkomplizierten natürlichen Geburt bis hin zur Versorgung der frühesten Frühgeburtlichkeit und von Zwillings- und Risikogeburten das maximale Spektrum der Geburtsmedizin an. Die im Jahr 2024 neu eingerichtete Wöchnerinnenstation ermöglicht

nun in jedem Zimmer die Möglichkeit, es als Familienzimmer zu nutzen, sodass Mutter und Kind in den ersten Tagen nach der Geburt die eigene Familie gut um sich haben können, das ist uns sehr wichtig“, betont Prof. Dr. Michael Mallmann. „Die 100.000 geborenen Kinder im Krankenhaus Holweide seit der Eröffnung im Jahr 1972 sind mindestens 100.000 Mal maximale Konzentration, beste Versorgung durch Hebammen und medizinische Betreuung und vor allem 100.000 Mal die große Faszination der Geburt eines Kindes. Dies macht uns demütig, aber auch ein wenig stolz.“

Von Beginn an ist die Frauenklinik mit ihrer Geburtshilfe ein wichtiger Bestandteil des Standorts im sich seit den 1970er-Jahren stark entwickelnden rechtsrheinischen Köln. Über die Jahre hat sie sich zu einer der größten Geburtskliniken in Nordrhein-Westfalen entwickelt und ist insbesondere auf Risikoschwangerschaften und Frühgeburten spezialisiert. Erster Chefarzt war Prof. Dr. Herbert Brehm von 1972 bis 1989. In den 1990er- und 2000er-Jahren wird die Frauenklinik ein großes geburtshilfliches Zentrum. Sie verzeichnet hohe Geburtenzahlen und baut ihre Kapazitäten für Früh- und Risikogeburten stetig aus. Prof. Dr. Friedrich Wolff ist Chefarzt von 1989 bis 2013. In seiner Zeit wurden seit der Eröffnung mehr als 70.000 Geburten betreut. Zu diesem Zeitpunkt gehört die Klinik bereits zu den größten geburtshilflichen Abteilungen in Nordrhein-Westfalen. Prof. Dr. Werner Neuhäus ist Chefarzt der Klinik in den Jahren 2013 bis 2023. Sein Nachfolger ist Prof. Dr. Michael Mallmann, der seit dem Jahr 2023 die Frauenklinik im Krankenhaus Holweide leitet.

Jährlich kommen im Krankenhaus Holweide rund 1800 Kinder zur Welt. Die Klinik ist bekannt für ihre interdisziplinäre Zusammenarbeit zwischen Gynäkologen, Hebammen, Anästhesisten und Kinderärzten, um eine umfassende Versorgung zu gewährleisten.



Hebamme Katharina Tomaka und Ärztin Pauline Pohl (v.l.) kurz nach der Geburt mit Mutter und Elijah. Foto: zVg

Unter dem Rhein spazieren gehen

Stammheim. Die StEB Köln laden am 13. November zum „Düker-Tag“ ein. Höhepunkt ist dabei die einmalige Gelegenheit, den neu gebauten Rheindüker zu begehen. Dieser Tunnel wird künftig das Abwasser aus dem linksrheinischen Köln unter dem Rhein hindurch zum Großklärwerk nach Stammheim leiten.

Die Begehung führt durch das rund 940 Meter lange Tunnelrohr „Henriette“, das etwa 15 Meter unter der Rheinsohle verläuft. Der Einstieg befindet sich in Niehl, der Ausstieg in Stammheim. Auf dem Baustellengelände in Stammheim bieten die StEB Köln neben den Tunnelführungen Aktionen und Informationsangebote rund um die Themen Wasser, Um-

welt und Stadtentwässerung. Ein Besuch des Baustellengeländes ist auch ohne Teilnahme an der Tunnelbegehung möglich.

Die Teilnahme an der Tunnelbegehung ist kostenlos, die Zahl der Plätze jedoch stark begrenzt. Anmeldungen sind unter steb-koeln.de oder kundenportal.steb-koeln.de/veranstaltungen/ möglich.

Der Neubau des Rheindükers ersetzt die alte Anlage aus dem Jahr 1928 und sorgt mit zwei Tunnelröhren künftig für eine zuverlässige und zukunftssichere Abwasserentsorgung. Insgesamt investieren die StEB Köln rund 110 Millionen Euro in das Projekt, das bis zum Jahr 2028 vollständig in Betrieb gehen soll.



Foto: StEB Köln

aktuell und regional

Rheinische Anzeigenblätter.de

Kia Motors

jetzt auch in Bensberg

Autohaus Baldsiefen

Olefant 14, 51427 Berg. Gladbach

2.hand-Kaufhalle eMMAUS

Riesenauswahl auf 2000 m²

– stündlich neue Gebrauchsgüter, Küchen, Hausrat, Kleidung ...

Eigene Parkplätze – barrierefreier Zugang

Von Köln: S11 bis Duckerath oder Linie 3/18 bis Thienbrunn/Fußweg

Schlodderdicher Weg 48 • 51469 Berg. Gladbach

☎ 0152/28 54 03 06



RISTORANTE
Via Berlino
Pizza aus dem Holzofen
Inh. M. Gorgone
Dienstag Ruhetag

Wechselnde Tageskarte:

Pizza, Pasta, Fleischgerichte, Fisch

Mittagstisch von 12:00 bis 14:30, nicht sonn- und feiertags.

Lieferservice bis 21:30 im Umkreis von 5 Kilometern.

Berliner Str. 310 • 51061 Köln • Tel.: 0221 82824446

Alle Angebote und Speisen: www.viaberlino.de Via Berlino

Wir helfen im Trauerfall

BESTATTUNGEN CONDÉ

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

Kölsche Bestattung (n)

„Op kölsche Aat en kölsche Ääd“ – mir künne dat!
en janZ Kölle un drömeröm, alle Friedhöfe

BESTATTUNGEN KLING

Akazienweg 143 • Köln-Bickendorf

(0221) 544 355 immer erreichbar

www.dudegraever.de • www.bestattungen-klings.de

48 Katzen aus einer einzigen Wohnung geholt

VON IRIS KLINGELHÖFER

Dellbrück. In die Katzenabteilung des Dellbrücker Tierheims war endlich langsam Ruhe eingekehrt – es änderte sich mit einem Schlag: 17 Neuzugänge aus einer Sicherstellung durch das Kölner Veterinäramt, darunter fünf trächtige Katzenmütter. „Da kann noch eine mittlere Katastrophe auf uns zukommen“, sagt Tierheimsprecherin Sylvia Hemmerling.

