

EXPRESS

Die Woche

Ausgabe Kölner Westen / Ehrenfeld / Lindenthal
5./6. Juni 2026 | 23. Woche | 5. 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

EXPRESS
Die Woche

Köle putzmunter feiert Jubiläum

200.000 Teilnehmer kämpfen gegen Müll



ANZEIGE

MARKISEN & MARKISENTÜCHER

75 JAHRE BREITENSCHE MARKISENMANUFATUR
FRANZ AACHEN
ZELTE UND PLANEN GMBH
Tel. 0228 466989 info@franz-aachen.com
Große Ausstellung: Röhfeldstraße 27 | 53227 Bonn-Beuel
MARKISEN | MARKISENTÜCHER | WINTERGARTENBESCHÜTTUNGEN | GLASDÄCHER | TEXTILE KONFEKTION

Finanzspritze trotz Finanzkrise

Köln. Die Stadt Köln will den Kölner Verkehrs-Betrieben bis zu 1,5 Milliarden Euro für neue Stadtbahnen zahlen – trotz angespannter Haushaltslage. Der Rat soll am 2. Juli über das Paket entscheiden, das Stadt und Stadtwerke vorgestellt haben. Es ist Teil eines Investitionsprogramms von zwölf Milliarden Euro bis 2035, mit dem Verkehr und Energie gesichert werden sollen. Die KVB, die zu den Stadtwerken gehört, schreibt seit Jahren Verluste; 2024 waren es rund 185 Millionen Euro. Zugleich fährt sie wegen fehlender Bahnen nur etwa 90 Prozent ihres regulären Angebots. KVB-Chef Marcel Winter sieht in der Finanzspritze die Voraussetzung, ein Basiszenario des Streckenausbaus umzusetzen und bis etwa 2030 wieder zum normalen Fahrplan zurückzukehren.

Die Milliarden sollen nicht auf einmal fließen. Die Stadt will das Geld über mehrere Jahre zahlen und sich dafür auf den Kredit- und Kapitalmärkten refinanzieren. Anleger leihen der Stadt Geld für nachhaltige Investitionen; zurückzahlen muss es später die Stadt – samt Zinsen. Ursprünglich hätte sich die KVB das Geld selbst leihen sollen. Weil Köln meist bessere Kreditkonditionen bekommt, kann die Konstruktion aus Sicht von Fachleuten sinnvoll sein. Für den Haushalt bleibt sie dennoch eine erhebliche Belastung. Kämmerin Dörte Diemert verweist auf knappe Mittel, die priorisiert werden müssten.

Oberbürgermeister Torsten Burmester hatte die Finanzlage bereits als „dramatisch“ beschrieben. Allein für 2024 ging Köln von einem Verlust von 582 Millionen Euro aus; in diesem Jahr muss die Stadt mehr als 200 Millionen Euro Zinsen zahlen. Der NRW-Steuerzahlerbund hält die Finanzierung grundsätzlich für nachvollziehbar, warnt aber vor einem Blankoscheck. Sparsamkeit und Wirtschaftlichkeit müssten auch bei städtischen Unternehmen gelten. Stadtwerke und KVB haben angekündigt, jährlich 40 Millionen Euro einzusparen. Daran werden sie sich messen lassen müssen.

Dass Köln eigene Unternehmen stützt, ist nicht neu: Ende 2024 erließ der Rat den städtischen Kliniken 553 Millionen Euro Schulden. Auch das entlastete die Tochtergesellschaft, belastete aber den Haushalt. (red.)

Elf Tipps in Köln für erfrischende sommerliche Tage und Abende



Rechtsextremismus: Köln ist NRW-Spitze

VON VON GERHARD VOOGT
UND FLORIAN HOLLER

Köln. Rechte Kriminalität nimmt zu – und Köln bleibt landesweit an der Spitze bei rechtsextremen Straftaten. Das geht aus Zahlen des NRW-Innenministeriums hervor, die die Grünen im Landtag angefordert haben. Demnach gab es in Köln im vergangenen Jahr 468 solcher Straftaten.

Mit deutlichem Abstand folgen Düsseldorf (342), Dortmund (290) und Essen (285). Allerdings ist Köln mit gut einer Million Einwohnern auch landesweit die mit Abstand größte Stadt. Und dennoch

fällt der Anstieg in Köln eklatant aus: 2023 waren es 369 Straftaten, 2022 noch 154. In zwei Jahren hat sich die Zahl damit verdreifacht.

NRW-weit ist die Zahl rechter Straftaten um elf Prozent auf 6268 gestiegen (2024: 5641). Das geht aus dem Landesverfassungsschutzbericht hervor, den Innenminister Herbert Reul (CDU) im April vorgestellt hatte. Die Grünen im Landtag lassen sich seit Jahren nach der Veröffentlichung Details zur politisch motivierten Kriminalität in den einzelnen Städten in NRW auswerten.

„Der Rechtsextremismus ist weiterhin die größte Gefahr für

unsere Demokratie. Jeden Tag werden in NRW durchschnittlich 17 rechte Straftaten verübt. Dass mit 468 gemeldeten rechtsextremen Straftaten Köln landesweit den Höchststand verzeichnet, ist alarmierend“, sagte die Vizepräsidentin des Landtags und Grünen-Abgeordnete Berivan Aymaz dieser Redaktion. „Diese Entwicklung ist nicht losgelöst von der Normalisierung rechter Diskurse und dem rechten Medienaktivismus zu betrachten. Sie dienen als Vorraum für Straftaten, aus hasserfüllten Kommentarseiten werden Taten.“ Andererseits zeige sich auch, dass die Meldestellen in Köln gut funk-

tionierten und die Kölnerinnen und Kölner Straftaten konsequent melden würden, so Aymaz weiter.

Die Grünen-Politikerin kritisierte vor diesem Hintergrund Einsparungen für Demokratieprojekte durch die Bundesregierung: „Von diesen Kürzungen sind auch Träger hier in Köln wie zum Beispiel die Gesellschaft für christlich-jüdische Zusammenarbeit und Rubicon betroffen, die eine unverzichtbare Arbeit für unsere Demokratie leisten.“

Auch Innenminister Herbert Reul (CDU) warnte bei der Vorstellung des Verfassungsschutzberichts im April vor ei-

ner „Eskalationsspirale“, die sich schneller drehe. „Extremismus, Hass, Hetze und gezielte Desinformation: Was lange entfernt schien, ist längst Teil unseres Alltags“, sagte der CDU-Politiker. Die politisch motivierte Kriminalität in Nordrhein-Westfalen hat 2025 einen neuen Höchststand erreicht.

Polizei und Verfassungsschutz registrierten 13.645 Straftaten – ein Plus von rund 27 Prozent im Vergleich zum Vorjahr. Zugleich nahm die Zahl der Gewaltdelikte um 21 Prozent auf 508 zu. Man könne nicht mehr von einem „Ausreißer“ sprechen, sondern von



einem „Dauerhöchststand“ und einer „verfestigten Bedrohung“. Die Bundestags- und Kommunalwahl im vergangenen Jahr hätten in NRW die Entwicklung noch befeuert. Attacken auf Parteibüros, zerstörte Plakate, Übergriffe an Wahlkampfständen und Gewalt bei Demonstrationen seien längst „Teil der traurigen Realität“.

Foto: Nico - stock.adobe.com

Mehrere Hallen und das Schwimmbad sollen modernisiert werden

Millionen Euro für die SpoHo

Die Deutsche Sporthochschule Köln (DSHS) bekommt über 86 Millionen Euro aus dem NRW-Plan für gute Infrastruktur, dem größten Investitionsprogramm in der Geschichte des Landes. Ministerpräsident Hendrik Wüst sowie Kultur- und Wissenschaftsministerin Ina Brandes überreichten die Finanzierungszusage auf dem Campus an Universitätsrektor Ansgar Thiel und Kanzlerin Marion Steffen. Danach ließen sich Wüst und Brandes bei einem Rundgang über Forschungsprojekte informieren.

von CLEMENS SCHMINKE

Müngersdorf. Unter anderem werden mit dem Geld die Nordhallen, die als Lehrstätten für die Rückschlag- und Ballsportarten sowie das Geräte- und Bodenturnen genutzt werden, modernisiert und erweitert. Dies geschieht nach Maßgabe einer komplett klimaneutralen Energieversorgung. Ende 2033 sollen diese Arbeiten abgeschlossen sein. Außerdem sind die Mittel dafür vorgesehen, das Schwimmbad zu modernisieren und die weltweit größte sportwissenschaftliche Spezialbibliothek bis 2028 energieeffizienter auszustatten. Durch die energetische Sanierung aller drei Gebäude könnten jährlich rund 670 Tonnen Kohlendioxid und 250.000 Euro an Energiekosten eingespart werden, sagte Brandes.

Die Investitionen des Landes in die Hochschule seien ein „wichtiges Signal für den Sport im Allgemeinen und die Sportwissenschaft im Besonderen“, sagte Thiel. „Sie schaffen die Voraussetzungen dafür, dass wir unsere Spitzenposition in Forschung, Lehre und sportwissenschaftlicher Innovation langfristig sichern und weiter

ausbauen können.“ Er wies darauf hin, dass die DSHS bei den renommierten „QS World University Rankings“, einem weltweiten Hochschulranking, 2026 im Bereich Sportwissenschaft den zehnten Platz belegt und in der Kategorie „Academic Reputation“ sogar an vierter Stelle steht. „Wir haben in den letzten Jahren einen unglaublichen Aufschwung erlebt“, sagte der Rektor.

An der SpoHo studieren mehr als 6000 Menschen aus 90 Ländern.

Die DSHS ist Deutschlands einzige und Europas größte Sportuniversität. Aktuell studieren mehr als 6000 Menschen aus über 90 Ländern in 25 Studiengängen an der 79 Jahre alten Einrichtung. Wüst nannte sie ein „Aushängeschild für den Sport in Deutschland und in Nordrhein-Westfalen“. Sie verbinde wissenschaftliche Erkenntnisse und Sportpraxis „auf vorbildliche Weise“, vom Breiten- bis zum Leistungs- und Spitzensport. Die Millionenförderung für die Modernisierung sei nicht nur eine Investition in die Zukunftsfähigkeit der Hochschule, sondern auch ein Bei-



Marion Steffen und Ansgar Thiel von der Deutschen Sporthochschule sowie NRW-Ministerpräsident Hendrik Wüst und Ministerin Ina Brandes (v.l.) bei der Übergabe der Finanzierungszusage
Foto: Schminke

trag zur Bewerbung der Region Rhein-Ruhr mit Köln als „Leading City“ für die Olympischen und Paralympischen Spiele. Wie Wüst sagte auch Oberbürgermeister Torsten Burmester, die Finanzierungszusage für die DSHS sei ein Beispiel dafür, dass das Sondervermögen Infrastruktur und Klimaneutralität des Bundes Wirkung zu entfalten beginne.

Der Bund hat den Ländern insgesamt 100 Milliarden Euro aus diesem kreditfinanzier-

ten Vermögen zur Verfügung gestellt. NRW hat 21,1 Milliarden bekommen. Sie bilden den Grundstock des Nordrhein-Westfalen-Plans für gute Infrastruktur; das Land hat eigene Mittel hinzugefügt. Über einen Zeitraum von zwölf Jahren stellt die Landesregierung insgesamt 31,2 Milliarden Euro für Investitionen bereit. Davon sind 2,3 Milliarden für die Bereiche Hochschulen, Hochschulmedizin und Forschung reserviert.



In dieser Mehrzweckhalle der Sporthochschule wird geturnt.
Foto: Michael Bause

Fischstäbchen gegen Miethaie



Auf einen anhaltenden Leerstand wollten Kalle Gerigk (3.v.l.) und einige seiner Mitstreiter in Ehrenfeld aufmerksam machen.
Foto: Hermans

von HANS-WILLI HERMANS

Ehrenfeld Kalle Gerigk hantiert mit der hölzernen Imbiss-Zange vor dem Gaskocher auf der Fensterbank und lädt seine Mitstreiter ein: „Jetzt essen wir erstmal, danach machen wir Rabatz.“ Passend zum Graffiti-Spruch über dem Erdgeschoss-Fenster des Hauses Glasstraße 6: „Miethaie zu Fischstäbchen“ brutzeln im Topf einige der panierten Stäbe, allerdings in einer veganen Version. Die Aktivisten haben sie mitgebracht, um ihrer symbolischen Besetzung des Hauses Nachdruck zu verleihen, um der Idee von Wohnlichkeit – „Heim und Herd“ – Ausdruck zu verleihen.

