

wir **Bornheimer**

Mitteilungsblatt • 24. Jahrgang • Nr. 1
Samstag, 18.01.2025

Bornheim-Ort • Brenig • Dersdorf • Hemmerich • Hersel • Kardorf • Merten
Roisdorf • Rösberg • Sechtem • Uedorf • Walberberg • Waldorf • Widdig

www.wir-bornheimer-online.de



„Wenn's alte Jahr erfolgreich war,
dann freue dich aufs neue.
Und war es schlecht, ja dann erst recht.“
Albert Einstein

**Wir wünschen
Ihnen alles Gute und
ganz viel Glück
für 2025!**



**FRISCH
GESTRICHEN!**

thomas gutmann
M A L E R M E I S T E R

Bornheim-Merten
Mobil: 0177-55 99 200
www.machsgutmann.de



**ENGELS
BEDACHUNGEN GmbH**
– Meisterbetrieb –

Mühlenfeld 3, 53332 Bornheim
www.engels-bedachungen.de

☎ 02227 / 99 11 0

Wärmedämmarbeiten
Klempnerarbeiten
Gerüstbau
Bedachungen aller Art
Fassadenverkleidung
Flachdachsaniierungen



**gütelhöfer
Immobilien**
Die Immobilienexperten

Rheinbach Bornheim ☎ (02226) 88 399-81
☎ (02222) 828 92-91

Martinstraße 30
53359 Rheinbach

Königstraße 56
53332 Bornheim

**VERKAUF | VERMIETUNG
WERTERMITTLUNG**

guetelhoefer.com



**Jetzt
Gutschein
anfordern!**



**ausgezeichnet
durch:**



Computertreff für Senioren startet wieder

Der Seniorenbeirat der Stadt Bornheim startet am Freitag, 7. Februar 2025, mit dem beliebten Computertreff für Senioren in das neue Jahr.

Zu Beginn gibt es einen Kurzvortrag über die Funktionalität von WhatsApp. Außerdem stehen an diesem Tag Jugendliche bereit, um den Seniorinnen und Senioren Fragen und Problemen rund um Computer und Handy zu beantworten und bei der praktischen Anwendung zu unterstützen.

Diese generationenübergreifende Zusammenarbeit fördert nicht nur den Wissensaustausch, sondern auch das Verständnis zwischen Jung und Alt. Der Computertreff bietet Senioren eine großartige Gelegenheit für Senioren, sich mit moderner Technologie vertraut zu machen und die eigenen digitalen Fähigkeiten zu verbessern. Ob es um die Nutzung von Smartphones, Tablets oder Computern geht, die Jugendlichen zeigen wie es geht und geben praktische Tipps.

Geplante Veranstaltungen Seniorenbeirat 1. Halbjahr 2025		Jan	Feb	März	April	Mai	Juni
Computertreff	Bürgerhaus Kardorf Tra- venstrasse 19. 15.00- 18.00Uhr		7.2	7.3	4.4	2.5	6.6
Handarbeitstreff	Bürgerhaus Kardorf Tra- venstrasse 19. 15- 17.30 Uhr	6.1 20.1	3.2 17.2	- 17.3	7.4 -	5.5 19.5	2.6 16.6
Lasst uns Singen	Bürgerhaus Kardorf Tra- venstrasse 19. 15.00- 17.00 Uhr	30.1	20.2	27.3	24.4	22.5	26.6
Lasst uns Singen	Kath. Pfarrzentrum Hersel, Rheinstrasse 202, 14.00-16.00 Uhr	16.1	13.2	13.3		15.5	12.6
Repair Cafe	Bürgerhaus Kardorf Tra- venstrasse 19. 18.00- 20.00 Uhr	2.1	6.2	6.3	3.4		5.6
Repair Cafe	WFG Bornheim, Johann Phillip Reisstr 15. 15.00-18.00	10.1	14.2	14.3	11.4	9.5	13.6
Repair Cafe	Kath. Pfarrzentrum Hersel, Rheinstrasse 202, 14.00-17.00 Uhr	20.1	17.2	17.3		19.5	16.6

Die Veranstaltungen des Seniorenbeirats im ersten Halbjahr 2025

Neben dem Computertreff bietet der Seniorenbeirat regelmäßig auch ein offenes Singen, einen Handarbeitstreffs und ein Repair-Café an. Die für das erste Halbjahr

2025 geplanten Termine finden Interessierte in der nebenstehen- den Tabelle. Nähere Informatio- nen veröffentlicht der Senioren- beirat auch auf seiner Internetseite

unter www.bornheimer-senioren.de. Der Seniorenbeirat freut sich auf zahlreiche Teilnehmerinnen und Teilnehmer und einen erfolgreichen Start ins neue Jahr.