Pro Wurf circa fünf Kitten, heißt: Das Tierheim wird dann 25 weitere Tiere versorgen müssen. Zudem handelt es sich bei den sichergestellten Samtpfoten um, so Sylvia Hemmerling, „einen Mischmasch“ aus Scottish-Fold- (Schottischen Faltohrkatzen), europäischen und britischen

Kurzhaar-Katzen.

Die niedlichen Scottish-Fold-Katzen mit den nach vorne geklappten Ohren sind Qualzuchten und leiden ihr Leben lang unter den Schmerzen eines angezüchteten Gendefektes sowie anderen erblichen Krankheiten. Auch Mischlinge sind krank. Trotzdem sind Scottish-Fold-Katzen seit einiger Zeit in Mode. Viele Promis posieren mit ihren niedlichen Knick-Ohr-Kätzchen im Internet.

Eine andere Kölnerin hatte in ihrer Mietwohnung insgesamt 48 Katzen. „Die hat wohl gezüchtet“, vermutet Sylvia Hemmerling vom Dellbrücker Tierheim im Hinblick auf die hohe Anzahl der Tiere.

Auf Anfrage von EXPRESS bestätigte die Stadt, dass am 22. Oktober eine private Kat-

zenhaltung in Köln durch amtliche Tierärzte aufgesucht und insgesamt 48 Katzen wegen tierschutzwidriger Haltung fortgenommen und anderweitig untergebracht wurden. „Es handelt sich bei den Katzen überwiegend um Schottische Faltohrkatzen, die in Deutschland als Qualzucht eingestuft sind, und deren Nachkommen“, so Sabine Wotzlaw vom Presseamt.

„Das Züchten von Scottish-Fold-Katzen ist verboten“, stellt Sylvia Hemmerling klar. Wie die Kölnerin so viele Tiere in ihrer Etagenwohnung halten konnte, ist ihr ein Rätsel. „48 Katzen hältst du ja auch nicht im stillen Kämmerlein. Mich wundert es, dass das so weit kommen konnte und nicht schon eher aufgefallen ist.“

WÜNSCH heute

Der feine Fleischmarkt im Gewerbegebiet West...

...preiswert in EURO:

Polnische Gänsekeule 100 g **1,79**

Feinstes Tafelspitz 100 g **1,59**

Schweinerückensteak 100 g **0,99**

Chilli Cheese Griller

Die Bratwurst mit Käse und Jalapenos 100 g **1,09**

Streichmettwurst

grob und fein geräuchert 100 g **1,09**

Folienkartoffeln

fix & fertig, nur noch erhitzen 100 g **0,89**

Haxenfleisch im Sauerkrauttopf ... 100 g **0,45**

Sour Creme 500 g = 3,45 € 100 g **0,69**

★ Hauseigene pikante Gewürzmischung

empfohlen für den Grill im Aromabeutel 250 g = 5,09 € 100 g **2,03**

Angebote
gültig vom 10.11. bis 15.11.2025

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

WÜ 005/3/14 © Schürmberg's

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

Für jeden: preiswert+gut einkaufen!

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

www.flohr-faust-grabsteine.de

Zeitlos schöne Grabsteine zu günstigen Preisen.

Flohr Faust GRABSTEINE GmbH

Wir helfen weiter!

Grabanlagen aus Granit
inkl. Einfassung und Montage, Tiefenfundament mit Ständestützgarantie, Schrift und Ornament eingehauen sowie eine Laterne aus Bronze oder Aluminium.

Urnengrab
Komplett-Preis € 1.190,-

Einzelgrab
Komplett-Preis € 2.250,-

Doppelgrab
Komplett-Preis € 3.590,-

Besuchen Sie unsere Ausstellung, finden Sie viele weitere Angebote auch auf unserer Internetseite oder fordern Sie unseren kostenlosen Hauptkatalog an - Wir helfen weiter!

Luxemburger Straße 249-251 • 50354 Hürth-Hermülheim • 02233 70 00 34

Es geht wieder los: Alles, was man zum Sessionsauftakt am 11.11. wissen muss

Alaaf, ihr Jecke!

„Loss mer fiere, su wie et hück kütt“: Am 11. November erwacht Köln aus der trostlosen Zeit und taucht in die bunteste Zeit des Jahres, wenn es wieder heißt „Kölsch, Kostüm und Konfetti“, wenn Tausende Jecke den Start in die Session feiern. Doch wo gefeiert wird, muss auch aufgepasst werden – die Stadt hat ein umfangreiches Sicherheits- und Sperrkonzept geschmürt, um den Ausnahmezustand zwischen Altstadt, Grüngürtel und Zülpicher Viertel im Griff zu behalten. Hier sind die wichtigsten Infos zum jecken Start.

Köln. In der Altstadt, rund ums Heumarkt-Feuer, werden Sperrzonen und Glasverbote eingerichtet. Auf Straßen, Plätzen und in Kneipen soll trotzdem die kölsche Lebensfreude herrschen. Damit das klappt, koordiniert ein Stab aus Stadt, Polizei, Feuerwehr, KVB, AWB und vielen weiteren Helfern die Lage. Das Ziel ist klar: feiern ja, aber sicher, sauber und mit Rücksicht auf Anwohner und Mitmenschen.

Glasverbot, Mülltonnen, Rücksicht – Fastelovend mit Verantwortung

Im Quartier Latäng – der berühmtesten Partymeile zwischen Zülpicher und Roonstraße – wird der Zugang wie in den vergangenen Jahren streng geregelt. Nur wer rein darf, kommt rein. Für Anwohner, Gewerbetreibende und deren Mitarbeiter gibt es eigene Zugänge, ebenso für Gäste geschlossener Gesellschaften. Der Rest muss an den Kontrollpunkten Geduld zeigen. Zu voll darf es nicht werden, damit Sanitäter und Polizei jederzeit durchkommen. Auch Glasflaschen bleiben draußen – wer noch eine dabei hat, muss an den Sperren umfüllen. Laut Stadt dürfen weder Flaschen

noch Musikboxen oder sperrige Gegenstände mitgenommen werden. So soll das Gedränge etwas zivilisierter ablaufen als in den chaotischen Jahren zuvor.

Die AWB rücken mit großem Gerät an: Rund 33 riesige Glascontainer mit je 1100 Litern und 770 orangefarbene Eventtonnen stehen in den Hotspots. Überall prangt der Hinweis „Spaß ohne Glas“. Denn Bruchstücke im Gras oder auf der Straße sind nicht nur ein Ärgernis, sondern gefährlich – für Füße, Pfoten und Rettungsfahrzeuge. Auch der Innere Grüngürtel, die Uni-Wiese und der Hiroshima-Nagasaki-Park bleiben nicht verschont. Zwischen 8 und 22 Uhr herrscht Glasverbot. Die Stadt hofft, dass alle Jecken mitziehen.