Es ist wahrlich nicht die erste Aktion vor diesem Haus, das seit mindestens 2008 nicht mehr bewohnt ist. Eine gro-

ße Tafel mit der Überschrift „Leerstand beenden“, die Gerigk bereits mit Hilfe eines Akku-Schraubers an die Außenwand gedübelt hat, weist auf die Misere hin. Sie informiert darüber, dass die Stadt trotz grassierender Wohnungsmanngels und Obdachlosigkeit keine Möglichkeit sieht, auf die Eigentümer Druck auszuüben.

Denn die sind noch nicht mal alle bekannt, es handelt sich um eine Erbengemeinschaft, die untereinander offensichtlich stark zerstritten ist. Und der Leerstand genießt hier gewissermaßen Bestandschutz, weil die Kölner Wohnraumschutzsatzung zwar der Verwaltung erlaubt, gegen Eigentümer vorzugehen, die ihre Wohnungen länger als drei Monate unvermietet lassen. Doch gilt das nur für Wohnungen, die bei Inkrafttreten der

Satzung im Jahre 2014 noch bewohnt waren.

„Verstehe ich nicht: Wohnen ist doch ein Menschenrecht, das sollte über dem Verwaltungsrecht stehen“, kommentiert einer der Anwesenden den Missstand. „Weitere zehn Jahre Leerstand in der Glasstraße 6 akzeptieren wir nicht, wir werden uns darum kümmern“, kündigt Kalle Gerigk an. Mit der Aktion soll Öffentlichkeit hergestellt werden. Der hat das Haus schon betreten, Fotos in verschiedenen Stockwerken gemacht: „Damit können wir belegen, dass das Haus noch intakt ist, die Treppen sind in Ordnung, massenhaft Schimmel gibt’s auch nicht“, erzählt er. „Es müsste natürlich gründlich renoviert werden, aber dann könnten Familien einziehen.“

Wir helfen im Trauerfall

www.flohr-faust-grabsteine.de

Flohr Faust
GRABSTEINE GmbH

Wir helfen weiter!

Urnengrab Komplett-Set € 1.190,-
Einzelgrab Komplett-Set € 2.350,-
Doppelgrab Komplett-Set € 3.690,-

Grabanlagen aus Granit, inkl. Einfassung und Montage, Fundamente, Schrift und Ornament eingehauen sowie einer Laterne aus Bronze oder Aluminium.
Luxemburgerstr.249-251 50354 Hürth-Hermülheim 0 22 33 - 70 00 34

Erinnerungsort für Marcel (47) entfernt

von AYHAN DEMIRCI

Ehrenfeld. Nach dem tragischen Geschehen in einem Wohnkomplex an der Venloer Straße in Ehrenfeld ist der Erinnerungsort am Eingangsbereich durch die Hausverwaltung entfernt worden. In den Tagen nach der Bluttat, bei der am Morgen des 9. Mai der 47-jährige Marcel R. von seinem Untermieter (51) im Treppenhaus erstochen wurde, waren vor dem Haus rund um ein Foto des Verstorbenen Blumen, Kerzen und Botschaften der Anteilnahme niedergelegt wor-

den, darunter mehrere mit Bezug zur Bibel (Psalmen). Die Kölner Hausverwaltung GGM (Gesellschaft für modernes Gebäudemanagement) erklärte auf Anfrage: „Der Erinnerungsort am Eingangsbereich wurde nach einiger Zeit durch uns entfernt und vollständig eingesammelt. Die niedergelegten Blumen, Schreiben, Fotos und weiteren Gegenstände wurden nicht entsorgt, sondern befinden sich derzeit in unserem Büro. Aktuell stehen wir hierzu auch mit den Eigentümern der Wohnung in Kontakt.“ Hintergrund der Entscheidung

sei, dass sich mehrere Bewohner des Hauses an die Verwaltung gewandt und geschildert hätten, „dass sie durch den dauerhaft bestehenden Erinnerungsort immer wieder an das tragische Geschehen erinnert werden und dies für einige emotional sehr belastend ist.“

Als Hausverwaltung sehe man sich in der Verantwortung, „die Interessen und Gefühle aller Betroffenen zu berücksichtigen und hierfür einen angemessenen Umgang zu finden. Vor diesem Hintergrund wurde entschieden, die Gegenstände zunächst einzusam-



Marcel R. wurde Opfer eines Verbrechens. Familie und Angehörige haben Abschied genommen.
Foto: Demirci

meln, sicher zu verwahren und auf Wunsch den Angehörigen zu übergeben.“ Marcel hat auf

dem Kölner Südfriedhof seine letzte Ruhe gefunden. Der Tatverdächtige sitzt in U-Haft.

Zebrastrifen oder Ampel fürs Gymnasium an der Zusestraße

Schulweg soll sicherer werden

Ein 40-Tonner donnert durch die schmale Kurve der Zusestraße, vorbei an einer Mittelinsel, die als Querungshilfe für den Rad- und Fußverkehr dient. „Manchmal“, sagt Luisa Maronna, „fährt ein Lkw sogar über die Verkehrsinsel.“ Ihre Kinder besuchen das Gymnasium, das sich direkt hinter der Kurve befindet. Die Mutter macht sich Sorgen: Auf der Verkehrsinsel und am Fahrbahnrand warten vor Schulbeginn und nach Schulschluss ganze Pulk von Schülern und Schülerinnen, zumeist auf Fahrrädern. Sie drängen herüber, während der Lastverkehr die Straße entlangrollt.

von **SUSANNE ESCH**

Lövenich. Mit anderen Eltern hat Maronna die „AG Verkehrssicherheit“ am Gymnasium Zusestraße gegründet und setzt sich für eine Verbesserung der Sicherheit ihrer Kinder vor Ort ein. Die Bezirksvertretung Lindenthal hat sich jetzt ihrer Forderungen angenommen und beschlossen, dass die Stadtverwaltung die Querungshilfe in der gefährlichen Kurve durch einen Zebrastrifen ersetzen soll. Wenn möglich, soll



Schulleitung, Eltern und Politiker stehen an der Kurve nahe des Gymnasiums, um zu zeigen, wie gefährlich nah Lkw den Schülern kommen. Foto: Esch

sie dort sogar eine Ampelanlage installieren, die den Kindern auf Knopfdruck grünes Licht gibt und den Kraftverkehr zum Halten bringt. Zudem sollen die Verkehrswege für Radfahrende in beiden Fahrtrichtungen verbessert werden. Schilder sollen deutlicher auf die Schule hinweisen. Die Einhaltung der zulässigen Höchstgeschwindigkeit von Tempo 30 vor dem Gymnasium soll überwacht werden.

Vor allem im Hinblick auf den unsicheren Überweg in der Kurve sehen die Eltern starken Verbesserungsbedarf. Er würde von etlichen Schülern und Schülerinnen genutzt, die vom nahegelegenen Egelspfad oder aus dem Nachbarviertel Widdersdorf kommen, schildern sie. Auch zu den Gesamtschulen am

Wasseramselweg und „Sieben Brücken“ führt der gefährliche Weg über die stark befahrene Kurve. Der Lövenicher Bezirksvertreter Michael Olligschläger (CDU) bemängelt vorrangig eines: „Die Aufstellfläche auf der Mittelinsel ist viel zu klein.“ Höchstens zwei Fahrräder würden darauf passen, aber auch am Fahrbahnrand sei der Platz knapp bemessen. Die Leiterin des Gymnasiums Zusestraße, Sunkka Altmock, sieht noch ein weiteres Problem: „Die Lkw und Pkw sind trotz der Tempo-30-Zone vor der Schule meist zu schnell unterwegs“, schildert sie. Ein Zebrastrifen würde sie zwingen, die Geschwindigkeit zu drosseln.

Auf dem Weg ins Gewerbegebiet würden sie auch gar nicht mit der Schule rechnen, die sich

rein äußerlich nicht von den ansässigen Unternehmen unterscheidet. Nur ein kleines Verkehrsschild warnt bislang vor querenden Kindern. Die Schulleiterin wünscht sich eine bessere Beschilderung.

Warnschilder, Beleuchtung und breitere Fläche

Ratsfrau und Bürgermeisterin Teresa de Bellis (CDU) kann die Situation der Eltern und ihrer Kinder nachvollziehen: „Die Schule befindet sich in einem Gewerbegebiet“, sagt sie. Der Lieferverkehr sei dort zwar normal, die Lage der Schule aber nicht optimal. Sie sei der Tatsache geschuldet, dass man dringend weitere Schulplätze im Westen benötige. Nun müsse im Hinblick auf die Verkehrs-

sicherheit nachgebessert werden.

Einen Zebrastrifen vor Ort zu errichten, hält die Verwaltung allerdings nicht für möglich: Nach den gesetzlichen Vorgaben und Richtlinien müssten der Überweg und die Querenden frühzeitig für Kraftfahrzeugführer erkennbar sein, schreibt Robert Baumanns, Sprecher der Stadt. Das sei in der Kurve nicht gegeben. Die Verwaltung prüfe aber, wie die Querungsstelle verkehrstechnisch verbessert werden könne. Kurzfristig würden mehr Schilder vor der Verkehrsinsel aufgestellt, und solche, die auf Tempo 30 sowie die querenden Kinder hinweisen. Die Mittelinsel solle künftig beleuchtet werden. Für einen Radschutzstreifen sei die Fahrbahn allerdings zu schmal.

Wüst ehrt Stars der Lindenstraße

Bocklemünd. NRW-Ministerpräsident Hendrik Wüst (CDU) zeichnet 15 prominente Menschen aus, die sich für ein vielfältiges Miteinander einsetzen. Darunter auch Hans W. Geißendörfer, Erfinder und Produzent der früheren ARD-Serie „Lindenstraße“, der jetzt den Verdienstorden des Landes Nordrhein-Westfalen erhält.

Neben dem 85-jährigen wurden auch die „Lindenstraße“-Schauspieler Georg Uecker (63) und Claus Vinçon (69) ausgezeichnet, teilte die Staatskanzlei in Düsseldorf mit.

Ministerpräsident Hendrik Wüst verleiht den Orden insgesamt 15 Persönlichkeiten, die sich in besonderer Weise für ein offenes, vielfältiges und respektvolles Miteinander in NRW einsetzen und damit

auch die Gleichberechtigung

queerer Menschen stärken. Die von Geißendörfer erfundene „Lindenstraße“ habe schon früh Themen wie AIDS und gleichgeschlechtliche Beziehungen im deutschen Fernsehen aufgegriffen, hieß es zur Begründung. Außerdem fördere der 85-Jährige den Filmnachwuchs und engagierte sich für den Erhalt des deutschen Film-Erbes.

Uecker spielte in der „Lindenstraße“, die in München spielte, aber in Köln gedreht und produziert wurde, die Rolle des Carsten Flöter. Deswegen Kussszene mit Robert Engel (Martin Armknecht) galt 1990 als Skandal und ging als erster Schwulen-Kuss in einer deutschen Serie in die TV-Geschichte ein.



Die Besetzung der Lindenstraße zum 30. Geburtstag der Serie. Foto: Raimond Spekking / CC BY-SA 4.0 (via Wikimedia Commons)

Vom 12. bis 14. Juni: Gourmet- und Winzermeile, Kinderland und verkaufsoffener Sonntag

Lindenthaler Familien- & Veedelstfest 2026 / 12.- 14. Juni

Genuss, Begegnung und Familienprogramm mitten in Köln-Lindenthal

Köln, Mai 2026 – Der Ring Lindenthaler Geschäftsleute e.V. lädt am **zweiten Juniwochenende** zum großen Lindenthaler Familien- & Veedelstfest ein.

Von Freitag, 12. Juni, bis Sonntag, 14. Juni 2026, verwandeln sich die Dürener Straße und der Karl-Schwing-Platz in eine lebendige Festmeile mit Genuss, Musik und vielfältigen Angeboten für die ganze Familie.