Ende: Der Seniorenbeirat informiert



Qualität ist unsere Stärke



Balduin GmbH

Fenster
Türen
Rollläden
Insektenschutz

Balduin GmbH • Inhaber: Harald Josef Balduin
Blumenstraße 97 • 53332 Bornheim
Telefon 022 27 / 22 83 • Telefax 022 27 / 55 32
www.balduin-bornheim.de • balduin@netcologne.de

LOKALES

Karnevalszug in der Stadt Bornheim

Nach der Erstürmung der Hoffburg durch unser Bornheimer Dreigestirn sind wir nun in der 5. Jahreszeit, dem Fastelovend, voll und ganz angekommen. Die KG Bonnem Alaaf e.V. wird mit viel Karnevalsfreude die Session 2025 zur Freude aller Karnevalsjecken ausgiebig feiern. Zusammen mit dem Bornheimer Dreigestirn werden wir auf vielen Bühnen und Sälen in Bornheim und Umgebung präsent sein. Das karnevalistische Treiben der Session 2025 in der Stadt Bornheim wird final am 2. März durch den Karnevalszug 2025 in der Stadt Bornheim mit vielen bunt verkleidete Jecken gefeiert.

Der Karnevalszug 2025 startet um ca. 14.11 Uhr vom Reuterweg, in Richtung Zehnhoﬀstraße, Diergardtstraße, Burgstraße, Burghenden, Apostelpfad, Königstraße, Schillerstraße, Wallrafstraße bis zur Burgstraße (Auflösung). Die Wallrafstraße wird für den Karnevalszug passierbar sein. Die Anmeldung für die Teilnahme am Karnevalszug 2025 durch die Stadt Bornheim hat begonnen. Wer gerne teilnehmen möchte, meldet sich bitte beim Zugleiter des Veranstalter KG Bonnem Alaaf e.V, Herrn Uwe Schneider, per E-Mail unter der E-Mail-Adresse: Zugausschuss@bonnem-alaaf.de bis spätestens 23. Januar an.

Kirchenchor ehrte langjährige Mitglieder

Gelungenes Cäcilienfest - Außerordentliches Engagement vom Diözesan-Cäcilienverband ausgezeichnet

Sechtem. Seit 60 Jahren singen Sibille Bell und Ingrid Schmitz im Sechtemer Kirchenchor, Wolfgang Bison und Christina Rech seit 50 Jahren. Paul Kluitmann vom Vorstandsteam des Chores würdigte die vier aktiven Sängerinnen und Sänger ausführlich im Rahmen des letztjährigen Cäcilienfestes. In Vertretung des erkrankten Pfarrers Matthias Genster überbrachte Pater Emanuel Poetry die Glückwünsche des Erzbischofs und überreichte die Jubiläumsurkunden des Diözesan-Cäcilienverbandes Köln. Chorleiter ist seit 30 Jahren Joachim Stahl, der den Festabend mit Michael Vianden musikalisch gestaltete. „Mit außerordentlichem Engagement haben Sie sich in den 60 (beziehungsweise 50) Jahren Ihrer Mitgliedschaft um die Kirchenmusik verdient gemacht und zur Verkündigung des Glaubens in der Heiligen Liturgie beigetragen“, heißt es in den Ehrenurkunden. Und das ist nicht übertrieben. „Ich war schon immer vom Singen begeistert und habe auch heute immer noch viel Spaß bei den Cäcilianern“ erklärt Sibille Bell ihr langjähriges Engagement. Das Sechtemer Urgestein Ingrid Schmitz betont den tolle Zusammenhalt beim gemeinschaftlichen Singen. „Das ist in unserem Chor einfach super.“ Christina Rech kam über verschiedenen



Paul Kluitmann, Christina Rech, Ingrid Schmitz, Joachim Stahl, Sibille Bell, Wolfgang Bison und Pater Emanuel Poetry (v.l.) freuten sich über ein gelungenes Cäcilienfest. Foto: WDK

Stationen in Hessen und Rheinland-Pfalz 1990 zuerst nach Kardorf und schließlich nach Sechtem, „für mich einfach ein Glückgriff, dass ich schlussendlich in dieser Chorgemeinschaft gelandet bin.“ Und Wolfgang Bison ist seit 1974 aktiver Sänger, davon 1994 in Sechtem. Obwohl zwischenzeitlich nach Ollheim „ausgewandert“, kommt er trotz der beträchtlichen Wegstrecke auch in den letzten 25 Jahren regelmäßig zu „seinem Chor. Denn hier habe ich mich immer wohlfühlt und das wird auch so bleiben.“ Allen vier Geehrten ist anzumerken, dass sie nicht nur auf eine wundervolle Vergangenheit zurückblicken, sondern

voller Tatendrang den kommenden Aufgaben entgegensehen. Beim Cäcilienfest im letzten November sang der Chor zunächst in der Abendmesse bevor es zum Festabend mit schmackhaftem Essen, passenden Getränken und Live Musik ins Pfarrheim ging. Die heilige Cäcilia, die wegen ihres christlichen Glaubens im dritten oder vierten Jahrhundert in Rom hingerichtet wurde und deren Gedenktag der 22. November ist, ist die Schutzpatronin der Kirchenmusik. Der Kirchenchor Cäcilia Sechtem wurde 1887 gegründet und hat zurzeit 40 aktive Sängerinnen und Sänger. Das Repertoire umfasst traditionelle

und moderne geistliche Lieder und Chorwerke sowie weltliche Lieder. Seit über 20 Jahren gestaltet der Chor, unterstützt von Solisten und mit Orchester, am 2. Weihnachtstag die Festmesse. Im Laufe des Jahres erfreut der Chor mit seinem Gesang bei Gottesdiensten, beim Pfarrfest, im Adventskonzert und bei einigen anderen Anlässen seine Zuhörer. Auch die Geselligkeit kommt nicht zu kurz. Über neue Mitglieder würde der Chor sich sehr freuen. Wer Interesse hat, kommt einfach zu einem Probenabend im katholischen Pfarrheim (Wiener Straße 2a, jeweils montags von 20 bis 21.30 Uhr). (WDK)

HALLMANN

Nur bis
31.01.