Jecke mit Benimm: Feiern mit Plan und Rücksicht statt Randal

Wer sich trotzdem nicht benehmen kann, riskiert Ärger. Rund 450 Mitarbeiter des Ordnungsamtes und über 1200 Sicherheitskräfte sind unterwegs, um Regeln durchzusetzen. Sie tragen Westen mit Nummern, damit alles transparent bleibt. Außerdem gilt: Lautstärke runter, Müll in die Tonnen, kei-



Köln startet in die fünfte Jahreszeit. Foto: Uwe Weiser

ne privaten Lautsprecher – die Stadt appelliert an das Herz und den Verstand der Kölner. Denn Karneval ist kein Selbstbedienungsladen, sondern ein Miteinander.

Auch beim Jugendschutz will Köln Flagge zeigen. Schon Tage vor dem Sessionsstart besuchen Kontrolleure Läden und Gaststätten, erinnern an das Verbot von Alkohol und Tabakwaren für Minderjährige und an das Verkaufsverbot von Lachgas. Wer trotzdem an Jugendliche verkauft, muss mit empfindli-

chen Geldstrafen rechnen – bis zu 700 Euro bei Wiederholung. Die Stadt will verhindern, dass der Spaß in gefährliche Exzesse kippt. Unterstützung kommt von IHK, DEHOGA und IG Gastro, die ihre Mitglieder zur Vernunft mahnen.

Für alle, die den Karneval mit ihren Kindern feiern: Die Stadt bittet Eltern, erreichbar zu bleiben und dafür zu sorgen, dass der Nachwuchs nicht über die Stränge schlägt. Der beste Karneval ist der, bei dem man am Ende lachend nach Hause

geht – und nicht im Krankenhaus landet.

Damit auch die Umwelt nicht leidet, setzt die Stadt auf Ordnung im Chaos. Toiletten und Abfalltonnen stehen in allen Hotspots, besonders im Quartier Latäng – allein dort fast 500. Der Appell ist deutlich: Nutzt sie auch. Denn was am Ende des Tages zählt, ist das Gefühl, gemeinsam gefeiert und trotzdem Rücksicht genommen zu haben.

Und wer lieber abseits des Gedränges feiert, kann auf die

Uniwiese ausweichen. Sie ist Teil des Sicherheitskonzepts, bleibt aber nüchtern – kein Alkoholausschank, keine Musik, nur Wasserstationen und Notfalltoiletten. Eine Verschnaufpause für alle, die kurz den Stecker ziehen wollen, bevor es weiter Richtung Altstadt oder Südstadt geht.

Für die Sicherheit der Frauen ist auch gesorgt. Das Projekt „Edelgard schützt“ ist mit Info-Teams unterwegs, die bei sexualisierter Gewalt helfen. Außerdem bleibt das Hilfetetele-

fon „Gewalt gegen Frauen“ unter 116 016 rund um die Uhr erreichbar. Köln will zeigen, dass Feiern und Respekt zusammengehören.

Wenn also am 11.11. um 11.11 Uhr die Trömmelche erklingen, wird Köln wieder zu dem, was es am besten kann: feiern, schunkeln, mitsingen. Aber diesmal mit klaren Regeln, offenen Augen und einer Portion kölscher Vernunft. Denn nur dann heißt es am Ende wieder: Kölle, do bes e Je-
(bn.)

ANZEIGE

ANZEIGE

SPRECHSTUNDE:

Reden wir über nächtlichen Harndrang!

Mag. Dirk Meier
Nährstoffexperte

Nächtlicher Harndrang betrifft sowohl Frauen als auch Männer und ist nach wie vor ein Tabuthema. Was man dagegen tun kann und was dahintersteckt – das verrät unser Experte Mag. Dirk Maier.

Häufiger Harndrang – besonders nachts – kann für Betroffene schnell zu einem großen Problem werden. Die nächtlichen Wanderungen stören den Schlaf, und am nächsten Morgen ist man erschöpft und schlecht gelaunt. Doch auch tagsüber wird eine sensible Blase oft zur Herausforderung. Man denke nur an lange Autofahrten. Darüber hinaus kann der plötzlich auftretende Harndrang auch zu Krämpfen

führen, wenn man ihm nicht schnell genug nachgibt.

Frauen ab 45 besonders häufig betroffen

Bei Frauen findet sich die Ursache meist in der hormonellen Umstellung während der Wechseljahre. Denn dadurch wird die Blasenschleimhaut dünner und leichter reizbar, wodurch sich die Blase schon bei verhältnismäßig niedrigem Füllstand meldet. Viele Betroffene kämpfen zusätzlich zum nächtlichen Harndrang auch mit einer sogenannten „Belastungsinkontinenz“. Dabei fällt es schon bei kleinen körperlichen Anstrengungen (zum Beispiel Lachen oder Niesen) schwer, die Blase zu kontrollieren. Der Grund: Durch die hormonelle Veränderung wird auch die Beckenbodenmuskulatur beeinträchtigt – diese verliert dann an Kraft und übernimmt ihre wichtige Verschlussfunktion nicht mehr

in vollem Umfang. Auch vorangegangene Schwangerschaften können zu einer solchen Überbeanspruchung beitragen.

Männer und Prostata

Doch nicht nur Frauen sind betroffen, auch viele Männer haben ein Thema mit nächtlichem Harndrang. Schuld ist hier in der Regel eine gutartige Vergrößerung der Prostata, die in weiterer Folge die Harn-

röhre einengt. Dadurch kann der Urin nicht mehr ungehindert fließen und ein Rest davon bleibt in der Blase zurück. Genau dieser Rest sorgt dann schnell wieder für das Gefühl, auf die Toilette zu müssen.

Pflanzliche Hilfe

Die gute Nachricht: Es gibt eine pflanzliche Lösung, um den nächtlichen Harndrang in den Griff zu bekommen.

Aktuelle Studien zeigen, dass bei kurmäßiger Einnahme von hochdosiertem Kürbiskern-Extrakt der nächtliche Harndrang sowohl bei Frauen als auch bei Männern um fast die Hälfte gesenkt werden kann.¹ Auch die Inkontinenzepisoden gehen signifikant zurück.² Diese Erkenntnisse haben Pharmazeuten genutzt und ein hochwertiges pflanzliches Präparat entwickelt: die Kürbis Tabletten von Dr. Böhm®. Sie enthalten einen speziellen Kürbiskern-Extrakt in besonders hoher Dosierung. Aufgrund der rein pflanzlichen Zusammensetzung sowie der Herstellung unter strengen Qualitätsbestimmungen ist das Präparat ausgezeichnet verträglich und sicher für die Langzeitanwendung.