Unter dem Motto „Der Sommer beginnt in Lindenthal“ erwartet Besucherinnen und Besucher ein hochwertiges Straßenfest mit besonderem Veedelcharakter. Die Kombination aus Familienprogramm, kulinarischen Angeboten, Musik und verkaufsoffenem Sonntag macht das Fest zu einem besonderen Treffpunkt für Menschen aus Köln und der gesamten Region.

Die Atmosphäre des Festes steht für das, was Lindenthal ausmacht: ein lebendiges, grünes und sicheres Stadtviertel mit hoher Aufenthaltsqualität und einem starken lokalen Einzelhandel.

Henning Moeller, Vorsitzender des Rings Lindenthaler Geschäftsleute e.V., erklärt:

„Für uns Lindenthaler Geschäftsleute ist es wichtig, dass Lindenthal nicht nur durch seine traditionell hochwertige Einkaufsstraße glänzt, sondern auch für die Bürgerinnen und Bürger ein Ort des Austauschs und der Begegnung ist. Lindenthal soll als sichere, lebendige und grüne Oase in der viertgrößten Stadt Deutschlands wahrgenommen werden.“

Verkaufsoffener Sonntag

Am **Sonntag zwischen 13-18 Uhr** öffnen die Geschäfte entlang der Dürener Straße ihre Türen und laden mit zahlreichen Aktionen, Angeboten und besonderen Erlebnissen zum entspannten Einkaufsbummel ein. Der verkaufsoffene Sonntag bildet traditionell einen Höhepunkt des Festwochenendes.

Das erwartet die Besucherinnen und Besucher

An allen drei Veranstaltungstagen bietet das Lindenthaler Familien- & Veedelstfest auf dem Karl-Schwing-Platz sowie entlang der Festmeile ein abwechslungsreiches Programm für Groß und Klein:

- Gourmet- und Winzermeile mit kulinarischen Spezialitäten
- Zwei Pop-up-Winebars mit ausgewählten Weinen renommierter Winzer
- Musik und Unterhaltung auf der gesamten Festmeile
- Kostenfreies Kinder-Spieleland und Kinder-Rallye (Sonntag, 11-19 Uhr, zwischen Karl-Schwing-Platz und Classen-Kappelmann-Straße)
- Kinderkarussell und Musikprogramm für Familien



Der Ring Lindenthaler Geschäftsleute e.V. freut sich auf zahlreiche Besucherinnen und Besucher aus

Köln und der Region sowie auf ein gemeinsames Wochenende voller Begegnungen, Genuss und Veedelstleben.

12. – 14. Juni Öffnungszeiten:

Freitag & Samstag
13:00 bis 22:00 Uhr

Sonntag
11:00 bis 20:00 Uhr

Spieleland
11:00 bis 19:00 Uhr



Das Wetter wird präsentiert von Habuzin

EIGENER SERVICE:
• LIEFERUNG • ANSCHLUSS
• ALTGERÄTABTRANSPORT

FACHGERECHTER EINBAU
von Haushaltsgeräten durch eigene Mitarbeiter

- Einbaukühlschränke
- Einbaugeräte
- Einbauspülmaschinen

WIR SIND FÜR SIE DA!

IHR EXPERTE:
STEPHAN BERG

ELEKTROGERÄTE • TV & SOUND

Habuzin
einfach persönlicher.

Antwerpener Straße 6-12 | 50672 Köln
Frankfurter Straße 567a | 51145 Köln (Porz-Eil)
0221/513481 und 02203/52800
Radio Habuzin | Inh. Rudolf Habuzin
www.habuzin.de

STEUERBERATUNG

BUCHHALTUNG

TAX-JUR Fohr-E.M.B.G.E.N.B.R.O.I.C.H
F & E Rechtsanwalt UG (haftungsbeschränkt)

WIR MACHEN DAS FÜR SIE!

- Jahresabschlüsse
- Lohn- & Finanzbuchhaltung
- Gewinnberechnung
- Betriebsprüfungen
- Erbschaftssteuerrecht
- Land- und Forstwirtschaft
- Einspruchsverfahren
- Internationales Steuerrecht
- Steuerfahndungsfälle
- Steuerstrafverfahren
- Finanzgerichtsverfahren
- Vollstreckungsverfahren
- Haftfälle u.v.m.

Im Alters- und Krankheitsfall auch Hausbesuche möglich.

Sie erhalten von uns eine persönliche Beratung.

WIR VERTRETEN IHRE INTERESSEN!

Ansprechpartnerin: Anke Schmidt • kontakt@emgenbroich-ug.de
☎ 0800 - 77 40 100 (kostenlos)
50670 Köln • Im Mediapark 8 • www.emgenbroich-steuerberater.de

Elf Tipps in Köln für erfrischende sommerliche Tage und Abende

Auf in den Biergarten

Altes Schwimmbad Riehl

Auf dem Gelände eines früheren Freibads in Riehl liegt der weitläufige Rhein-Sommergarten „Altes Schwimmbad“. Mit seinen rund 600 Plätzen bietet das Areal unter alten Bäumen viel Platz zum Entspannen abseits des City-Trubels. Neben kühlen Getränken und frisch gezapftem Kölsch hält die Karte die typischen Biergarten-Klassiker wie Bratwurst, Pommes und Brezeln bereit. An der Schanz 2a, 50735 Köln, Tel. 0221/57072283, Öffnungszeiten: bei schönem Wetter Di-So ab 13 Uhr, koeln-biergarten.de

Johann Schäfer Biergarten

An der Agrippinawerft in der Südstadt befindet sich der Biergarten von Johann Schäfer auf einer Terrasse am Rheinufer. Das gastronomische Angebot unweit der Kranhäuser umfasst Speisen wie Burger, Currywurst und Pommes sowie frisch gezapftes Bier, das an einem umgebauten Wagen bestellt wird. Die Plätze bieten einen freien Blick auf das Wasser und die Südbrücke. Es werden keine Reservierungen angenommen. Agrippinawerft 30, 50678 Köln, Tel. 0221/16860975, Öffnungszeiten (wetterabhängig): Mi-Fr ab 15 Uhr, Sa+So ab 12 Uhr, johann-schaefer.de/biergarten

Hafenterrasse am Malakoffturm

Direkt am Rheinufer und durch den angrenzenden Malakoffturm windgeschützt liegt der Biergarten der Hafenterrasse am Wasser. Je nach Sitzplatz blickt man von hier aus auf die Hohenzollernbrücke oder den Rheinhafen. Die Hafenterrasse selbst serviert ausschließlich Getränke; Speisen wie Pommes, Currywurst oder Flammkuchen können am direkt angrenzenden Matrosen-Grill bestellt und mit an die Tische genommen werden. Zudem ist es im Außenbereich gestattet, eigene Speisen mitzubringen. Am Schokoladenmuseum 1a, 50678 Köln, Öffnungszeiten: bei schönem Wetter täglich ab 11 Uhr

Biergarten am Aachener Weiher

Der Biergarten am Aachener Weiher gehört mit seinen zahlreichen Sitzplätzen im Grüngürtel zu den größten Außenbereichen der Stadt. Die Tische verteilen sich über eine weitläufige Fläche direkt am Wasser, die sowohl Platz für größere Gruppen als auch schattigere Bereiche unter Bäumen bietet. Gastronomisch setzt der Betrieb auf Selbstbedienung. Die Speisekarte umfasst Deftiges wie Schnitzel und Leberkäse, Imbissgerichte wie Currywurst und Pommes sowie eine Auswahl an Eis und Kuchen für den Nachmittag. Richard-Wagner-Straße, 50674 Köln, Tel. 0177/816 24 36, Öffnungszeiten: bei gutem Wetter täglich von 12 bis 24 Uhr, biergarten-aachenerweiher.de

Stadtgarten

Im Stadtgarten mischt sich das Publikum auf den Holzbänken unter den alten Bäumen. Ein großer Teil der Fläche ist mit Markisen überdacht, sodass man auch bei einem kurzen Schauer trocken sitzt. Neben dem Selbstbedienungs-Biergarten gibt es noch den bedienten Außenbereich des Restaurants. Auf der Karte stehen Flammkuchen, Burger und kleinere Snacks, wobei auch Vegetarier und Veganer eine gute Auswahl finden. Venloer Straße 40, 50672 Köln, Tel. 0221/952 99 4 21, Öffnungszeiten: Außenbereich bei schönem Wetter Mo-Fr ab 12 Uhr, Sa+So ab 11 Uhr, stadtgarten.de

Odonien

Zwischen rostigen Dinosauriern, Schraubenwesen und Insekten mit Scheinwerferaugen liegt einer der ungewöhnlichsten Biergärten Kölns: das Odonien. Im Skulpturenpark des Künstlers Odo Rumpf treffen Kunst, Schrott und Sommerbetrieb aufeinander. Hier lässt es sich entspannt ein Bier trinken, umgeben von skurrilen Metallskulpturen und offener Werkstatt-Atmosphäre. Das Gelände dient auch regelmäßig als Bühne für Märkte, Konzerte und Open-Air-Kino. Hornstraße 85, 50823 Köln, Tel. 0221/972 70 09, Öffnungszeiten: freitags 18-22 Uhr (Mai bis September), odonien.de



Foto: Klagenfurt

Rather Hof

Im Zentrum von Rath-Heumar liegt der Biergarten des „Rather Hof“, eingebettet in viel Grün. Ein großer Pavillon sorgt auch bei heißem Wetter für ausreichend Schatten. Kulinarisch wird die reguläre Karte regelmäßig durch wechselnde Wochenangebote ergänzt. Für Wein- und Bierfreunde gibt es außerdem wechselnde Monatsangebote. Zusätzlich sorgen Thementage für Abwechslung: mittwochs gibt es Burger, samstags frisch gegrillte Spareribs – jeweils auf Vorbestellung. Rös-rather Str. 676, 51107 Köln, Tel. 0221/864547, Öffnungszeiten: bei schönem Wetter täglich ab 17 Uhr, ratherhof.de

Dank Augusta in der Flora

Das mit dem „Award of Gastfreundschaft 2025“ ausgezeichnete Dank Augusta Gartenlokal in der Flora setzt auf ein Picknickkonzept im Grünen, bei dem die Gäste nichts selbst vorbereiten müssen. Geessen wird auf der Terrasse, umgeben von den weitläufigen Gartenanlagen und Blumenbeeten der Flora. Neben kleinen Gerichten gibt es auch Kuchen, Snacks und ein breites Getränkeangebot. Am Botanischen Garten 1a, 50735 Köln, Tel. 0221/284 84 84, Öffnungszeiten: bei schönem Wetter Mi-So 11.30-18 Uhr, dankaugusta.de

Rheinterrassen

Am Deutzer Ufer liegt dieser Biergarten mit direktem Blick auf den Rhein und das Dompanorama. Neben Kaffee, Kuchen und kühlen Getränken sorgt eine Auswahl an warmen Speisen wie Currywurst, Schnitzel und Leberkäse für die passende Stärkung, während Waffeln den Nachmittag versüßen. Unter großen Sonnenschirmen lässt es sich hier entspannt verweilen. Rheinparkweg 1, 50679 Köln, Tel. 0221/284 76 12, Öffnungszeiten: bei schönem Wetter Mo-Do ab 16 Uhr, Fr ab 14 Uhr, Sa+So ab 12 Uhr, rheinterrassen.eu/biergarten

Dieter **nuhr** auf Tour

12.03.2027 KÖLN LANXESS Arena

09.04.2027 GUMMERSBACH SCHWALBE arena

09.10.2027 BONN TELEKOM Dome

28.01.2028 LEVERKUSEN Ostermann-Arena

LISA ECKHART ICH WAR MAL WDR

10.12.2026 KÖLN LANXESS Arena

TORSTEN STRÄTER Die Zyklopen von Saint-Tropez

19.11.2026 GUMMERSBACH SCHWALBE arena

28.01.2027 OBERHAUSEN Ando/Weber-Arena

25.02.2027 KÖLN LANXESS Arena

26.11.2027 DÜSSELDORF Musiktheater Bonn

Weitere Termine unter agentur-luehr.de

Lesen Sie unsere Inhalte auch auf [Rheinische Anzeigenblätter.de](http://RheinischeAnzeigenblätter.de)

Galerie Jakob Köln

SOFORT BAR-GELD

Verkaufen Sie ihre alten Sachen für bares Geld!