Alle Marken-
fassungen
ab 10,-*

Zusätzlich:
-50%
auf alle
Markengläser*

GROSSER
INVENTURABVERKAUF!

*Gültig bis 31.01.2025. Nur für Neuaufträge, keine Barauszahlung möglich. Das Fassungsangebot gilt auf die gesamte MyLife Kollektion, nur beim Kauf von Brillengläsern. Das Glasangebot gilt beim Kauf eines Meisterglas® Gaspaars. Sie erhalten 50% auf den Glaspreis. Beide Angebote sind miteinander kombinierbar, nicht mit anderen Komplettpreis-/Angeboten. Optik Hallmann GmbH, Große Str. 27, 24937 Flensburg

Alfter • Bornheim • Bornheim-Merten • Roisdorf (SUTI Center) Gratis-Tel: 0800/412 6000 • optik-hallmann.de

Informationen zur Bundestagswahl 2025

Die vorgezogene Bundestagswahl findet am Sonntag, 23. Februar, statt. Das Wahlbüro im Raum 901 des Bornheimer Rathauses, Rathausstraße 2, ist bereits geöffnet. Allerdings werden die Wahlbenachrichtigungen bundesweit erst ab dem 23. Januar verschickt. Erst dann ist es sinnvoll, Briefwahlunterlagen zu beantragen, da erst dann die Anträge bearbeitet werden können.

Wer von zu Hause aus wählen möchte, kann die Briefwahlunterlagen ebenfalls im Wahlbüro beantragen - entweder persönlich, per E-Mail an wahlbuero@stadt-bornheim.de oder ab 14. Januar

per Online-Wahlschein-Verfahren unter www.bornheim.de/wahlschein-beantragen. Aufgrund der Nähe zur Bundestagswahl müssen die Menschen ihre Briefwahlunterlagen kurzfristiger beantragen, ausfüllen und zurücksenden als es normalerweise der Fall ist. Per Telefon dürfen Wahlunterlagen übrigens nicht beantragt werden. Man kann die Unterlagen aber per E-Mail anfordern. Dabei sind folgende Angaben zu machen: Familiennamen, Vornamen, Geburtsdatum und Wohnanschrift. Ebenfalls möglich ist es, die Briefwahlunterlagen per Post zu beantragen. Der Vordruck hierfür

befindet sich auf der Rückseite der Wahlbenachrichtigung. Der Benachrichtigung kann man auch entnehmen, in welchem Wahlbezirk man wahlberechtigt ist und wo sich am 23. Februar das Wahllokal befindet. Um Briefwahlunterlagen für Familienmitglieder zu beantragen, ist es zwingend erforderlich, deren Wahlbenachrichtigung und eine persönlich unterschriebene Vollmacht vorzulegen. Ein entsprechender Antrag hierfür befindet sich ebenfalls auf der Wahlbenachrichtigung. Erst ab dem 7. Februar kann im Wahlbüro nicht nur die Briefwahl beantragt, sondern auch

direkt dort gewählt werden. Auch wer dort seine Stimme abgeben möchte, sollte seine Wahlbenachrichtigung mitbringen. Wenn das nicht möglich ist, reicht auch ein gültiges Ausweisdokument. Wahlberechtigte Bürgerinnen und Bürger, die bis zum 2. Februar keine Wahlbenachrichtigung erhalten haben, wenden sich bitte umgehend an das Wahlbüro. Die Öffnungszeiten sind montags bis mittwochs von 7.30 bis 16 Uhr, donnerstags von 7.30 bis 18 Uhr und freitags von 7.30 bis 12.30 Uhr. Telefonisch erreicht man das Wahlbüro unter 02222 945-444.

Anzeige

THE SCOTTISH MUSIC PARADE - das Original direkt aus Edinburgh im Kölner Tanzbrunnen Open-Air

Freitag, 23. Mai 2025 * 19.30 Uhr * Köln Tanzbrunnen Open-Air

Echten keltischen Zauber und schottische Lebensfreude - das können die Zuschauer erleben, wenn „THE SCOTTISH MUSIC PARADE“ - das Original aus Edinburgh, am Freitag den, 23. Mai 2025 um 19.30 Uhr nach Köln in den Tanzbrunnen kommt.

Dudelsackspieler, Trommler, Musiker, Sänger und Tänzer, allesamt direkt aus Schottland eingeflogen, nehmen das Publikum einen Abend lang mit auf eine ebenso mitreißende, spannende und abwechslungsreiche musikalische Reise. Mit im Gepäck ist diesmal ein Best Of -Programm mit den bekanntesten und erfolgreichsten Titeln

und Arrangements der letzten 10 Jahre.