In Österreich, wo das Produkt schon seit über 30 Jahren am Markt ist, konnten sich schon hunderttausende Betroffene von der Wirkung überzeugen.

Gut zu wissen

Die pflanzlichen Wirkstoffe benötigen einige Zeit, um ihre volle Kraft zu entfalten, daher wird eine Einnahme von mindestens 2 bis 3 Monaten empfohlen.

¹ Terada T. et al., Jpn J Med Pharm Sci 2004; 52(4):551-61
² Sogabe H. Et al., Jpn J Med Pharm Sci 2001; 46:727-737

HEILPFLANZE DER WOCHE

Seit Jahrzehnten bewährt

- ✓ Bei sensibler Blase und häufigem Harndrang
- ✓ Bei ungewolltem Harnverlust
- ✓ Stärkt die Blasenmuskulatur

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

NEU auch für den Mann

- ✓ Kürbis bei nächtlichem Harndrang und für einen normalen Harnstrahl
- ✓ Ginseng unterstützt die Manneskraft
- ✓ Zink für einen normalen Testosteronspiegel

Für Ihre Apotheke: Dr. Böhm® Kürbis für den Mann
30 Stk.: **PZN: 19825654**

Auch online unter **YOURJOB.de** Stellenmarkt

Arbeitsangebote

Aushilfe für Reibekuchenbude gesucht. De-
werbung an; info@bierhaus-salzgass.de
oder ☎ 0221-8001900

Hausmeisterteam sucht Verstärkung für
Treppenhausreinigung, Büroreinigung,
Führerschein Voraussetzung. in
fo@schnneider-dienstleistungen.eu ☎
0177-8658556

Hausmeisterteam sucht Verstärkung zur
Pflege von Außenanlagen Helfer (Gär-
tner), Führerschein Voraussetzung, in
fo@schnneider-dienstleistungen.eu, ☎
0177-8658556

Reinigungskraft für Widdersdorferstraße
520,-€ ☎ 0173-2549161

Stellen-
gesuche

Frau sucht Putzstelle. ☎ 0152-14217669

Arbeits-
gesuche

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

Ausführung von sämtlichen Innen- und Au-
ßenarbeiten (Garten, Rollrasen, Pflaster,
Trockenbau, Renovierungsarbeiten, Ent-
rumpelungen) rund ums Haus. ☎0163-
4465482

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

Biete Gartenarbeiten, Zaunbau & Baumfäl-
lung. Preiswert, schnell, Grünabfall-Ent-
sorgung ☎ 0157-59104804

Bügel-/Putzstelle gesucht in Köln. ☎ 0177-
2613091

Erfahrene Polin sucht Putzstelle, gerne Bü-
ro. ☎ 0172-7700967

Erledige sämtliche Innen- und Außenarbei-
ten, Trockenbau z.B. Garten, Putz-
und Maurerarbeiten, sowie Laminat u. Pflas-
terarbeiten verlegen, streichen, abreißen,
fachgerechte Ausführung, rund ums
Haus ☎ 0176-25389824

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

Gärtner sucht Arbeit und übernimmt den
Herbstschnitt. ☎ 0152-18660949

Handwerker, Malerarbeiten-Streichen, Tro-
ckenbau, Fliesen, ☎ 0172-1438730

Heizung- und Sanitärmonteur mit langjährig-
er Berufserfahrung sucht Nebenjob,
auch privat. ☎ 0157-57124503

Installateur hat zeitnah freie Termine
☎ 0177-4952020

Malermeisterin bietet Malerarbeiten aller
Art. Zuverlässig und Sauber, auch privat.
☎ 0163-2413477

Suche Arbeit als Putzfrau in Köln. Tel.
0157-75014809

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

Zuverlässige Frau sucht Arbeiten im Privat-
haushalt ☎ 01577-6302527

Stellen-
angebote

**Kassierer (m/w/d) in Teil- oder Vollzeit für
unseren Floristengroßmarkt in Köln-
Riehl.** Wir, suchen engagierte Mitarbeiter
zur Unterstützung an der Kasse. Erfah-
rung in der Grünen Branche sind von Vor-
teil. Du arbeitest strukturiert, bist moti-
viert und zuverlässig, dann freuen wir
uns auf Deine Bewerbung. Einstellungs-
termin: ab sofort oder nach Vereinba-
rung. Arbeitszeit von 05.00 - 12.00 Uhr.
Schicke Deine Bewerbung an Frau Susan-
ne Schmitz, susanne@wesseling-gmbh.de oder Tel.:
0221-97726422.

Fachkraft mit analoger Ausbildung für vor-
bereitende Buchhaltung gesucht!
☎ 02203-96999, info@aoc-hotel.de

Fahrer*in für die Schülerbeförderung im
Raum Köln mit Firmen-PKW gesucht. 3h
schultäglich. Rufen Sie mich gerne an:
0151-50464378

Friseurin, in Teil- oder Vollzeit, nach Köln-
Dünnwald gesucht. Übertarifliche Bezah-
lung. ☎ 0221-601179, Mobil: 0176-
51822120

Für junge Mütter bis hin zur Rentnerin, flexi-
ble Arbeitszeiten, und gute Verdienst-
möglichkeiten im Telefon-Erotik-Bereich.
Tel. 0221-964464218

Haushaltshilfe (m/w/d) für alle Tätigkeiten
im Haushalt, wie Reinigung, Wäschepfle-
ge, Kochen, für 2-Personenhaushalt in
Rodenkirchen gesucht, ca. 20 Std./Wo-
che. Gute Deutschkenntnisse in Wort
und Schrift erwartet. Bewerbung bitte un-
ter: 0151-57949396 oder kreweil
mann@gmx.de

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

Lagerarbeiter/Staplerfahrer für gut bezah-
lte Dauerstellungen. AGLIS-Zeitarbeit
GmbH Hohenstaufenring 72 50674 Köln
☎ 0221-234785

Minijob Wir suchen Unterstützung in der
Betreuung und Haushaltshilfe in mehr-
eren Haushalten. ☎ 0176-85635650

Physiopraxis sucht Physios und Mas-
seure für Troisdorf. ☎ 0177-
4005700

TIMEPARTNER

Produktionsmitarbeiter (m/w/d) - Me-
tall in Köln gesucht! • Stundenlohn:
15,50€, • Tagschicht von 7-16 Uhr,
Freitags bis 13 Uhr, • Deutschland-
ticket inklusive, • Kostenloses Mit-
tagessen, • Erfahrung in der Produk-
tion notwendig, • Hohe Übernahme-
chancen. Bei Interesse kontaktieren
Sie uns gerne telefonisch unter
0221-29915680 oder bewerben Sie
sich direkt per Mail: bewerbung.ko-
eln@timepartner.com