Bares für Wahres
Das Haus Ihres Vertrauens

Kostenlose Begutachtung und Expertise!
Vereinbaren Sie einen Termin!

Lieber direkt zum Experten!
Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

| | | | | |
|------|------|------|------|------|
| Juni | Juni | Juni | Juni | Juni |
| Mo. | Di. | Mi. | Do. | Fr. |
| 08. | 09. | 10. | 11. | 12. |



bis zu 12.000 € für Ihren Pelz

Verkaufen lohnt sich JETZT! Profitieren Sie JETZT von den hohen Goldpreisen!

Wir kaufen an:

Wir zahlen bis zu **184,00 € pro Gramm**

Altgold - Bruchgold - Zahngold - Münzen - Barren - Platin - Broschen - Ketten - Uhren - Medaillons - Goldmünzen (auch defekt) - Bernsteinketten/Schmuck - hochwertiges Silber - Tafelsilber - Bestecke - Modeschmuck - antike Puppen - Pelze und vieles mehr!

Wir prüfen Ihre Artikel auf Echtheit und bewerten diese transparent und nachvollziehbar nach aktuellem Marktwert (je nach Zustand und Nachfrage).
Keine Verkaufsverpflichtung Ihres Stücks & diskret vorort!
Wir freuen uns auf Ihren Besuch - und zahlen sofort.

Höchstpreise für Ihre Möbel

Möbel-Ankauf!

(auch Sammlungen und rare Stücke)

Lederjacken: Wir zahlen bis zu 2.000 Euro

Wir bieten auch Haushaltsauflösungen an und kaufen Erbnachlässe auf!

ANKAUF VON PORZELLAN ALLER ART

Besuchen Sie uns in unserer Galerie oder vereinbaren Sie mit uns einen Termin!
JETZT ANRUFEN & TERMIN SICHERN! TERMINE NUR NACH TELEFONISCHER VEREINBARUNG!

0221 - 46619505

Inh. Sesge Macher . Ladengalerie: Eigelstein 30 - 50668 Köln
Mo. - Fr. 10-17 Uhr / Sa. 10-14 Uhr - E-Mail: galerie.jacob@gmx.de - www.galeriejakobkoeln.de
Auch Sonntags sind unsere Telefone besetzt! Jetzt Termin sichern!

Brauwelt Köln

Auf dem geschichtsträchtigen Gelände der ehemaligen Sünner-Brauerei in Kalk verbindet der Biergarten der „Brauwelt Köln“ industriellen Charme mit traditioneller Gemütlichkeit. Unter alten Bäumen und Backsteinmauern sitzen Gäste hier im rechtsrheinischen Köln bei frisch gezapftem Kölsch, Wiess oder obergärigen Bierspezialitäten aus der hauseigenen Manufaktur. Die Küche setzt auf deftige Brauhausklassiker. Kalker Hauptstraße 260/262, 51103 Köln, Öffnungszeiten: bei schönem Wetter Mi-So ab 16 Uhr, brauwelt-koeln.de

Biergarten am Rathenauplatz

An der Südseite des Rathenauplatzes liegt dieser Biergarten mitten im Quartier Latäng. Betrieben wird die Anlage von einer lokalen Bürgergemeinschaft, was dem Ort eine nachbarschaftliche Atmosphäre verleiht. Getränke und Speisen werden in Selbstbedienung von einem Pavillon aus ausgegeben. Auf der Karte stehen Hellers Kölsch sowie bodenständige Snacks und kleinere Gerichte. Rathenauplatz, Roonstraße 48, 50674 Köln, Öffnungszeiten: bei gutem Wetter Di-So 15-23 Uhr, rathenauplatz.koeln/biergarten

Neben einem Bußgeld werden bis zu 14 000 Euro fällig

60 Schilder weisen am Kölner Rheinufer auf das Badeverbot hin. Foto: Büge

Rettungseinsatz? Rheinbadern droht Selbstzahlung

Baden im Rhein ist lebensgefährlich. Deshalb gilt im Kölner Stadtgebiet seit dem vergangenen September ein Badeverbot im Rhein. Bei Missachtung wird ein Bußgeld in Höhe von bis zu 1000 Euro fällig. Doch nicht nur das: Sollte ein Rettungseinsatz nötig werden, wird es für den Verursacher nochmals deutlich teurer.

von ALEXANDER BÜGE

Köln. Und das hat auch seine Gründe. Denn der Aufwand für eine Rettung von Personen im Rhein (PRHEIN) ist für DLRG und Feuerwehr erheblich, kann aber je nach Lagebild und medizinischer Erforder-

lichkeit sowie der Einsatzdauer stark variieren. So können beispielsweise Führungsdienste (2 Fahrzeuge, 4 Einsatzbeamte), Rettungsdienste (2 Fahrzeuge, 4 Einsatzbeamte), Einsatzmittel wasserseits (1 Löschboot, 1 Rettungsboot, 8 Einsatzbeamte), Einsatzmittel luftseitig (1 Rettungshubschrauber, 3 Einsatzkräfte) Sonderfahrzeuge (Strömungsretter bzw. Rettungstaucher, 5 Einsatzbeamte) sowie Such- und Unterstützungsfahrzeuge (5 Fahrzeuge, 15 Einsatzkräfte) erforderlich werden. „Die Kosten für einen Rettungseinsatz PRHEIN können zwischen 6687,00 Euro und 14000,00 Euro variieren, wobei auch höhere Beträge möglich sind“, heißt es

vonseiten der Stadt auf Anfrage von Express - Die Woche. Unterschieden wird dabei aber ganz klar, ob eine Person einen Rettungseinsatz selbst verursacht hat, beispielsweise durch unachtsames Verhalten und dem Missachten des Badeverbots, oder ob sich jemand aus Versehen in Gefahr gebracht hat. „Wer vorsätzlich handelt – beispielsweise das Badeverbot missachtet – muss die Kosten für den Einsatz selbst tragen“, teilt die Stadt weiter mit. „Bei allen anderen PRHEIN-Einsätzen hängt dies von der Versicherungsart des/der Patienten ab: Bei gesetzlich versicherten Personen ist der Kostenträger die gesetzliche Krankenkasse. Bei privat versicherten Personen werden diese

als Selbstzahler für die Kosten des Rettungsdienstes in Anspruch genommen.“ Auch deshalb ist klar: Niemand sollte sich durch unnötiges Baden im Rhein in Gefahr begeben. Alleine im Jahr 2025 kam es in NRW zu 48 tödlichen Badeunfällen, wobei 21 Menschen in Flüssen ums Leben kamen. Der Grund: In Flüssen wie dem Rhein herrscht teilweise unberechenbare Kräfte, gegen die selbst erfahrene Schwimmer kaum ankämpfen können. Zudem entstehen an vielen Stellen Strudel, die Menschen tiefer ins Wasser ziehen können. Deshalb gilt in Köln am Rhein ganz klar: Das Verweilen in mehr als knöcheltiefem Wasser ist streng verboten.

Kühle Orte in der Stadt finden

Köln. Wem es jetzt Anfang Juni schon zu heiß ist, kann einen Service der Stadt Köln nutzen. Eine interaktive Karte wurde entwickelt, auf der kühle Orte eingetragen werden können. Das Projekt wurde bereits 2024 ins Leben gerufen. Es soll möglichst kühle Orte in Köln sichtbar machen und die Bürgerinnen und Bürger für Themen rund um Hitze sensibilisieren. Im Kölner Hitzeportal auf der städtischen Internetseite gibt es auch eine interaktive Stadtkarte. Hier können die Einwohnerinnen und Einwohner selbst ihre persönlichen kühlen Orte eintragen, die Schutz und Erholung vor den hohen Temperaturen bieten.

Kleine Symbole mit Sonnenschirmen auf der Karte zeigen, wo man es am besten aushalten kann. Dabei gibt die Farbe des Schirmchens Aufschluss über die Art des kühlen Ortes: Ein rotes Schirmchen steht für einen kühlen Innenraum, ein blaues Schirmchen ist ein Ort

am Wasser. Orange zeigt einen Platz im Schatten an, violett steht beispielsweise für einen Insider-Tipp.

Die Vielfalt der kühlen Orte ist groß: Schattige Sitzbänke in Parks zählen ebenso dazu wie Kirchen oder klimatisierte Einrichtungen. Ein Beispiel ist die Kirche St. Aposteln am Neumarkt: „Durch das dicke Mauerwerk und den recht dunklen Innenraum, herrscht hier auch bei extremen Außentemperaturen eine angenehme Kühle“, heißt es. Neben Fotos, die neugierig auf die kühlen Oasen machen sollen, können die Nutzerinnen und Nutzer auch weitere Informationen hinzufügen. Dadurch wird die Stadtkarte kontinuierlich von den Kölnerinnen und Kölnern mit ihren Empfehlungen und Erfahrungen aktualisiert und entwickelt sich stetig weiter.

Das Eintragen eines kühlen Ortes sei einfach: Die Nutzerinnen und Nutzer setzen ein-



Screenshot der interaktiven Karte im Hitzeportal der Stadt Köln. Foto: Screenshot

fach einen Punkt auf der digitalen Hitzeportal-Karte. Zusätzlich können sie den Namen des Ortes angeben und, falls möglich, kurze Hinweise zu Öffnungszeiten oder eventuellen Kosten hinzufügen. Einige Beispiele aus dem Portal sind: – Genovevohof als grüne Oase (Mülheim)

– Wasserspielplatz im Beethovenpark (Sülz)
– Die Stadtbibliothek ist im Kundenbereich durch eine Klimaanlage gekühlt (Innenstadt)
– Wasserspiele auf dem Pariser Platz (Chorweiler)
– Fühlinger See (Fühlingen). (red.)

stadt-koeln.de/hitzeportal

Su säht mer en Kölle

Duseldeer

Do fahre ich ganz brav op der Autobahn om Meddelstriefe un well jrad rääts rüvver op die räächte Sigg erüvverwächsele. Do kom doch verhaftich su e Duseldeer vun Fahrer met singer Strunzkess (Angeberauto) rääts aan mer vörbejeschosse. Do hat ich fies Dusel (Glück) gehatt. Wör do nit widder minige Schotzengel jewäse, dä zom

Jlökk immer op mich oppass! Mer ess et ävver en däm Momang (Moment) janz duselich (schwindlig) jewoode. Durch su en Duselei passeeren de mihtste Unfälle. Ich hann dann och beim Enschlofe lang jebrauch bes ich dann endlich enjeduselt (eingeschlafend) ben.

Katharina Petzoldt



Lesen Sie am Sonntag

Wir heizen das Fieber an

Die schönsten Fußballorte der Welt & WM-Quiz

Überall wird alles nur noch mit Duft angeboten

Das stinkt uns ganz gewaltig!

schnell. schneller.

Deutschland trennt - aber es geht noch besser

Duale Systeme starten bundesweite Aufklärungsoffensive Infos online unter www.muelltrennung-wirkt.de/de/deutschland-trennt/



„Deutschland trennt.“ Vom 6. bis 21. Juni findet die große Aktionswoche mit bundesweit 500 Events statt.

Region (red). Ob Verpackungsrecycling funktioniert, hängt maßgeblich von der richtigen Mülltrennung ab – und in Deutschland gibt es noch Verbesserungspotenzial. Gemeinsam mit kommunalen Abfallberatungen, Entsorgungsbetrieben und großen Handelsketten starten die dualen Systeme vom 6. bis 21. Juni mit der bundesweiten Aktion „Deutschland trennt.“ die bislang größte Partneraktion für richtige Mülltrennung in Deutschland. Windeln, Staubsaugerbeutel, Batterien oder Lebensmittelreste: Rund 30 Prozent der in Gelben Tonnen und Gelben Säcken gesammelten Abfälle gehören nicht dort hinein. Diese sogenannten Fehlwürfe bremsen eine effiziente Kreislaufwirtschaft aus und führen zum Verlust wertvoller Rohstoffe. Ursache sind häufig fehlendes Wissen oder längst widerlegte Mythen beispielsweise die Annahme, Verpackungen würden nicht recycelt, sondern größtenteils verbrannt oder ins Ausland exportiert. Das will die Aktion „Deutschland trennt.“ ändern. Mit der bundesweiten Aufklärungsoffensive engagieren sich die dualen Systeme gemeinsam mit kommunalen Abfallberatungen, Unternehmen der Abfall- und Entsorgungswirtschaft sowie führenden Handelsunternehmen aus den Bereichen Lebensmittel, Baumarkt, Drogerie und Biohandel für mehr und bessere Mülltrennung.