Vor einer Schlosskulisse mit Türmen und Zinnen - die Nachahmung eines schottischen Castles - präsentieren die Künstler immer neue Facetten der schottischen Kultur. Brauste eben noch der eindrucksvolle Klang der Bagpipes und Drums durch die Ränge und erfasste die Menschen auf den Tribünen, sorgen im nächsten Moment gefühlvolle Balladen voll Sehnsucht und Weite für berauschende Stille.

Die mitwirkenden Künstler gehören zum Besten, was Schottland zu bieten hat. Die meisten der Teilnehmer sind beim weltberühmten

Edinburgh Tattoo regelmäßig mit von der Partie. Zu den Dudelsackspielern und Trommlern zählen viele Gewinner internationaler Wettbewerbe und Weltmeister auf ihren Instrumenten.

Übrigens ist auch das Edinburgh Tattoo mit 300.000 Besuchern jedes Jahr eine Open Air-Veranstaltung, so dass auch die Freilichtbühne am Tanzbrunnen in Köln mit seinem Flair genau passend zur Scottish Music Parade gewählt ist. Selbst die Kombination zwischen traditionellem Dudelsack-Spiel und moderner Rockmusik von Paul McCartney bis Coldplay gelingt. Denn wenn die Gitarristen mit ihren E-Gitarren „voll aufdrehen“ und das

gesamte Ensemble mit seinen traditionellen Instrumenten z.B. zu Paul McCartneys „Mull of Kintyre“, Dire Straits' „Going Home“, Rod Stewarts „Sailing“ oder Simple Minds' „Belfast Child“ nach und nach mit einstimmt, ist das Gänsehaut-Feeling garantiert. Schlussendlich bringt das Regiment der Trommler mit seinem „Drumfeuerwerk“ das Burgtheater dann ganz zum Kochen.

Nur bis zum 3. Februar gilt ein Frühbucherrabatt für Leser von 15% auf die Ticketpreise. Tickets erhalten Sie unter 0221-28 01, an allen bekannten VVK-Stellen und online unter www.bestgermantickets.de

Fr. 23.05.25 · 20⁰⁰ · Köln · Tanzbrunnen Open-Air

THE SCOTTISH MUSIC PARADE

Das Original aus Edinburgh! Mit „Best Of“-Programm!

DUDELSACKSPIELER, TÄNZER, SÄNGER, TROMMLER, ROCKBAND, ORIGINAL-KANONADEN

Nur bis 03. Februar: 15 % Frühbucherrabatt für Leser

Tickets unter Tel. 0221-2801 Online: bestgermantickets.de ohne Versandgebühr



Zeit für Bildung: Einladung zum Vortrag über kirchliche Wappen

Die „Zeit für Bildung“ der Evangelischen Kirchengemeinde Vorgebirge beschäftigt sich zum Beginn des neuen Jahres mit einem geschichtsträchtigen aber bis heute aktuellen Thema. Beinahe jede Firma oder Organisation hat heutzutage als Teil ihres visuellen Erscheinungsbilds ein Logo. Architektur, bildende Kunst oder historische Dokumente - sie alle wurden jahrhundertlang häufig mit Wappen und heraldischen Motiven versehen. Ähnlich einer Unterschrift, die gleichzeitig einen Stand markiert und einen Urheber symbolisiert, haben Wappen bis heute eine fast vergessene Funktion. In unserer Zeit verbinden viele Menschen Wappen eher mit weltlichen Figuren, wie

etwa Königen, Fürsten oder reichen Familien. Doch auch im kirchlichen Kontext sind sie immer noch präsent und haben nichts von ihrer Schönheit und ihrer Funktion eingebüßt. Der Vortrag mit Bildern von Pfarrer Niels Wey bietet einen Blick auf Kirchliche Heraldik als vergessenen Schatz, ein spannendes Feld - nicht nur für Geschichts- und Kunstliebhaber. Treffpunkt ist am Freitag, 10. Januar, um 19.30 Uhr, wieder die Evangelische Markuskirche in Hemmerich, Rösberger Straße 35. Die Kirche ist barrierefrei zu erreichen und der Eintritt wie immer frei. Für eine Anmeldung unter evelyn.geupel@t-online.de ist die Gemeinde dankbar.

Patronatsfest und Krönungsball

Wir freuen uns, seitens der St. Sebastianus Schützenbruderschaft Roisdorf wieder zum Patronatsfest und Krönungsball am Samstag, 25. Januar, einladen zu dürfen. Wir beginnen um 9 Uhr mit einem feierlichen Hochamt in der Pfarrkirche St. Sebastian in Roisdorf zu Ehren unseres Königspaares Christian und Silke Rott, der Bürgerkönigin Christina Flamme sowie der Bürgerprinzessin Marie Zimmermann. Die musikalische Gestaltung der Messe erfolgt durch die Musikfreunde Roisdorf. Im Anschluss an den Gottesdienst versammeln wir uns im

Pfarrheim Sankt Clara in Roisdorf zum gemeinsamen Frühstück mit Ehrung verdienter Vereinsmitglieder. Um 19.30 Uhr (Einlass ab 19 Uhr) startet dann der traditionelle Krönungsball im Rathaussaal der Stadt Bornheim mit Unterhaltungsmusik, Tanz und einer großen Tombola sowie dem Empfang der Karnevalsprinzessin Anneliese I. aus Roisdorf nebst Gefolge. Anmeldungen und Platzreservierungen für den abendlichen Krönungsball werden gerne von Walter Klemmer (Tel. 02222-2535) oder Dr. Mark Steinhauer (Tel. 02222-64328) entgegengenommen.