Reinigungskraft (m/w/d) für unser Büroge-
bäude in Pulheim-Brauweiler ab sofort
gesucht! ☎ 02234-984830 / info@hv-
haens.de

Reinigungskraft (w/m/d) auf Minijob nach
Köln-Nippes gesucht. Arbeitszeit Mo - Fr
11.00 - 12.00 Uhr. Telefonische Bewer-
bung bei Gebäudereinigung Orth 0221
9377660

Reinigungskraft/e in Deutz, Ottoplatz 1 ge-
sucht. 16-17,45 Uhr und 18-20 Uhr Infor-
mationen unter ☎ 0221-7904735 HS-Ge-
bäudereinigung

Reinigungskräfte (w/m/d) auf Minijob oder
Teilzeit für unsere Objekte in Köln-Deutz
gesucht. Arbeitszeit 14.30 - 17.45 Uhr
oder 11.00 - 12.45 Uhr. Telefonische Be-
werbung bei Gebäudereinigung Wicharz
0172-3135232

Reinigungskräfte (w/m/d) auf Minijob oder
Teilzeit nach Köln-Brück gesucht. Ar-
beitszeit ab 15.00 Uhr. Telefonische Be-
werbung bei Gebäudereinigung Wicharz
0172-3135232

Rentner (m/w/d) gesucht! Wir suchen für
unseren Standort in Frechen einen rüsti-
gen Rentner (m/w/d) zur Annahme, Reini-
gung und Ausgabe unserer Baumaschi-
nen sowie zur Übernahme von Hilfsdiens-
ten im Bereich Lager und Facility Man-
agement. Staplerschein muss vorhanden
sein. Bewerbung unter: JCB Deutsch-
land, Europaallee 113a, 50226 Frechen,
02234-6829611, karriere@jcb.com, weite-
re Infos unter: www.jcb.com/de-de

Suchen sowohl Karosseriebauer als auch
Fahrzeuglackierer! Berufserfahrung er-
wünscht. Infos unter www.cremere-
sohn.de. Bewerbungen bitte per Mail an:
bewerbung@cremere-sohn.de

Transferdienst Köln sucht Rentner als Fah-
rer auf 556€-Basis. info@drivelogistic.de

Zimmerreinigungskraft (m/w/d) zur Aushil-
fe gesucht (Minijob) Arbeitszeit 9.00-
13.00, auch an Wochenenden, Hotel Vik-
toria-Worring Str. 23-50668 Köln, Mo-Fr
9.00-15.00 Frau Rentrop 0221-9731720

**Aufgrund von Schwangerschaft
suchen wir zur Verstärkung für
unser sympathisches Team**

**Medizinische
Fachangestellte (m/w/d)**
zur langfristigen FestEinstellung
in Voll-/Teilzeit
gerne auch aus anderen
medizinischen Bereichen

Zentrum Orthopädie
Sporttraumatologie
Dr. med. R. Koll
Richard-Zanders-Straße 10
51465 Bergisch Gladbach
praxis@zos-gl.de
Weitere Infos: www.zos-gl.de

Ihre
Anzeigen
auch
online!

YOURJOB.de
In Kooperation mit
stellenanzeigen.de

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

**Niederberger
Gruppe** ... seit 1924

sucht **Mitarbeiter** für Reinigung auf
Steuerkarte und Minijobbasis für
unser Objekt in **Braunsfeld**.
AZ: Mo. - Fr. ab 06:00 Uhr
Bei Interesse bitte unter
02203/935260 melden.

**KOMM IN UNSER
TEAM!**

**Kleins
Backstube**
Hauptgeschäft in Hürth
Bismarckstr. 10

**KOCH
(m/w/d)**

VOLLZEIT

BEWERBUNG@KLEINS-BACKSTUBE.DE
☎ **HERR LUDERICH : 02233-96336-44**
KARRIERE.KLEINSBACKSTUBE.DE

RODENKIRCHEN

**Flexibel?
Belastbar?
Motorisiert?**

Wir benötigen Ihre Unterstützung bei der Zustellung
unserer Zeitung! Aktuell suchen wir verstärkt
Springer (m/w/d), die uns auf **Mini-Job-Basis oder
in Festanstellung** (Teilzeit) flexibel unterstützen,
wo immer es zu personellen Engpässen kommt.
Voraussetzungen: Sie sind volljährig, körperlich
belastbar und verfügen über einen eigenen PKW.
Bewerben Sie sich jetzt!

☎ **02203 1883 99** **0175 999 44 00**
 bewerbung@rdw-koeln.de **www.zusteller-jobs.net**

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

**Mitarbeiter
für unser
Lager
gesucht!**

Für unser Lager in 51149 Köln-Porz suchen wir per
sofort einen Mitarbeiter (m/w/d) in Festanstellung.

Unterstützen Sie unser Team bei allen anfallenden Tätig-
keiten von der Warenannahme über die Kommissionie-
rung bis zur Verladung. Voraussetzung: Sie haben einen
Fahrausweis für Flurförderzeuge und bringen Erfahrung
im Bereich Lager mit.

Bei Interesse senden Sie uns bitte Ihre aussagekräftige
Bewerbung ausschließlich an: **bewerbung@rdw-koeln.de**

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

**Nachteule
gesucht!**

Wir suchen eine **Aushilfe** für unser **Lager
in Porz**: einmal pro Woche für die **Nacht-
schicht** von Donnerstag auf Freitag. Fahr-
ausweis für Flurförderzeuge erforderlich!

Interesse? bewerbung@rdw-koeln.de

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

SpoHo-Studie: Aronia und Prädiabetes

Müngersdorf. Ungesunde Ernährung und Bewegungsmangel bringen Stoffwechsel und Blutzucker leicht aus dem Gleichgewicht – mit ernsthaften Folgen. Schon heute ist in Deutschland laut dem Robert Koch-Institut (RKI) etwa jede fünfte Person von Prädiabetes betroffen. Forschende der Deutschen Sporthochschule Köln wollen nun herausfinden, ob eine Kombination aus gezieltem Training und einem Extrakt der Aroniabeere helfen kann, den Krankheitsverlauf zu stabilisieren.

Die Zahl der Betroffenen steigt weltweit deutlich an. Viele Menschen wissen gar nicht, dass sie betroffen sind – denn Prädiabetes verläuft oft ohne erkennbare Beschwerden. Fachgesellschaften sprechen deshalb von einer „stillen Volkskrankheit“.