Aus recycelten Verpackungen entstehen in Deutschland jährlich rund vier Millionen Tonnen Sekundärrohstoffe. Sie sind eine wichtige Rohstoffquelle für die Herstellung neuer Verpackungen und Produkte. „Deutschland trennt bereits, das Potenzial ist aber nicht ausgeschöpft. Vor dem Hintergrund der wachsenden Bedeutung von Kreislaufwirtschaft

und Ressourcenschutz wollen wir mit „Deutschland trennt.“ möglichst viele Menschen erreichen, informieren und motivieren, ihre Abfälle richtig zu trennen“, sagt Axel Subklew, Sprecher der Initiative „Mülltrennung wirkt“. Die Initiative der dualen Systeme organisiert die gemeinsame Aufklärungsaktion zentraler Akteure der Kreislaufwirtschaft in Deutschland.

Bundesweite Aufklärungstour: 500 Live-Events, 20 Aufklärungsshowtrucks, 16 Tage: Vom 6. bis 21. Juni ist die Aktion „Deutschland trennt.“ bundesweit in Städten und Gemeinden unterwegs. Wie trennt man Joghurtbecher richtig? Und muss dieser vorher ausgewaschen werden? Wohin entsorge ich Batterien und Akkus? Vor Ort beantworten Aktionssteams aus Spezialistinnen der kommunalen Abfallberatungen und der dualen Systeme sowohl lokale als auch grundsätzliche Fragen der Bürgerinnen zu richtiger Mülltrennung. Rund um die Showtrucks und aufmerksame Teams aus Spezialistinnen der kommunalen Abfallberatungen besuchen außerdem Kitas, Schulen und Unternehmen mit maßgeschneiderten Informations- und Lehrmaterialien der dualen Systeme. Als „Trennbotschafterinnen“ geben sie der Aktion vor Ort ein Gesicht, etwa auf Aktionsplakaten in der Stadt. Lokale Entsorgungsunternehmen ermöglichen Besucherinnen darüber hinaus Einblicke in die Praxis, beispielsweise mit Besuchen ihrer Sortieranlagen. Alle teilnehmenden Kommunen und Termine der Aktion „Deutschland trennt.“ finden Sie auf der Aktionswebsite.

Handelspartner zeigen Verantwortung am Point of Sale

Rund 8,4 Millionen Tonnen Verpackungsabfälle fielen 2023 bei privaten Endverbraucherinnen in Deutschland an. In bundesweit rund 13.700 Märkten engagieren sich die 13 Handelspartner der Aktion „Deutschland trennt.“ direkt beim Einkauf für das korrekte Trennen gebrauchter Verpackungen. Sie informieren ihre Kundinnen mit Plakaten, über ihre Social-Media-Kanäle, mit Einkaufsinformationen und Aktionen auf ihren Parkplätzen. Die überdimensionalen XXL-Verpackungen zeigen Produkte ihrer Handelsmarken.

Breites Aktionsbündnis für mehr Kreislaufwirtschaft

Verbraucherinnen in Deutschland übernehmen eine zentrale Rolle für die Kreislaufwirtschaft: Je mehr und je besser sie Abfälle trennen, desto effizienter ist das Recycling von Verpackungen. Richtige Mülltrennung ist ein wesentlicher Baustein einer funktionierenden Kreislaufwirtschaft. Ziel der Aktion „Deutschland trennt.“ ist es, die Sammelmengen und -qualitäten gebrauchter Verpackungen zu erhöhen und damit einen Beitrag zum Klima- und Ressourcenschutz zu leisten. Die 2024 erstmals gestartete Partneraktion „Deutschland trennt.“ wird im Juni fortgesetzt. Kommunen, Hersteller, Handel, Abfall- und Entsorgungswirtschaft sowie die dualen Systeme mit ihrer Initiative „Mülltrennung wirkt“ informieren über richtige Mülltrennung und Recycling – bisher jedoch meist einzeln. Mit der dialogorientierten Aufklärung vor Ort in kommunalen Entsorgungsgebieten und in Partnermärkten will das Aktionsbündnis möglichst viele Menschen in Deutschland erreichen.

Var-Ort-Quiz mit tollen Preisen! Jetzt Termine online checken.

FÜR UNSERE UMWELT.

müll trennung- wirkt.de

Eine Initiative der dualen Systeme.

EXPRESS Die Woche

Köln { 1,073 Mio. Einwohner, 86 Veedel, 9 Bezirke, 1 EXPRESS - Die Woche

Ihr Marktplatez

Ihr Online-Marktplatz **kleinanzeigenmarkt-rheinland.de** **yourIMMO** **YOURJOB.de**

Bauen & Wohnen **Immobilien** **Kleinanzeigen** **Automarkt** **Bauen & Wohnen** **Bekanntschaften** **Immobilien** **Kleinanzeigen** **Reisemarkt** **Stellenmarkt**

Bauen & Wohnen

Badsanierung, Fliesen, Sanitär, Heizung, (Meisterbetrieb), kompetent, zuverlässig, günstig (Bad Ausst. 4180 € Zuschuss bei Pflegegrad) 0175-4018760

Bauunternehmen Klimek, Meisterbetrieb für Innen- und Außenputz, Wärmedämmung, Hoch-, Tief-, Innenausbau usw. auch Kleinaufträge. 0163-9296863

Rohrbruchbeseitigung - Ortung muss nicht teuer sein 02206-9442209

Ihre Anzeigen auch online!

Ihre Print-Online-Kombi ist direkt dabei! Buchen Sie jetzt eine Anzeige in Ihrem Anzeigenblatt. Diese erscheint zusätzlich kostenfrei online auf **Ihr Online-Marktplatz kleinanzeigenmarkt-rheinland.de**

Ein Angebot von: **Rheinische Anzeigenblätter.de**

Verkäufe Häuser

Wir verkaufen wegen Standortwechsel das Objekt, geeignet für die große Familie oder einfach für Menschen, die viel Platz brauchen: 0160-6316113

Kaufgesuche Häuser

Arzt sucht Widdersdorf, Lövenich, Weiden, Einfamilienhaus für Tochter (4-Personen-Haushalt), ab 120 m² Wohnfläche. Übernahme bis Jahresende, Sofortzahlung möglich. von Emhofen Immobilien, 0221-9405510, www.vonemhofen.de

Immobilien-gesuche

D&L Immobilien GmbH: Wir suchen Immobilien von privat: 0221-71820818

Investor sucht dringend Immobilien zum Kauf: Alles anbieten Zustand egal auch mit Problemen oder Sanierungsbedarf! Schnelle & seriöse Abwicklung mit Finanzierungsnachweis 0157-8817079 Dr. Berger

Kaufgesuche Grundstücke

Suche Grundstück, Abstellplätze, Wiese, Wald, auch Gebäude, Ähnliches zu kaufen evtl. mieten, 0178-4650719.

Garten

BAUEDIENST MÖDL
° Baum- und Risikofällungen inkl. Entsorgung
° Klettertechnik "Wurzelsägen"
° kostenlose Beratung
Tel. **02234 - 899988**

Verloren/Gefunden

Irak. Dokumente verloren. Ich Farhan Murad Joqi Zero habe meinen irakischen Pass, Nr.: A15507802 verloren. 0173-9125755

Kaufgesuche

Achtung: Ankauf von Pelzen
Wir zahlen bar von **€ 100,- bis zu € 10.000,-**
Antiquitäten · Teppiche · Taschen · Bleikristall · Bilder · Bücher · Puppen · Näh- und Schreibmaschinen · Briefmarken · Münzen · Golf- und Tennisschläger · Luxusuhren und Schmuck
Kostenlose und seriöse Abwicklung
Mo. - So. 8.00 - 20.00 Uhr erreichbar
☎ **0163/1678618**
Goldstern · Mandy Boßle

Verkäufe

Designer Nerz Cape Fuchsmantel, schwedischer designer Wendemantel zu verkaufen. 02234-72640

Dienstleistung

1a Haushaltsauflösungen mit Wertanrechnung. 0221-378265

1a Abfallentsorgung, Haushaltsauflösung, Entrümpelung www.batke-transporte.de 02234-59621

Malerarbeiten sauber, preiswert 02234-4308098

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

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

Musikmarkt

Kaufe bar, Zahle fair! Für gebrauchte Klaviere oder Flügel. Steinway, Bechstein, Bösendorfer etc. 0151-46400343

Verkaufe

1a Anna Dekorateurin kauft! Köln 0221-25960211 Kompl. Nachlässe, Porzellan, Kristall, alte Weine, Peitz, Handt., Gold-/Modeschmuck, Kamera, Fotoapp. Schallpl. Bücher, Bilder, Karnevalsorden, alles anbieten! Zahle bar/Fair

Verkaufe

Achtung, Bares für Rares! Hr. Stern sucht Massivholzmöbel, Porzellan, Gläser, Besteck, Schallpl. Briefmarken, Wand-/Standuhren, Bekleidung, Handtaschen, Musikinstrumente, uvm. 0177-8460580

Verkaufe

Kaufe gut erhaltene Einbauküchen und andere Möbel. 0171-3572560

Suche alten Vorwerk Staubsauger 0163-8015850

Automarkt

Wohnwagen/ Wohnmobile

Rolf kauft alle Wohnmobile & Wohnwagen 0221-2769612, 0177-5088242

Wir kaufen Wohnmobile & Wohnwagen 03944-36160 www.wm-aw.de Fa.

Fahrzeug-Kaufgesuche

02203 - 942 2085
Ankauf aller PKW's mit hoher Laufleistung, Motorschäden, Unfall, auch ohne TÜV etc. ☎ **0163 - 360 7145**

Ihre Anzeigen auch online!

Aktion! ☎ 0163-7940925 Wir kaufen Ihr Auto ob mit Motorschaden, hohe KM, Unfallwagen oder kein TÜV, PKW/LKW-Ankauf. Sie erhalten bei uns den besten Preis! ☎ **0172-4038446**

Aufgepasst! Wir kaufen jedes Auto zum Höchstpreis! Ob mit Unfall, Schaden oder hohe KM. Seriöse Abwicklung. ☎ 0176-32281910

Schrauber sucht Gebrauchtwagen 0163-4861921

Verlag: Kölner Anzeigenblatt GmbH & Co. KG August-Horch-Str. 10, 51149 Köln Geschäftsführung: Udo Waldau

Medienverkauf: 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. 5 ab KW 01/2026

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

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

EXPRESS Die Woche

IMPRESSUM

Wochenzeitung für die Stadt Köln mit 11 Teilausgaben

Druckauflage: 526.643 Exemplare
Verteilte Auflage: 493.784 Exemplare
Kostenlose Verteilung an die Haushalte in Köln.

Druck: RZ Druckhaus Mittelrheinstraße 2, 56072 Koblenz
Für die Herstellung dieser Zeitung wird Recyclingpapier verwendet.
Für unverlangt eingesandene Manuskripte und Bilder wird keine Gewähr übernommen.

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

Verkaufe

1a Aber absolut alles Ankauf, Pelzankauf, Bekannt für höchste Seriosität, Abendgarderobe, Landhaus Mode, Lederwaren, Bücher, Silberbesteck, Münzen, Uhren, Häkeldecken, Zinn, Schmuck, Porzellan, Kristall, Römergläser, Leuchter, Teppiche, Gobelins, Gemälde, Holzfiguren, Karnevalsorden, Handtaschen, LP, CD, Näh- u. Schreibmaschinen, Puppen, Wertschätzung, bitte alles anbieten. Weiß Tel: 0178-3735914

Verkaufe

1A Anna Dekorateurin kauft! Köln 0221-25960211 Kompl. Nachlässe, Porzellan, Kristall, alte Weine, Peitz, Handt., Gold-/Modeschmuck, Kamera, Fotoapp. Schallpl. Bücher, Bilder, Karnevalsorden, alles anbieten! Zahle bar/Fair

Et echte kölsche Jeföhl.

1 x wöchentlich frei Haus.