Seniorentag in Merten

Die Dorfgemeinschaft Merten lädt alle Mertener Senioren, die das 70. Lebensjahr vollendet haben, zum Seniorentag am Mittwoch, 5. Februar, in das Festzelt auf dem Dorfplatz (Heinrich-Böll-Platz) ein. Die Teilnahme ist kostenlos. Die Senioren werden bei Kaffee und Kuchen einige unterhaltsame Stunden in gemütlicher Runde verbringen. Das Dreigestirn hat sein Kommen zugesagt. Die Dorfgemeinschaft

hofft, dass viele der Einladung folgen. Aus datenschutzrechtlichen Gründen können die Senioren nicht persönlich eingeladen werden. Es wurden Einladungen an alle Haushalte verteilt. Die Dorfgemeinschaft bittet sich bis zum 22. Januar bei Josef Breuer (Tel. 02227/5013) oder Herbert Meyer (Tel. 02227/929714) telefonisch anzumelden.

Ihre Alternative für Bonn! Citroën-Service

Autohaus Schiffmann
GmbH & Co. KG

Kölnstr. 333 • 53117 Bonn
Telefon: (0228) 555 89-0
Fax: (0228) 67 83 53
citroen@auto-schiffmann.de



CITROËN

www.autohaus-schiffmann.de

PMMPG*

*Du suchst eine neue Position?

Dann sitzt Du bei uns
genau richtig.

*Die Kanzlei mit dem Jeansfaktor.

Wir suchen:

- Steuerberater (m/w/d)
- Steuerfachangestellte (m/w/d)
- Lohnbuchhalter (m/w/d)
- Finanzbuchhalter (m/w/d)
- Diplom-Finanzwirte (m/w/d)
- Fibutroniker (m/w/d)
- IT-Anwendungsbetreuer DATEV (m/w/d)

www.pmpg.de/karriere



STEUERBERATUNG | RECHTSBERATUNG | UNTERNEHMENSBERATUNG

Walberberger Chor ehrt Mitglieder

2025 übernimmt Cornelia Sandig die Leitung

Der Walberberger Kirchenchor ehrte zum Jahresausklang am 4. Advent seine langjährigen Mitglieder und nahm zugleich Abschied vom Interims-Chorleiter Jan Maasmann, der die musikalische Leitung für ein halbes Jahr als Mutterschutzvertretung übernommen und bemerkenswerte Erfolge mit dem Chor erzielt hatte. Da die Chorleiterin Helena Wery weiterhin im Erziehungsurlaub ist, übernimmt zum Januar 2025 Cornelia Sandig (Köln) den Walberberger Chor. Gebürtig aus Odenkirchen (Mönchengladbach) stammend studiert Sandig an der Hochschule für Musik und Tanz in Köln, ist bereits als Chorleiterin tätig und eine exzellente Organistin. Nachdem der Chor die Messe zum vierten Advent musikalisch mitgestaltet hatte begab man sich zu einem gemeinsamen Frühstück ins Haus im Garten. Im Anschluss richtete der Chorvorsitzende Hans Dieter Wirtz Abschieds- und Dankesworte an Jan Maasmann. Gemeinsam mit ihm ehrte Wirtz dann insgesamt 16 langjährige Sängerinnen und Sänger. Eine Urkunde des Cäcilienverbandes erhielten Anni Dubbelfeld (55 Jahre Sängerin im Chor), Brigitte Welter und Elisabeth Schmitz (40 Jahre) und Dr. Madeleine Will (25 Jahre).



16 Jubilare im Walberberger Kirchenchor. Foto: Kirchenchor Walberberg

Erfreut zeigte sich Wirtz über die Mitgliederentwicklung im Chor, da in 2024 drei neue aktive Sänger/innen der Gemeinschaft beigetreten sind. Wer sich fürs Mitsingen interessiert kann sich gern beim Vorsitzenden unter 02227/81359 für weitere Informationen melden. Die wöchentliche Probe findet jeden Donnerstag zwischen 19.30 und 21.30 Uhr statt. Infos gibts auch im Netz unter

www.Kirchenchor-Walberberg.de. In Planung ist eine musikalische Vesper zur Fastenzeit (6. April) und eine Orchestermesse an

Pfingstmontag (9. Juni). Es besteht auch die Möglichkeit, sich nur für eine begrenzte Zeit (Projektphase) einzubringen.