Prädiabetes gilt als Vorstufe des Typ-2-Diabetes. Dabei sind Glukosestoffwechsel und Insulinwirkung bereits gestört: Der Körper reagiert schlechter auf Insulin, die Blutzuckerwerte liegen über dem Normalbe-

reich, aber noch unterhalb der Diagnosegrenze für Diabetes. Unbehandelt steigt das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Schlaganfälle und die Entwicklung eines manifesten Typ-2-Diabetes deutlich an.

Zu den wichtigsten Risikofaktoren zählen genetische Veranlagung, Übergewicht, falsche Ernährung und Bewegungsmangel. Doch es gibt auch gute Nachrichten: Prädiabetes lässt sich häufig umkehren. Ein aktiver Lebensstil – vor allem regelmäßiger Sport – kann den Stoffwechsel stabilisieren und das Diabetesrisiko deutlich senken.

Teilnehmer für Studie der SpoHo gesucht

Genau hier setzt die neue Studie der Deutschen Sporthochschule Köln an. Die Forschenden untersuchen, wie sich Krafttraining in Kombination mit einem speziellen Aronia-Extrakt auf Blutzuckerwerte, Muskelmasse und Stoffwechsel auswirkt. Aroniabeeren sind reich an Polyph-

nolen, die entzündungshemmend wirken und in früheren Untersuchungen positive Effekte auf Blutzucker und Muskulatur zeigten.

Interessierte können sich für eine Teilnahme an der Sporthochschule Köln melden. Teilnehmende erhalten ein kostenloses Gesundheits- und Fitness-Check-up, erfahren mehr über ihren Stoffwechsel und werden während des Trainings betreut. Gleichzeitig leisten sie einen Beitrag zur Diabetesforschung.

Auch Personen mit Übergewicht oder unklarer Stoffwechsellage können sich bewerben. Das Studienteam prüft im persönlichen Gespräch, ob eine Teilnahme infrage kommt. Die Studie oder besser gesagt die Intervention läuft über zwei Monate und beginnt im Januar 2026. Die Probanden können sich bis Ende November, spätestens Mitte Dezember melden.

Ansprechpartnerin ist Studienbetreuerin Klara Rinne, E-Mail: **k.rinne@dshs-koeln.de**, Telefon: 0221/49825272



Die Studie untersucht den Zusammenhang von Prädiabetes und einem Extrakt aus Aroniabeeren.
Foto: KI-generiert mit ChatGPT

Immobilien **yourIMMO**

**Immobilien-
gesuche** **Kaufgesuche
Häuser** **Mietgesuche**

Kapitalanlagen gesucht / Eigentumswoh-
nungen und Mehrfamilienhäuser bis
3.500.000 € für unseren Bestand ge-
sucht. IBV Immobilien GmbH 0221-
4006800

Suche Immobilien: Wohnungen, Mehrfami-
lienhäuser, Einfamilienhäuser oder
Grundstücke zum Kauf. Unkompliziert
und diskret. ☎ 0163-8106612

**Kaufgesuche
Eigentumswohnung**

Kapitalanlagen gesucht / Eigentumswoh-
nungen und Mehrfamilienhäuser bis
3.500.000€ für unseren Bestand ge-
sucht. IBV Immobilien GmbH 0221-
4006800

Freiberuflerehepaar aus Süddeutschland
möchte in die Nähe der Eltern in die ange-
stammte Heimat umsiedeln. Gesucht
wird hübsches Wohnhaus: mindestens 5
Zimmer zum Wohnen sowie separierba-
rer Arbeitsbereich, 2 - 3 Räume und WC,
Platz für 2 PKW + kleines Wohnmobil.
Muss: Ruhilage. Gerne: Aussichtslage,
ansprechende ggf. historische Architek-
tur, großer Garten. Übernahme flexibel
bis 1.9.2026. Kauf ohne Bankfinanzie-
rung. Sofortzahlung 50% möglich. von
Emhofen Immobilien, 0221-9405510,
www.vonemhofen.de

Dringende Wohnungssuche: Paar mit 4.
jähriger Tochter sucht Wohnung in Köln
(gerne Nordstadt) ab Dezember 2025. 2
bis 4 Zimmer (Mietvertrag, Zwischemie-
te, möbliert, unmöbliert). Beide festange-
stellt, Nichtraucher, haben keine Haustie-
re und sind ruhige zuverlässige Mieter.
Wir wären für jeden Hinweis oder Kon-
takt dankbar. Jeanne & Familie. Telefon :
0151-42356247

Umzüge

KristianUmzüge. Seniorenzüge, Haus-
auflösung, Wertanrechnung, Nachlassak-
ta, Küchenmontage, Renovierungen, Auf-
räumer 0221-239023

Unser EXPRESS zustellen:
Unterstützung in Müngersdorf,
Roggendorf und Dellbrück
gesucht!

Wer mindestens 13 Jahre alt ist und am Wochenende
(Freitag oder Samstag) ein paar Stunden Zeit hat, kann
sich bei uns über einen flexiblen Zuverdienst freuen!

☎ **02203 1883 99** **0175 999 44 00**
 bewerbung@rdw-koeln.de **www.zusteller-jobs.net**

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

Ihre
Anzeigen
auch
online!

YOURJOB.de
In Kooperation mit
stellenanzeigen.de

EXPRESS **IMPRESSUM**

**Wochenzeitung
für die Stadt Köln
mit 11 Teillausgaben**

Verlag:
Kölnischer 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 2708
(Mo – Fr, 9 – 14 Uhr)
mediaservice.dispo@kstamedien.de
Verantwortlich für den Anzeigenteil:
Oliver Siegert, wohnhaft in Köln
Gültige Preisliste Nr. 4 ab KW 01/2025

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

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

Druckauflage: 526.643 Exemplare
Verteilte Auflage: 493.784 Exemplare
(laut ADA 3. Quartal 2025), 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 übernom-
men.

Redaktionschluss: 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.

BVDA Bundesverband kostenloser
Wochenzeitungen **ADA** Auftragsmarkt
der Anzeigenblätter **BVDA**

Provisorischer Ausbau der Haltestellen



Der provisorische oberirdische Ausbau der KVB auf der Aachener Straße wie hier an der Haltestelle Moltkestraße soll im Verkehrsausschuss des Landtags beschlossen werden. Foto: Weiser

Weg für 90-Meter-Züge ist frei

Der Einsatz von 90 Meter langen Stadtbahnen auf der Linie 1 könnte im Verkehrsausschuss des Landtags die nächste Hürde nehmen. Das Verkehrsministerium schlägt vor, den provisorischen oberirdischen Ausbau der Haltestellen in der Innenstadt zwischen dem Heumarkt und dem Aachener Weiher in die Stufe eins des ÖPNV-Bedarfsplans aufzunehmen.