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

Das ist der

Bekanntschaften

Ihre Anzeigen auch online!

Rheinische Anzeigenblätter.de

aktuell regional

Rheinische Anzeigenblätter.de

Highlight fürs Handy!

Uns gibts als E-Paper: express-die-woche.de

An diesen Orten finden Sie uns!

SIE SUCHT IHN VON HERZ ZU HERZ ER SUCHT SIE

Sylvia, 50 J, Beamtin, eine unternehmungslustige, gepflegte Akademikerin mit Interesse für Konzerte, Musicals, Theater und Reisen sucht einen humorvollen, bodenständigen Partner, der das Leben mit all seinen Facetten schätzt und Kinder als Bereicherung sieht. Wer hat Lust auf gemeinsame Unternehmungen, Tiefgang und ehrliche Zweisamkeit? Wenn Du Dich angesprochen fühlst, melde Dich über: (5522/154664) GFZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎ 0800-333 1117

Steffi, 60 J., Regierungsangestellte, eine gutaussehende, ganz zauberhafte Frau mit einer absolut positiven Ausstrahlung, nicht ortsgelassen. Sie ist sportlich, reist gerne, mag Musik. Wieso sich mit Alleinsein abfinden, wenn man es sich als Paar richtig schön machen kann? Ich möchte Glück und Liebe, möchte Hand in Hand durchs Leben gehen, möchte Entscheidungen auf zwei Schultern tragen, möchte liebevolle Momente teilen können und Erinnerungen zusammen erschaffen. Melde dich über: (5522/1160859) GFZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎ 0800-333 1117

Susanne, 62 J., Sozialpädagogin, hübsch, sehr humorvolle, lebenswerte + offene Wesensart, zuverlässig + unkompliziert. Ich liebe total gerne - doch ich vermisse, wenn ich ehrlich bin, wieder einen festen Partner an meiner Seite, mit dem ich vieles unternehmen, mein Leben teilen kann. Ich sehne mich nach starken Armen, die mich für immer festhalten, nach ehrlicher Liebe, nach Küssen. Ich bin naturverbunden, reise gerne, koche nicht schlecht, fahre Rad, wandere - und freue mich auf ein Kennenlernen! Ruf an über: (5522/1171154) GFZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎ 0800-333 1117

Claudia, 63 J., Architektin i.R., eine sympathische Witwe mit Herz + Verstand, schlank, sportlich (wandern, schwimmen, radeln), sie geht auch gerne mal in die Sauna. Ich bin unternehmungslustig, liebe es, mit Menschen zusammenzusein - doch was mir fehlt ist ein Partner an meiner Seite. Jemand, mit dem ich das Leben + meine Gedanken teilen kann, gemeinsam reisen, wandern in den Bergen - möchten auch Sie schöne Momente als Paar erleben, Glück spüren? Melden Sie sich über: (5522/170982) GFZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎ 0800-333 1117

Annette, 65 J., Haushälterin i.R., sehr warmherzig, weibliche, vollbusige Figur, fröhlich, sie betreut auch gerne ältere Menschen. Ich mag es, mit anderen Menschen zusammenzusein, bin hilfsbereit - aber leider habe ich privat noch nicht das große Glück gefunden. Wenn ich abends für mich alleine koche, bin ich oft traurig. Ich möchte wieder das Gefühl spüren, geliebt zu werden, bin eine gute Hausfrau, wäre bei Sympathie nicht ortsgelassen. Melden Sie sich über: (5522/135416) GFZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎ 0800-333 1117

Andrea, 66 J., Diplom-Ingenieurin, gut aussehende Witwe, flott, humorvoll, ausgeglichene, sie reist gerne, besucht Musicals, Ausstellungen, wandert gerne, ist offen für vieles. Ich hoffe, auf diesem Wege einen kultivierten Mann kennenzulernen, mit dem ich noch viele Jahre mit viel Harmonie + Liebe erleben darf. Wie wäre es, wenn wir den Sommer schon zusammen erleben, jeden Tag zu einem wunderschönen Tag zu zweit machen? Zu zweit fühl ich das Leben einfach anders, schöner und leichter an! Melden Sie sich über: (5522/1162997) GFZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎ 0800-333 1117

Jutta, 68 J., Krankenschwester i.R., hübsch, sehr nett und ganz natürlich, interessiert an Musik, Sport, sie liebt schöne Spaziergänge. Das Leben hat in jedem Alter so viel schönes und interessantes zu bieten - was halten Sie davon, wenn wir uns ab sofort ein wunderschönes Leben zu zweit machen? Kleine Reisen unternehmen, die schönen Momente im Leben teilen, gemeinsam essen gehen, „wir“ sagen? Melden Sie sich über: (5522/1169248) GFZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎ 0800-333 1117

Sonja, 70 J., Altenpflegerin i.R., 1,70 m, einfach nur liebenswert, hilfsbereit, sportlich (wandern), sie interessiert sich für das aktuelle Geschehen. Das Leben ist schön, egal, wie alt man ist - aber ohne einen Partner machen viele Dinge einfach weniger Spaß und man kommt sich oft als Anhängsel vor. Ich suche einen netten Partner, den ich wieder glücklich machen kann. Sind Sie der Mann, den ich lieb haben kann, mit dem ich alles Schöne im Leben erleben darf, den ich gerne zum Mittelpunkt meines Lebens machen würde? Ruf an unter: (5522/1142677) GFZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎ 0800-333 1117

Brigitte, 77, Witwe mit viel Herz, eine ganz herzliche Frau, gepflegt, mobil, Partnerschaft bedeutet, füreinander in guten wie in schlechten Zeiten da zu sein, den anderen so zu nehmen, wie er ist. Ich vermisse Nähe und Zweisamkeit, möchte gerne Ihr Leben mit meiner Fröhlichkeit erhellten, mit Ihnen viele unternehmen. Zu meinen Hobbies zählen Musik, Reisen, Kochen, Theater, Spaziergänge - ich würde mich über ein Kennenlernen freuen! **Bei Liebe könnte ich auch zum Partner ziehen!** Melden Sie sich über: (5522/171123) GFZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎ 0800-333 1117

Marianne, 71 J., Dr. Ärztin i.R., eine aparte, schlank, Witwe, die Sonne im Herzen hat, fit und aktiv (Skii, Wandern, Radfahren), bei Liebe nicht ortsgelassen. Wissen Sie, was ich mir wünsche? Ich möchte einen netten Partner finden, jemanden, mit dem ich reden und lachen kann, der unternehmungslustig + aktiv ist, der eine Beziehung ernst nimmt, offen für neues ist, dem ich Liebe wie mir in seinem Leben + in seinem Alltag fehlt. Melden Sie sich über: (5522/1169985) GFZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎ 0800-333 1117

Martha, 72 J., Hauswirtschafterin i.R., liebevolle, gepflegte Witwe, sie mag Konzerte, Theater, Reisen, ist eine gute Köchin. Lange Spaziergänge durch die wunderschöne Natur, gemeinsame Ausflüge o. Reisen, unbeschwertes Lachen, ab morgen für den Rest des Lebens glücklich zu zweit sein, eine liebevolle, erfüllte Partnerschaft - wollen Sie das auch? Ich würde mich gerne um Sie kümmern! Melden Sie sich über: (5522/170877) GFZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎ 0800-333 1117

Irene, 75 J., hübsche Seniorin, eine sehr herzliche Frau mit junggebliebenem Wesen, eig. Pkw. Man sollte das Leben nicht mit Jahren füllen, sondern die Jahre mit Leben! Ich reise gerne (Berge + Meer), bin sportlich (wandern, Ski), gehe in die Sauna, bin naturbegeistert, koche gerne + gut, möchte meinen Alltag wieder mit jemandem teilen, möchte eine feinfühlig Partnerschaft in Liebe aufbauen, einen treuen Mann finden, für den ich ganz da sein möchte. **Bei Sympathie bin ich nicht ortsgelassen!** Melden Sie sich über: (5522/1169957) GFZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎ 0800-333 1117

Volker, 69 J., Ingenieur i.R., gutaussehender Witwer, humorvoll, lebenswürdig. Es ist wohl mehr als unwahrscheinlich, dass ganz plötzlich eine nette Dame bei mir vor der Tür steht - deshalb hoffe ich, Sie lesen diese Zeilen. Was kann ich Ihnen über mich erzählen? Ich liebe das Reisen, treibe Sport (Wandern, Golf, Radfahren), kann etwas kochen, gehe gerne ins Kabarett - und suche eine Partnerin für ein harmonisches Leben mit vielen gemeinsamen Erlebnissen, für gemeinsame Stunden mit viel Lachen! Melden Sie sich über: (5522/171159) GFZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎ 0800-333 1117

Alexander, 57 J., Handwerksmeister, ein gut verwitweter, sympathischer, fröhlicher Wesensart, mit Interesse für Musik, Kino, wandern, er ist handwerklich begabt, liebt Spaziergänge mit seinem Hund. Trotz eines frühen Schicksalsschlags glaube ich an ein neues Glück, das dann hoffentlich ganz lange hält, suche eine Partnerin, mit der ich alles in Harmonie und Liebe teilen möchte. Jeder Tag gemeinsam fühlt sich besser an, jede Unternehmung ist ein fröhliches, harmonisches Erlebnis. Ich bin ein fröhlicher, harmonischer und schöner! Ruf an über: (5522/1468609) GFZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎ 0800-333 1117

Matthias, 62 J., netter Witwer, 1,81 m, richtig lebenswert mit einem riesengroßen Herzen, sportlich (wandern, Radfahren), er reist gerne, ist unternehmungslustig. Treues Herz zu verschenken! Hast du Lust auf ein Leben zu zweit, auf reisen, abends schön Essen gehen, auf einen gemeinsamen Weg, ein fröhliches, harmonisches, liebevolles, feinfühliges Miteinander, lieben, lachen - vielleicht mit mir? Melde dich über: (5522/170543) GFZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎ 0800-333 1117

Markus, 66 J., warmherziger Senior, Witwer, ein absoluter Herzensmensch, einfühlsam, ein Mann voller Wärme + Empathie, mit Interesse für schöne Reisen, Sport, Musik, er liebt die Natur. Das Leben hat, egal wie alt man ist, schöne Tage - haben Sie Lust, den Herbst des Lebens mit mir gemeinsam zu genießen? Wir könnten zu zweit Essen gehen, verreisen, Pläne für den Sommer schmieden, uns ganz behutsam kennenlernen - einfach Glück + Liebe spüren - ein Leben in Harmonie! Ruf an über: (5522/1167500) GFZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎ 0800-333 1117

Jörg, 71 J., Akademiker i.R., ein gut aussehender Mann mit Herz, Hirn und Witz, 1,85 m, zu seinen Hobbies zählen Reisen, Kultur, Sport (Segeln, Skilaufen, Motorradfahren). Ich bin mutig, Sie über diesen Weg zu suchen - jetzt seien auch Sie mutig und melden Sie sich! Sind Sie die fröhliche Dame, die die nächsten 20 Jahre mit mir erleben möchte, die eine Beziehung vermisst, in der viel gelacht, geredet, unternommen wird, in der Harmonie, Click, Liebe zu Hause sind? Rufen Sie an über: (5522/1448856) GFZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎ 0800-333 1117

Ulrich, 74 J., leif. Angestellter i. R., sportlich, mit jugendlicher Art und Ausstrahlung, er kocht + singt gerne. Ich bin kein Opa-Typ, lache, liebe das Meer, bin bewegungsfreudig, mag Theater, Musicals + Kleinkunst. Sind Sie die nette Dame, die wie ich noch viele Träume und Pläne hat, deren Herz ebenso wie meins noch an Gefühl und Liebe glaubt? Ich finde: eine harmonische Partnerschaft mit ehrlicher Liebe ist mit keinem Geld der Welt zu bezahlen - finden Sie auch? Rufen Sie an über: (5522/153210) GFZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎ 0800-333 1117

Bernd, 77 J., Geschäftsführer i.R., charmanter Witwer, ein Mann mit Format, aufgeschlossen, höflich, gut aussehend, 1,87 m, er liebt es zu reisen, geht gerne schön essen, ein angenehmes Gesprächspartner, ein Partner für ein harmonisches Zusammensein, schöne Ausflüge, die aber auch die hässliche Gemühtlichkeit schätzt, die nochmal echte Liebe finden möchte. Rufen Sie an über: (5522/1168212) GFZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎ 0800-333 1117