38 Jahre in Weilerswist

AUTOHAUS JUNGBLUTH GmbH

SUZUKI-Servicepartner seit 1989



GEWERBEGEBIET 53919 Weilerswist
Tel. 02254 844 336, info@suzuki-jungbluth.de
www.suzuki-jungbluth.de



www.autohaus-schiffmann.de



Autohaus Schiffmann
GmbH & Co. KG

UNSERE SERVICELEISTUNGEN IM ÜBERBLICK

-  KLIMAAANLAGENSERVICE
-  VERKAUF VON NEU- UND GEBRAUCHTWAGEN
-  REIFENSERVICE UND EINLAGERUNG

-  24-STUNDEN-ANNAHME
-  FAHRZEUGREPARATUR/ WARTUNG
-  TÄGLICH TÜV, AUCH SAMSTAGS
-  KOSTENLOSER HOL- UND BRINGSERVICE

Ford Schiffmann · Kölnstraße 333 · 53117 Bonn
Telefon 0228 55589-0 · Fax 0228 678353 · info@ford-schiffmann.de



Abschied von Jan Maasmann. Foto: Kirchenchor Walberberg

5.000 Euro für den guten Zweck

Kitas und Grundschule erhielten großzügige Unterstützung - Begegnungsstätte wird immer beliebter

Sechtem. „Vom Dorf fürs Dorf“ - dieses Motto setzt der 2023 gegründete gemeinnützige Verein „Offenes Gemeinschaftshaus Sechtem“ mit wachsendem Erfolg um. Er wurde von engagierten Sechtemern ins Leben gerufen, nachdem durch die Auflösung des Tambourcorps „Rheinperle“ der „Offene Freitag“ im Blauen Haus an der Ottostraße als Treffpunkt für das Dorf wegfiel. „Wir führen damit diese gelebte Tradition als Begegnungsstätte der Sechtemer und aller, die sich unserem Ort verbunden fühlen, fort“, erläuterte kurz vor Weihnachten der Vorsitzende Daniel Bockshecker bei der Übergabe der 2024 erzielten Spenden in Höhe von insgesamt 5.000 Euro. Das ist eine deutliche Steigerung gegenüber dem Vorjahr. Da in der Vereinssatzung festgeschrieben ist, dass Überschüsse gemeinnützigen Organisationen und Institutionen im Ort zugutekommen müssen, durften sich die Kitas „Arche“, „Klapperschuh“, „Sankt Wendelinus“ und „Wolfsburg“ sowie die Wendelinus-Grundschule über je 1.000 Euro freuen.



Zwischen Blauem Haus und Tannenbaum nur fröhliche und glückliche Gesichter bei der symbolischen Scheckübergabe an die Kinder und Erwachsenen der bedachten Organisationen. Foto: WDK

Die Bedachten wollen die Zusage unter anderem für die Anschaffung kindgerechten Spielzeugs, Ausbau der Innen- und Außenflächen und anderer aktuell anstehender Verbesserungsmaßnahmen verwenden. „Das ist für uns eine große Hilfe, die gerade zur rechten Zeit kommt und für die wir uns sehr herzlich bedanken möchten“, freuten sich deren Repräsentanten unisono. Und für Bockshecker steht fest: „Dieses tolle Ergebnis ist ein deutliches Zeichen dafür,

dass unser Angebot gern angenommen wird und wir auf eine weitere erfolgreiche Zukunft hoffen dürfen.“ Doch der Verein und seine mittlerweile rund 50 Mitglieder sind nicht nur im und um das Blaue Haus aktiv. Vielmehr unterstützen sie auch Vereine und Aktivitäten im Ort durch Manpower, beispielsweise beim Burgenlauf, der Kirmes, dem Maibaumaufstellen oder den Theaterverein bei seinen Aufführungen - Hilfe, die unerlässlich ist und gern angenommen wird. Damit auch

weiterhin Sechtemer Organisationen und Institutionen auf finanzielle Unterstützung hoffen können, gibt es weiterhin an jedem ersten Freitag im Monat von 18 bis 22 Uhr coole Drinks und handliche Snacks im Blauen Haus. Und natürlich jede Menge Zeit für die persönliche Begegnung und das gesellschaftliche Zusammenkommen. Dort können sich auch alle melden, die künftig bei dieser beispielhaften ehrenamtlichen Initiative aktiv mitarbeiten möchten. (WDK)

Donna's
Frauenfitness

Fit ins neue Jahr!

DEIN KICKSTART FÜR
GESUNDHEIT UND ENERGIE!

donnas.de
f i g t

1 MONAT
TESTEN

100 %
AUF DAS
STARTPAKET

1 TRAINERTERMIN
GRATIS

4 WOCHEN
RÜCKTRITTS-
RECHT

Jetzt
bis zu
114 €
sparen!

Angebot nur gültig bis zum 31.01.2025
bei Mitgliedschaftslaufzeiten von
12 oder 24 Monaten, keine Baraus-
zahlung möglich, Mindestalter
15 Jahre. Bei Nutzung einer Testphase
in den letzten 6 Monaten entfällt die
neue Testphase, und das Abo ist sofort
bindend.