VON PETER BERGER

Köln. Damit wäre die Finanzierung unabhängig von der Frage gesichert, ob die Stadtbahn in der Endausbaustufe ober- oder unterirdisch fahren wird. Eine Zustimmung gilt als sicher.

Zunächst gehe es darum, durch die neuen Langzüge auf der Linie 1 möglichst schnell das Platzangebot zwischen Bensberg und Weiden West um bis zu 50 Prozent zu erhöhen. Sie sollen nach der bisheri-

gen Planung ab Ende 2030 fahren. Noch mehr Züge zwischen Heumarkt und Neumarkt einzusetzen, sei auch wegen der Linien 7 und 9, die auch auf diesem Abschnitt fahren, nicht möglich.

Zehn Jahre später könnte dann ein Stadtbahntunnel zwischen dem Heumarkt und der Moltkestraße in Betrieb gehen, heißt es in der Vorlage. Der wurde vom Stadtrat im April mit den Stimmen des sogenannten Tunnelbündnisses aus CDU, SPD und FDP beschlos-

sen. Die „provisorische Durchführung“ der Innenstadt ab Ende 2030 sei dringend nötig, um mehr Menschen zu befördern und dürfe deshalb durch das Land nicht verzögert werden. Mit dem Endausbau „auf Basis der Prüfergebnisse“ der Stadt Köln könne man sich anschließend befassen. In der derzeitigen Planung kommt der U-Bahntunnel auf ein Nutzen-Kosten-Verhältnis von 1,42 bei erwarteten Investitionskosten von 1,55 Milliarden Euro. Der Ratsbeschluss pro U-Bahn vom April mache diese zweistufige Inbetriebnahme der Ost-West-Achse unumgänglich, damit die Ausbauarbeiten im Westen bis Weiden und im Osten bis Bensberg für Langzüge auf der Linie 1 zügig in Angriff genommen werden können.

Der Verkehrsausschuss wird auch über zwei weitere KVB-Projekte entscheiden, die ebenfalls in den ÖPNV-Bedarfsplan rutschen sollen. Es geht um die Kapazitätserweiterungen auf den Linien 4, 13 und 18 durch Verlängerung der Bahnsteige, Modernisierung des Brandschutzes in den Tunneln und den Ausbau der Abstellanlage in Merheim. Auf diesen Linien sollen ab Anfang der 2030er-Jahre neue einteilige längere Züge von 70 Metern fahren.

Auch den Neubau einer Stadtbahn zwischen Rondorf und Meschenich sollen die Abgeordneten auf den Weg bringen. Damit soll eine „komfortable Anbindung“ des Stadtbezirks Rodenkirchen an die Innenstadt geschaffen werden.

TV-Auftritte trotz Krankheit

VON AXEL SPILCKER

Köln. Die Affäre um länger erkrankte Lehrer und Lehrerinnen reißt nicht ab. So hat die Bezirksregierung Köln inzwischen ein Disziplinarverfahren gegen einen Pädagogen eingeleitet, der ein Jahr lang aufgrund ärztlicher Atteste dienstunfähig war. In dieser Zeit soll er als Kandidat in mehreren Kochshows aufgetreten sein.

Wie der „EXPRESS“ erfuhr, soll es sich um Fernsehsendungen im ZDF („Küchenschlacht“) und bei Vox („Das perfekte Dinner“) gehandelt haben. Nachdem der Verdacht einer gesundheitlichen Täuschung aufkam, hatte die Schulaufsicht den Lehrer, der in Köln lebt und in einer Schule in Gummersbach unterrichtet, um eine Stellungnahme gebeten. Offenbar musste der Befragte einräumen, dass er während der Krankschreibung in Fernsehshows aufgetreten war.

Daraufhin leitete die Bezirksregierung Köln ein Disziplinarverfahren ein. Die Palette etwaiger Sanktionen reicht vom Verweis über gekürzte Dienstbezüge bis hin zu einer Versetzung oder gar der Entfernung aus dem Schuldienst sowie aus dem Beamtenverhältnis.

Das entsprechende Gesetz sieht vor, dass länger erkrankte Beamte, die drei Monate binnen eines halben Jahres keinen Dienst verrichten, zu einem Besuch beim Amtsarzt verpflichtet werden können. Allerdings hängt diese Entscheidung vom Dienstherrn ab.

Ob dies hier auch der Fall war, wollte die Bezirksregierung mit dem Hinweis auf die Persönlichkeitsrechte nicht beantworten. Es ist nicht der erste Fall, bei dem die Schulaufsicht erst spät reagiert. 16 Jahre lang ließ sich eine Lehrerin aus Duisburg krankschreiben, ohne dass Maßnahmen erfolgten.



An einer bunt gedeckten Tafel sitzt der Gymnasiallehrer mit seinen Mitstreitern und war krankschrieben. Foto: RTL / ITV Studios Germany

Als die Frau zum Amtsarzt beordert wurde, wehrte sie sich vor Gericht und unterlag. Auch gegen sie leitete die Schulaufsicht in Düsseldorf ein Disziplinarverfahren ein.

Angeichts der Kochshow-Affäre zeigte Schulministerin Dorothee Feller eine klare Haltung: „Unsere Lehrerinnen und Lehrer leisten jeden Tag enorm viel für ihre Schülerinnen und Schüler und üben ihren verantwortungsvollen Beruf mit großer Leidenschaft aus. Dieses Engagement verdient Respekt“, so die CDU-Politikerin. „Umso weniger ist es hinnehmbar, wenn sich einzelne Personen während ihrer Krankschreibung indiskutabel verhalten oder sogar das System möglicherweise ausnutzen. Dies ist nicht nur unkollegial, sondern auch gegenüber der Gesellschaft nicht tolerierbar. Der konkrete Fall muss deshalb vollständig durch die zuständige Bezirksregierung aufgeklärt werden.“

Viele Arbeitnehmer und Arbeitnehmerinnen stellen sich nun die Frage: Was darf ich tun, wenn ich krankschrieben bin? Was genau muss ich meinem Arbeitgeber mittei-

len? Und darf ich trotz Krankschreibung vom Arzt einkaufen, spazieren gehen oder gar verreisen? Rechte, Pflichten und Fettnäpfchen rund um die Krankmeldung – wir geben einen Überblick:

Wann muss die Krankmeldung erfolgen? Der Arbeitnehmer ist verpflichtet, seine Arbeitsunfähigkeit unverzüglich, das bedeutet „ohne schuldhaftes Zögern“, dem Arbeitgeber mitzuteilen. Heißt, so bald wie möglich und sobald die Krankheit bekannt ist. „Die Meldung muss deshalb im Regelfall vor Beginn der Arbeitszeit erfolgen“, sagt Nathalie Oberthür, Fachanwältin für Arbeitsrecht.