Ludwig, 79 J., Masch.-bautechniker i. R., ein aufgeschlossener, lebenswerter, wirklich warmherziger Witwer, 1,80 m, der gerne wandert, Golf spielt, er besucht Konzerte, Theater, reist sehr gerne, fährt Auto. Wissen Sie, was ich hoffe? Dass wir durch diese Zeilen eine Chance auf ein Glück zu zweit bekommen! Ich suche von ganzem Herzen eine liebe Dame für eine herzliche Partnerschaft, möchte gemeinsam mit ihr die Welt anschauen, Freude am Leben haben, Lachen, eine herzerfrischende Zweisamkeit + Liebe finden. Rufen Sie an über: (5522/1168654) GFZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎ 0800-333 1117

Günter, 81 J., Projektleiter i.R., im Herzen jung geblieben, ein attraktiver, gepflegter Witwer, der trotz eines Schicksalsschlags seine fröhliche Wesensart nicht verloren hat. Wenn ich ehrlich bin, habe ich nur einen Herzenswunsch: Ich möchte noch mal eine nette Dame kennenlernen, möchte noch mal glücklich sein - **Auf Wunsch auch bei gehen. wohnen!** Was halten Sie davon, wenn wir zusammen an die See fahren, uns gemeinsam auf den Sommer freuen, wieder Freude im Herzen haben? Melden Sie sich über: (1503/170711) GFZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎ 0800-333 1117

Klaus, 83 J., Bäcker i.R., verwitwet, harmonisierend + feinfühlig, reisefreudig (Berge + Meer). Ich bin vielseitig interessiert, mag Ausflüge, gute Gespräche, koche gerne, gehe aber auch gerne Essen - darf ich hoffen, vielleicht schon bald mit Ihnen gemeinsam? Ich suche die liebevolle, natürliche Dame, die wie ich nicht länger alleine sein möchte, die sich gerne über alles austauscht, optimistisch ist, mit der ich noch hoffentlich viele harmonische, glückliche Jahre erleben möchte - **auch bei gehen. wohnen.** Melden Sie sich über: (1503/171006) GFZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎ 0800-333 1117

Harmut, 85 J., Ingenieur i.R., sympathischer Witwer, 1,85 m, fit, aufmerksam, naturverbunden, handwerklich geschickt, Pkw. Leider bin ich verwitwet - doch es wäre schön, wenn ich auch in meinem Alter noch mal eine neue Liebe, ein neues Glück finden würde! Wo ist die Dame, die mit mir eine Reise machen möchte, die Natur + Garten mag, gerne auch mal in die Sauna geht, jeden Tag mit viel Herzlichkeit und Zweisamkeit zu einem schönen Tag machen möchte? Melden Sie sich über: (1503/1169890) GFZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎ 0800-333 1117

Ulrich, Mitte 80, Handwerksmeister i.R., vital + fit, 1,82 m, ein statischer Witwer mit lebenswertem, humorigem Wesen, der bei schönem Wetter oft mit dem Rad fährt, gerne reist. Gemeinsam das Leben genießen - wäre das nicht schön? Ich möchte so gerne auch im höheren Alter eine Bekanntschaft zu einer netten Dame aufbauen, möchte Spaziergänge im Park unternehmen, eine Tasse Kaffee mit guten Gesprächen und Lachen, das behutsame Wachsen von Nähe + Zuneigung! Melden Sie sich über: (1503/171098) GFZ GmbH, Mo-Fr 10-18 h, Samstag 10-14 h/Sonntag 10-18 h Anruf kostenlos ☎ 0800-333 1117

Auch online unter **YOURJOB.de** **Stellenmarkt**

Arbeitsangebote

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

Verkäuferin (m/w/d), flexibel in Teilzeit, für Imbiss in der Innenstadt gesucht. ☎ 0151-23324392

Arbeitsgesuche

Biete Gartenarbeiten, Zaunbau & Baumfällung. Preiswert, schnell, Grünabfall-Entsorgung ☎ 0157-59104804

Ehepaar sucht Gartenarbeit (Dauerstellung) 0163-1941947

Erladige sämtliche Innen- und Außenarbeiten, Trockenbau z.B. Garten-, Putz- und Maurerarbeiten, sowie Laminat u. Pflasterarbeiten verlegen, streichen, abreißen, fachgerechte Ausführung, rund ums Haus ☎ 0176-25389824

Gartenarbeit aller Art, Sorgfältig, preiswert, schnell, Grünabfall-Entsorgung ☎ 0157-87070585

Stellenangebote Auszubildende

Ausbildungsplatz zum Steuerfachangestellten (m/w), Abitur oder Fachabitur, Steuerberater, Türkischkenntnisse erwünscht, mail@dr-barthel.de, 0221 53990.

Rheinische Anzeigenblätter.de aktuell und regional

Stellenangebote

Berater (m/w/d) im Bereich Flirt & Erotik gesucht. Gute Verdienstmöglichkeiten, Home Office möglich. Tel. 0221-964464228

Lagerarbeiter/Staplerfahrer für gut bezahlte unbefristete Dauerstellungen AGILIS-Zeitarbeit GmbH ☎ 0221-234785

Privathaushalt in Köln-Lindenthal sucht Haushälterin für 3 Tage die Woche, jeweils für 4 Stunden, in Festanstellung. Bitte senden Sie Ihre Bewerbung an die folgende email Adresse: haushaltin@linden.thal@web.de

Ihre Anzeigen auch online!

Stellenanzeigen.de **YOURJOB.de**

Rheinische Anzeigenblätter.de

ANZEIGEN SCHALTEN GANZ EINFACH ONLINE!

✓ jederzeit
✓ Anzeigen gedruckt und online auf **YOURJOB.de**

rheinische-anzeigenblaetter.de/anzeigen

Niederberger Gruppe ... seit 1924

sucht **Reinigungskräfte** für unser Objekt in **Köln-Porz**.
AZ: Mo. - Fr. ab 06:00 Uhr, 3 - 4 Stunden täglich
Bei Interesse bitte unter 0163/6352249 melden.

Niederberger Gruppe ... seit 1924

sucht **eine/n Elektriker/in** auf Minijob-Basis (gerne auch Rentner/innen), Führerschein Klasse B empfehlenswert.
AZ: Fr. ab 08:00 Uhr
Bei Interesse bitte unter 02203-935260 melden

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

Unsere Zeitung zustellen!

Wer mindestens 13 Jahre alt ist und am Wochenende wenige Stunden Zeit hat, kann sich bei uns über einen flexiblen Zuverdienst freuen.

EXPRESS Die Woche

Freie Stellen in Ihrer Nähe:

☎ 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

Account Manager
(m/w/d) in Vollzeit für den Bereich Bonn

Wir bauen unser Team weiter aus und suchen Sie als Account Manager (m/w/d) zum nächstmöglichen Zeitpunkt. Kommunikationsstarke Kolleg:innen, die sich für Medien begeistern und gemeinsam mit uns am Erfolg unserer Kunden arbeiten möchten, sind herzlich willkommen.

Was wir bieten:

- Eine attraktive Vergütung
- 30 Tage Urlaub im Jahr
- Mobiles Arbeiten im Büro, von zu Hause oder direkt beim Kunden vor Ort
- Ein familiäres Team auf Augenhöhe mit einem starken Zusammenhalt
- Spannende Projekte, flache Hierarchien und kurze Entscheidungswege
- Regelmäßige Weiterbildung und Coaching

Ihre Aufgaben:

- Gemeinsam mit Ihren Kolleg:innen betreuen Sie unsere lokalen Kunden vor Ort und erarbeiten gemeinsam mit Ihren Kunden optimale Werbekonzepte; egal ob klassisch Print oder Digital.

Ihr Profil:

- Sie haben B2B-Erfahrung, idealerweise im Verlagswesen
- Sie sind mündlich und schriftlich kommunikationsstark
- Sie sind Teamplayer:in
- Sie kommunizieren und verkaufen gerne
- Sie sind serviceorientiert
- Sie sind eine aufgeschlossene Persönlichkeit

Haben wir Ihr Interesse geweckt? Dann bewerben Sie sich jetzt hier:

Rhein-Sieg-Anzeigenblatt GmbH, z.Hd. Petra Fischer, Pfaffenweg 15, 53227 Bonn oder per E-Mail: bewerbung@schaufenster-bonn.de

Ein Angebot von: **Rheinische Anzeigenblätter.de**

Die Online-Marktplatz **kleinanzeigenmarkt** meinland.de

Ihre Anzeigen auch online!

Kölle putzmunter feiert Jubiläum

Mit über 200000 Teilnehmern gegen den Müll in ganz Köln



Auch auf der Schildergasse wurde in den letzten Jahren bereits fleißig gesammelt. Foto: AWB

Eine tolle Aktion feiert jetzt ihr ganz großes Jubiläum. Kölle putzmunter gibt es nun schon seit 25 Jahren. Und die Botschaft ist weiterhin klar: Durch ein bisschen Engagement in den Veedeln kann jeder zu einem lebenswerteren Köln beitragen.

von **ALEXANDER BÜGE**

Köln. Und genau das haben in den letzten 25 Jahren über 200000 Teilnehmer getan. Bei mehr als 5000 Aktionen haben sie Müll sowie Abfallreste zusammengetragen und letztlich an die Abfallwirtschaftsbetriebe Köln (AWB) zum Abtransport übergeben. Ein freiwilliges und unentgeltliches Engagement für ein schöneres Köln, das gar nicht hoch genug bewertet werden kann. Seit 25 Jahren zeigt sich hier, was möglich ist, wenn eine ganze Stadt gemeinsam anpackt: Tausende Kölnerinnen und Kölner setzen ein starkes Zeichen für Verantwortung, Ge-

meinschaft und die Liebe zu ihrem Veedel“, sagt Thomas Thalau, der Vorsitzende der AWB-Geschäftsführung. „Dieses beeindruckende Engagement für ein sauberes Köln ist gelebter Bürgersinn – und etwas, worauf wir alle mit Stolz blicken können.“

Besonders erfreulich: Das Interesse sich bei der Aktion zu engagieren ebbt nicht ab. Ganz im Gegenteil. So wurden allein im vergangenen Jahr im Rahmen von Kölle putzmunter 552 Aktionen durchgeführt, bei denen die AWB insgesamt 6225 Kinderhandschuhe, 9605 Erwachsenenhandschuhe und 18635 Müllbeutel an 23630 Teilnehmer ausgeliehen hat. Ein Trend, den auch William Wolfgramm erfreut, der Beigeordnete für Klima, Umwelt, Grün und Liegenschaften der Stadt: „Ein sauberes Köln geht uns alle an. Daher verdient es größten Respekt, dass so viele Kölnerinnen und Kölner jedes Jahr aufs Neue bei ‚Kölle putzmunter‘ mit anpacken und damit zeigen, dass ihnen eine saubere Umwelt wichtig ist“, sagt Wolfgramm. „Für diesen un-

ermüdlischen Einsatz zugunsten der gesamten Stadtgesellschaft möchte ich mich ganz herzlich bedanken.“

Gleichzeitig ist klar: In Köln gibt es immer noch zu viele Menschen, die ihren Müll einfach rücksichtslos auf Straßen, in Parks oder Wäldern hinterlassen. Entsprechend wichtig ist es, dass auch in Zukunft viele Menschen im Rahmen von Kölle putzmunter mit anpacken.

Ein Engagement ist dabei einfacher denn je. Schließlich unterstützt die AWB das Vorhaben das gesamte Jahr über. So werden nach einer unkomplizierten Anmeldung einer Aktion auf der Website der AWB und der dafür benötigten Materialien beispielsweise Handschuhe und Müllsäcke zur Verfügung gestellt. Nach dem Ende der Aktion wird das Gesammelte letztlich an einem vereinbarten Treffpunkt abgeholt und entsprechend entsorgt. So soll auch in den nächsten Jahren dafür gesorgt sein, dass engagierte Bürger die Chance haben, Köln ein kleines Stück lebenswerter zu machen.