BEUEL 0228 97379521 | PLITTERSDORF 0228 3682002 | ST. AUGUSTIN 02241 9327707
BORNHEIM 02222 9769640 | ENDENICH 0228 18497733

Weihnachtspäckchen für Bedürftige



Die ehrenamtlichen Mitarbeiter der Kardorfer Ausgabestelle der LebEka freuten sich über die gelungene Weihnachtspäckchen-Aktion 2024. Foto: WDK

Kardorf. Auch 2024 haben die engagierten Ehrenamtler der Kardorfer LebEka-Gruppe zum Weihnachtsfest den Kunden ihrer Tafel mit liebevoll zusammengestellten Päckchen eine große Freude gemacht. Laut Horst Ziesemer, Koordinator der Lebensmittelausgaben

der Evangelischen und Katholischen Kirchen in Bornheim und Alfter (LebEka) und Leiter der Kardorfer Ausgabestelle, ist dieses eine ganz besondere Aktion, die zusätzlich zu den wöchentlichen Lebensmittelausgaben Menschen mit geringem Einkommen aus

Kardorf und Umgebung, rund 130 Familien, einen zusätzlichen Genuss zu den Feiertagen bereite. Private Spender sowie eine Aktion der Rewe-Supermärkte, bei der deren Kunden Lebensmittel für Menschen in Not spenden konnten, hatten diese Weihnachtsüberraschung

möglich gemacht. Neben Kardorf hat die LebEka noch Ausgabestellen in Bornheim-Ort und Hersel sowie in Alfter-Oedekoven. In den beiden Vorgebirgskommunen werden knapp 1.000 Personen in 360 Haushalten versorgt. Insgesamt arbeiten zurzeit rund 80 Ehrenamtler in den vier Orten. Derzeit sucht die LebEka Unterstützung als Springer für den Außendienst. Dieser holt die gespendeten Waren von den Supermärkten, Discountern, Hofläden und Bäckereien ab, die den Großteil der benötigten Lebensmittel spenden, und bringt sie zu den jeweiligen Ausgabestellen. Dabei sind Kisten mit Lebensmitteln anzuheben und die Kleintransporter zu fahren (keine LKW). Weitere existenzunterstützende Hilfen für Menschen in den beiden Kommunen leistet die LebEka mit der Kinderkleiderstube „Hängematte“ in Bornheim-Ort und dem Ökumenischen Möbellager in Waldorf. Um alle diese unverzichtbaren Aufgaben erfüllen zu können, freut sich die LebEka auch über finanzielle Unterstützung durch Spenden. Nähere Einzelheiten: lebeka-alfter-bornheim.ekir.de (WDK)



Dr. med. Thorben Royeck

Jetzt Termin sichern!



Termine über **betaklinik.de**
oder per Telefon: ☎ **+49 0228 909075-797**

Beta Klinik GmbH • Privates Klinik- und Facharztzentrum
Joseph-Schumpeter-Allee 15 • 53227 Bonn

Starten Sie gesund ins neue Jahr!

Mit KI-unterstütztem Hautkrebscreening!

Die Hautkrebszahlen weltweit steigen. Wenn Hautkrebs jedoch früh erkannt wird, sind die Heilungschancen sehr hoch. Deshalb ist eine effektive Vorsorge wichtiger denn je. Die Dermatologische Praxis von Dr. Royeck in der Beta Klinik Bonn bietet ein hochmodernes, KI unterstütztes Hautkrebscreening an. Verdächtige Hautveränderungen können so präziser und schneller erkannt werden, bevor Sie zu einem Risiko werden. Meistens ist eine Entfernung noch am gleichen Tag möglich. Frühzeitige Erkennung rettet Leben.

Behandlungsschwerpunkte

- ☉ Diagnostik und Behandlung von Hautkrebs und seinen Vorstufen
- ☉ Fortschrittliche Lasermedizin
- ☉ Einsatz von KI-assistierter Diagnostik, die eine präzise Analyse von Hautveränderungen ermöglicht und so die Früherkennung von Hautkrebs deutlich verbessert und unnötige Operationen vermeidet.



KI-Analyse eines Muttermals

Kinderkarneval in der Rheinhalle Hersel

Am Sonntag, 26. Januar, findet der Kinderkarneval in der Rheinhalle Hersel statt. Einlass ist um 12 Uhr, Beginn um 13.11 Uhr. Das Tambour-Corps Germania Hersel und die Mitgliedsvereine des Förderverein Rheinhalle e.V. freuen sich über alle kostümierten Pänz, die den Weg in die Rheinhalle finden. Es erwartet euch ein tolles Programm. Hüpfburg, Spiele, Kinderschminken sowie die Auftritte der

Gruppe Spökes mit dem Zebra, die Germania Funken, das Tambour-Corps Germania Hersel, die Palm Beach Teens und die Kindertollitäten Prinzessin Annalena I. aus Waldorf sowie Prinz Marten I. aus Widdig. Zur Stärkung und Erfrischung gibt es Waffeln, Pommes usw. sowie allerlei Getränke. Eintritt für Erwachsene 3 Euro und für Kinder 2 Euro. Karten gibt es nur an der Tageskasse.

Gruppenneugründung Lip-/Lymphödem in Merten

Für Menschen mit der Diagnose Lipödem / Lymphödem gründet sich im linksrheinischen Rhein-Sieg-Kreis eine neue Selbsthilfegruppe. Wer sich zur Verbesserung der eigenen Lebenssituation gerne mit anderen Betroffenen austauschen möchte, ist in Merten herzlich willkommen. Das erste Gruppentreffen findet am Dienstag, 28. Januar, um 17.30 Uhr, im Pfarrzentrum St. Martin, Kreuzstraße 54,

53332 Bornheim-Merten statt. Um telefonische Anmeldung wird gebeten: 02227 37 25 (Löwen-Apotheke)

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle im Paritätischen Rhein-Sieg unterstützt die Gruppengründung. Weitere Informationen zu Selbsthilfegruppen im Rhein-Sieg-Kreis finden Sie hier: www.selbsthilfe-rhein-sieg.de



Jetzt auch auf Insta!