Arbeitgeber haben grundsätzlich keinen Anspruch auf Mitteilung von Diagnosen oder Symptomen, dürfen aber ohne Gründe die Vorlage eines ärztlichen Attests verlangen. Zweifelt der Arbeitgeber die Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung aufgrund bestehender Indizien an und gibt es Anzeichen, dass die Arbeitsunfähigkeit vorge-täuscht ist, kann der Arbeitgeber die Lohnzahlung zunächst einstellen und den Arbeitnehmer um Mitteilung bitten, welche Erkrankung vorliegt.

Olympia: Köln als Namensgeber für die Spiele?

Köln. Im Modell ist die Planung schon sehr konkret: Im Norden von Köln, im geplanten Stadtteil Kreuzfeld, soll das temporäre Leichtathletik-Stadion errichtet werden. Ein

Traum, der Wirklichkeit werden könnte. Wie der „Kölner Stadt-Anzeiger“ erfuhr, gibt es in der Düsseldorfer Landesregierung Überlegungen, mit Köln als Aushängeschild für eine Bewer-

bung für die Olympischen Spiele in den Jahren 2036, 2040 oder 2044 ins Rennen zu gehen.

Bis dahin ist es allerdings noch ein langer Weg. Zunächst steht das Votum aller Bürger in den 16 Kommunen an, die mit ihren Sportstätten an der Ausrichtung der Spiele an Rhein und Ruhr eingebunden werden. Dieses Votum wird am 19. April 2026 stattfinden, teilte der Landessportbund NRW auf Nachfrage mit. Zum einen sei die Koordinierung durch die Vielzahl der beteiligten Städte aufwendiger als in einer Stadt wie München, und zum anderen sei nicht abschließend geklärt, wie abgestimmt wird: Briefwahl oder auch in Wahllokalen.

Ebenfalls offen ist, welche Stadt in der Region der Haupt-austragungsort mit dem olym-

pischen Dorf werden soll. Vieles spreche für Köln als „Leadcity“. Es sei zielführender, mit dem Namen einer Stadt zu werben, als zum Beispiel mit der international weniger bekannten „Region Rhein-Ruhr“. Zudem ist Köln die einzige Millionenmetropole in NRW. Auch wenn die Wahl auf Köln fallen sollte: Alle großen Sporttempel in NRW werden Ausrichtungsorte. Das Konzept der Bewerbung von „Rhein Ruhr City 2032“ legt

Das Bürgervotum über Olympia findet am 19. April 2026 statt

einen besonderen Fokus auf Nachhaltigkeit.

Für Köln käme beispielsweise Boden- und Geräteturnen in der Lanxess Arena infrage sowie

Rugby und Fußball im Stadion. Das internationale Presse- und Medienzentrum könnte in der Koelnmesse untergebracht werden. Minuspunkte in NRW gebe es aktuell für den ÖPNV.

Nicht zu unterschätzen dürfte die Stimmung im Land sein. Der positive Olympia-Entscheid in München (2013 hatten sich Bürgerinnen und Bürger noch gegen die Ausrichtung von Winterspielen ausgesprochen) könnte einen starken, positiven Impuls Richtung NRW senden. Zweimal hatte sich NRW schon um die Ausrichtung der Spiele beworben, zweimal zerplatzten die Olympia-Träume. Allerdings gibt es neben München mit Berlin und Hamburg harte Konkurrenz. Im Herbst 2026 trifft der Deutsche Olympische Sportbund die finale Entscheidung.



Mittelpunkt wäre ein neu erbautes, temporäres Leichtathletik-Stadion im geplanten Kölner Stadtteil Kreuzfeld. Foto: Elfers Geskes Krämer GmbH

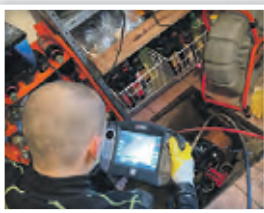


DIE ABFLUSSMEISTER

ACHTUNG! AN ALLE HAUSEIGENTÜMER!



Heftige Gewitter, anhaltender Regen und Hochwasser überfordern zur Zeit die kommunale Kanalisation. Hausbesitzer sollten gerüstet sein und rechtzeitig geeignete Vorkehrungen treffen, um sich vor Überflutung und



Rückstau bei Starkregen in den eigenen vier Wänden zu schützen. Grundstückseigentümer haften für Rückstauschäden selbst. Darum kontaktieren Sie noch heute unseren Kanal-Service und lassen zu Ihrem Schutz Ihr Roh-



system überprüfen.

Aktuell bieten wir Sonderangebote für Rückstauklappen an, bitte sprechen Sie uns an und fordern ihr individuelles Angebot bei uns an.



VORHER



NACHHER

KANAL TV-INSPEKTION

Die Kanal TV-Inspektion wird durchgeführt um den baulichen Zustand Ihrer Abwasserleitungen festzustellen und zu dokumentieren. Wir führen eine Dichtheits-, Betriebs- und Funktionsprüfung durch. Zeitaufwand ca. 20 - 30 Minuten.

- Kanaluntersuchung
- Schachterstellung
- Dichtheitsprüfung nach DIN EN 14654

- TV-Kanalreinigung
- Rückstausicherung
- Kanalsanierung
- Kurzliner/Inliner

- Kellersanierungen
- Nasse Wände?
- Feuchter Keller?
- Wir machen Ihr Haus trocken!

RABATTOFFENSIVE vom 08.11. bis 15.11.2025

19€ Kanal-Check

Inklusive Reinigung bis zu 40 m Kanal-Länge sowie TV-Analyse und An- und Abfahrt statt 129 €

DIE ABFLUSSMEISTER Ihre Spezialisten für Rohrreinigung und Kanalkanchnik

Alfred-Nobel-Str. 29
50226 Frechen
www.die-abflussmeister.de

0 22 34 - 21 93 228

Wir sind von 8 bis 18 Uhr für Sie erreichbar. Im Notfall 24 Std. täglich, rund um die Uhr. Terminvereinbarung auch per E-Mail: dieabflussmeister@gmail.com

Im ganzen Monat November 20% Rabatt auf künstliche Weihnachtsbäume

CHRISTMAS WORLD Venlo Die größte Weihnachts-show der Niederlande