Selbst die Roten Funken haben sich schon bei Kölle putzmunter beteiligt. Foto: AWB

Veranstaltungen im Bezirksrathaus Porz 2026

Lily und Lily (Premiere)
Komödie mit Franziska Traub, Rebecca Lara Müller, Alexander Milz u.a.
Sa., 12. September 2026, 20 Uhr

Medden us dem Levve
Kölsche Lebensart mit viel Satire, Komik und handgemachter Live-Musik
Fr., 18. September 2026, 20 Uhr

Ingo Appelt
„Männer nerven stark“
Fr., 2. Oktober 2026, 20 Uhr

Das Fräulein Wunder
Musikalische Komödie von Murat Yeginer
Fr., 9. Oktober 2026, 20 Uhr

Christian Ehring
„Vershönung“
Sa., 14. November 2026, 20 Uhr

www.rathausaal-porz.de
alle Karten unter:
köln ticket Hotline 0221 0221 & west ticket bonn ticket 2801
T: 0221 221 - 97333
Stadt Köln

aktuell und regional
Rheinische Anzeigenblätter.de

Bewerbung eingereicht: Die Kölner wollen in Münchner Festzelte rein



Muss man sich mal vorstellen: Das Kölsch würde wohl in den klassischen Bierkrügen angeboten.
Foto: Rawf8 - stock.adobe.com

Gaffel plant Oktoberfestrevolution

Die Kölner Gaffel-Brauerei bereitet sich auf einen Coup vor. Die Vision: Auf dem Münchner Oktoberfest, urbayrische Tradition seit 1810, fließt in Zukunft Kölsch aus dem Fass!

von MARCEL SCHWAMBORN

Köln. Hintergrund: Ein Münchner Gastronom klagt derzeit gegen das Vergabesystem der Stadt München und fordert eine europaweite Ausschreibung der großen Festzelte. Zwar hat die Vergabekammer Südbayern diesen Eilantrag in erster Instanz abgewiesen. Da der Kläger jedoch Beschwerde beim Bayerischen Obersten Landesgericht angehängt hat, bleibt der formelle Unterschriften-Stopp für die Zulassungsverträge mit den Wirtinnen vorerst bestehen. Der neue grüne OB hat angekündigt, dass er offen sei für das

Verfahren. In diesem rechtlichen Schwebezustand kommen jetzt die kühnen Kölner Gaffel-Brauer ins Spiel. Die haben bei der verantwortlichen Stelle in Bayern eine Bewerbung abgegeben. Diese liegt dem EXPRESS vor. Im Schreiben bekundet die Kölner Traditionsbrauerei (gegr. 1908) ihr „grundsätzliches Interesse an einer zukünftigen Teilnahme am Oktoberfest in München“. Als traditionsreiche Familienbrauerei mit jahrzehntelanger Erfahrung verfüge das Unternehmen „über umfangreiche Kompetenz im Bereich Volksfeste, Großevents und Festivalformate mit hohen Besucherzahlen.“ Dazu zählt die Privatbrauerei „unter anderem langjährige Erfahrungen bei sehr großen Volksfesten wie dem Kölner Oktoberfest.“ Umfangreiche Aktivitäten im Kölner Karneval, „der hinsichtlich seiner kulturellen Bedeu-

tion, organisatorischen Anforderungen und Besucherzahlen durchaus mit dem Oktoberfest vergleichbar ist“ kämen hinzu, ebenso das Open-Air- und Festivalformat „Jeck im Sunnesching“. Man würde sich daher freuen, frühzeitig Informationen zu möglichen Bewerbungsverfahren und Beteiligungsverfahren zu erhalten. Da Kölsch zu den bekanntesten Bierstilen der Welt zähle und auch international eine hohe Wertschätzung erfahre, zeigt sich Gaffel überzeugt, dass eine Beteiligung einer Kölsch-Brauerei am Oktoberfest „auf großes Interesse stoßen und eine besondere Aufmerksamkeit erzeugen würde.“ Das diesjährige Oktoberfest findet vom 19. September bis 4. Oktober 2026 statt. Die Festzelte teilen sich traditionell heimische Brauereien wie Paulaner, Hofbräu, Augustiner oder Löwenbräu auf.

Stadt will einige Baustandards senken

von JULIA HAHN-KLOSE

Köln. Der Wohnungsbau in Köln soll weniger kosten. Dafür wollen Stadtverwaltung und Wohnungswirtschaft die Auflagen beim Klimaschutz senken. Durch weniger Vorgaben soll Bauen günstiger werden und mehr Wohnungen entstehen. Mit dem Dialog „Köln baut bezahlbar“ will die Verwaltung mit den Wohnungsunternehmen zudem Hemmschwellen identifizieren, die Baukosten in die Höhe treiben. Hohe Baukosten bedeuten auch hohe Mieten für den entstehenden Wohnraum. Und in Köln fehlt

es gerade an bezahlbaren Wohnungen. Gleichzeitig sollen die städtebaulichen Ziele Kölns gewahrt bleiben, wie etwa eine bestimmte Quote an Grünflächen und Spielplätzen pro neuer Wohnung. Moderatorin und Mediatorin zwischen den Ämtern ist Francka Schinkel, Leiterin der Wohnungsbauleiste der Stadt. Sie hat erste 22 Punkte vorgestellt, über die der Rat am 2. Juli entscheiden soll. Davon sind drei Punkte besonders entscheidend. Nummer eins ist die Zulassung eines anderen Standards nach dem Gebäudeenergie-

gesetz, als es bislang die Klimaschutzleitlinien vorgeben. In Köln gilt der Effizienzhausstandard (EH) 40, bundesweit EH 55. Je kleiner die Zahl, desto energieeffizienter ist ein Haus. Allerdings ist ein EH-40-Haus auch teurer im Bau. Ein Bauträger soll künftig auch den geringeren Energiestandard (EH) 55 wählen dürfen, dafür das Haus aber mit Wärme aus 100 Prozent erneuerbaren Energien versorgen. Der zweite Punkt ist die Stellplatzverordnung. Sie besagt, wie viele Auto- und Fahrradparkplätze einzuplanen sind. Diese Verordnung will die

Verwaltung bis zum Ende des Jahres grundlegend überarbeiten. Vor allem Genossenschaften mit kleineren Bauvorhaben sollen es leichter haben. Der dritte Punkt ist eine Änderung des Kooperativen Baulandmodells. Das schreibt unter anderem vor, dass Investoren beim Bau größerer Projekte auch Grünflächen, Spielplätze und Kitas mitbauen müssen. Von zum Beispiel 10.000 Quadratmetern bleiben dann darunter nur 6000 übrig, auf denen tatsächlich Wohnungen entstehen - 60 Prozent also. Dieser Anteil soll erhöht werden. Zum anderen soll der Faktor verän-



Die Stadtverwaltung will mit dem Projekt „Köln baut bezahlbar“ die Auflagen im Wohnungsbau senken.
Foto: Cyril PAPOT - stock.adobe.com

dert werden, mit dem die Stadt berechnet, wie viele Personen statistisch in ein neues Quartier ziehen. Der liegt aktuell bei 2,3 Personen pro entstehender Wohneinheit. Tatsächlich

veröffentlicht die Stadt aber seit Jahren in ihren Statistiken, dass pro Haushalt im Schnitt in Köln nur 1,86 Personen leben. Die Berechnung will die Stadt nun überprüfen.

ANZEIGE

Cholesterinsenker

Warum machen sie uns müde und erschöpft?

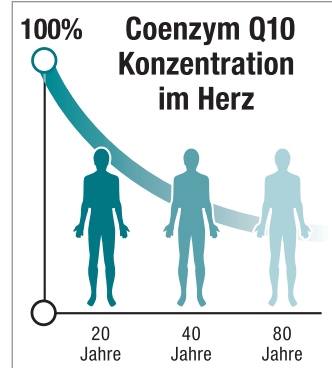


Sie nehmen cholesterinsenkende Medikamente ein und fühlen sich oft müde und erschöpft oder haben Muskelbeschwerden? Das steckt dahinter ...
Fast acht Million Deutsche nehmen aufgrund eines zu hohen Cholesterinspiegels Statine (cholesterinsenkende Medikamente) ein. Diese reduzieren das Risiko zahlreicher Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Wie bei fast allen Arzneimitteln kann es aber auch bei Statinen – neben deren positiver Wirkung – zu

unerwünschten Begleiterscheinungen kommen. So kann eine Statintherapie etwa von anhaltender Erschöpfung, dem Gefühl ständiger Müdigkeit oder auch muskulären Problemen begleitet sein. Aber woran liegt das?
Zu wenig Coenzym Q10!
Statine reduzieren nicht nur die Bildung von Cholesterin, sondern ungewollt auch die körpereigene Produktion von Coenzym Q10. Im Gegensatz zu dem überschüssigen Cholesterin ist dieser Stoff lebenswichtig für unseren

Körper. Er wird von jeder einzelnen Zelle zur Energiegewinnung benötigt – besonders von Herz und Muskulatur. Ist zu wenig davon vorhanden, kann es zu den oben genannten Begleiterscheinungen kommen.
Zusätzlicher Abbau
Die Grundproblematik: Auch mit zunehmendem Alter nimmt der körpereigene Coenzym Q10 Spiegel ab. Bereits mit 40 Jahren reduziert er sich bei Männern wie Frauen um rund ein Drittel. Patienten, die Choleste-

rinsenker verschrieben bekommen, trifft es also gleich doppelt. Immer mehr Kardiologen emp-



fehlen daher, neben den Cholesterinsenkern zusätzlich Coenzym Q10 einzunehmen. In den USA ist diese Kombination längst gängige Praxis. Nicht zuletzt deshalb ist Coenzym Q10 eines der meistgekauften Nahrungsergänzungsmittel überhaupt.

Sinnvolle Ergänzung

In Österreich vertrauen die Apothekenkunden hier vor allem auf ein Produkt: Dr. Böhm® Coenzym Q10.* Nur eine Kapsel davon liefert die empfohlene Tagesdosis von 100 mg. Es ist in seiner Zusammensetzung einzigartig und überzeugt Ärzte wie auch Apotheker unter anderem durch folgende Punkte:
• **Bioverfügbarkeit**
Da Coenzym Q10 fettlöslich ist, wurde der Nährstoff in den Kapseln von Dr. Böhm® in Öl gelöst. Nur so kann es vom Körper gut aufgenommen werden. Man kennt dies auch vom Karottensaft, den man immer mit ein paar Tropfen Öl verfeinern sollte, um das enthaltene Vitamin A besser aufnehmen zu können.
• **Höchste Qualität nach Arzneimittelstandards**
Wie alle anderen Dr. Böhm®-Produkte werden auch die Coenzym-Q10-Kapseln nach höchsten Arzneimittelstandards produziert – keine Selbstverständlichkeit. So können Sie auf die Sicherheit und Qualität des Produktes vertrauen.

Gestalten Sie Ihre Statintherapie sinnvoll mit der Ergänzung Dr. Böhm® Coenzym Q10.

*Apothekenabsatz: Coenzym Q10 lt. IQVIA Österreich OTC Offtake MAT 03/26

FRAGE an den Experten
Dr. Christine Kiesel
Allgemeinmedizinerin
im Körper vorkommen, unterscheiden sie sich in ihrer physiologischen Rolle. Für die Energieproduktion von Herz und Muskeln liegt die überzeugendste Studienlage eindeutig für Ubichinon vor.
Ubichinon oder Ubichinol?
Coenzym Q10 ist in zwei Formen verfügbar: Ubichinon und Ubichinol. Obwohl beide Achten Sie beim Produktvergleich auf diesen wichtigen Unterschied.

PRODUKT-TIPP
DIE ERGÄNZUNG ZU CHOLESTERINSENKERN

NEU
Dr. Böhm® Coenzym Q10
100 mg Kapseln – nur 1 x täglich
• Verringerung von Müdigkeit (Vitamin B12)
• Für eine normale Herzfunktion (Thiamin)

Dr. Böhm® Coenzym Q10
✓ Nur 1x täglich – 100 mg Ubichinon
✓ Verringert Müdigkeit (Vitamin B12)
✓ Sehr gute Bioverfügbarkeit – in Öl gelöst

Falls nicht vorrätig, bestellt Ihre Apotheke Dr. Böhm® Coenzym Q10 gerne für Sie unter:
PZN: 20398051 (30 Stk) UVP: 19,90 €