(0 22 44)
Telefon
5128
Siegburgerstraße 11
Oberpleis

TAGESFAHRTEN



Shopping in Venlo
Sa., 29.03.25
Preis 27 € / p.P



Weinprobe Mosel
Mi., 09.04.25
Preis 52 € / p.P



Enschede
Sa., 17.05.25
Preis 32,00 €



Keukenhof
So., 02.04.25
Sa., 12.04.25
Preis 55 € / p.P
bis einschl. 11 J. 40 €



Giethoorn
Mo., 14.04.25
Preis 55,00 €



Amsterdam
Mi., 14.05.25
Preis 50 € / p.P



Oster & Frühlingsmarkt Cochem
So., 06.04.25
Preis 38,00 €



Roermond
Mi., 14.05.25
Preis 30 € / p.P



Maastricht
So., 18.05.25
Preis 33,00 €

MEHRTAGESFAHRTEN



5 Tage Ostern im Harz
Fr. 18.04.25 bis
Di. 22.04.25
Pro Person
im DZ 649 €
im EZ 769 €



7 Tage Südtiroler Bergseen
Sa. 26.04.25 bis
Fr. 02.05.25
Pro Person
im DZ 950 €
im EZ 1070 €



5 Tage Oberwiesenthal
So. 04.05.25 bis
Do. 08.05.25
Pro Person
im DZ 520 €
im EZ 790 €



3 Tage Muttertagsfahrt Wiesbaden
Sa., 10.05. bis
Mo., 12.05.25
Pro Person
im DZ 315 €
im EZ 355 €

Alle Fahrten finden im modernen Reisebus statt.



Weitere Informationen zu den hier abgebildeten Reisen sowie vielen weiteren Reisen finden Sie unter www.frankreisen.de oder per QR-Code



Friedenskrippe und träumende Engel

Die ungewöhnlichste Weihnachtsdestination liegt zwischen Deutschland und Belgien



Losheim/Eifel, Dezember 2024 - Eine der ungewöhnlichsten Weihnachtsdestinationen findet sich in der Eifel unmittelbar auf der Grenze zwischen Deutschland und Belgien. „ArsKrippana“ beherbergt auf mehr als 2500 Quadratmetern eine der größten und beein-

druckendsten Weihnachtskrippen-Sammlungen Europas. Aktuell präsentiert Betreiber Michael Balter zwei Highlights, die vor allem zum Innehalten und Nachdenken in turbulenten Zeiten anregen soll: eine Friedenskrippe und einen „Traum der Engel“.



„In turbulenten Zeiten wie diesen, mit kleinen und größeren Ängsten, tut es gut, einmal abtauchen zu können, in eine vertraute Welt voller Geborgenheit und Hoffnung“, erklärt der kreative Kopf Michael Balter, der die in 35 Jahren gewachsene außer-

gewöhnliche Sammlung aus Krippen-Kunst und traditionellem Handwerk aus über 60 Ländern der Öffentlichkeit erschließt. Schon in den achtziger Jahren hat die Künstlerin Marie Therese Jung aus Mönchengladbach eine „Friedenskrippe“ als gesellschaftskritische

Kaffeegenießer treffen sich an der Grenze.





Das KAFFEEPARADIES

direkt an der deutsch/belgischen Grenze!

LOSHEIM/EIFEL

Tel. 06557/9019412

Gültig vom 18.-21.1.2025,
solange Vorrat,
außer bei Druckfehlern!

 <p>Eduscho Caffè Crema 32er Pads 2,99 €</p>	 <p>Tchibo Family Instant 200 g Glas 4,49 €</p>	 <p>Mövenpick Caffè Crema 1 Kilo Bohnen 10,29 €</p>	 <p>Melitta Naturmild 500 g vac. 4,09 €</p>
---	--	--	---

RIESENAUSWAHL an Kaffee, Schokolade und belgischem Bier!

Supermarkt: Täglich von 8.00-18.30 Uhr, auch an SONN- & FEIERTAGEN geöffnet! Die Ausstellungen haben montags RUHETAG!



ARS KRIPPANA





ARS FIGURA





ARS TECNICA





ARS MINERALIS





FREUDE FÜR
Grenz
Genuss
DIE SINNE

Ardenner Cultur Boulevard
Prümer Str. 55
D-53940 Losheim/Eifel
www.grenzgenuss.net



Auseinandersetzung erarbeitet. Bei ihr ist die Krippe eine Darstellung, die sich mit der Lebensweise des heute existierenden Gesellschaftssystems auseinandersetzt. Geißeln der modernen Gesellschaft als Thema einer kapitalismuskritischen Weihnachtskrippe: bedrohte wirtschaftliche Existenzen, zerrissene Familien - kein Eisen ist zu heiß, als dass es nicht auch Eingang in Krippenkunstwerke findet. Kinder verschiedener Kulturen spielen unbefangen miteinander sowie mit einer Schlange als Symbol des Bösen, ganz so wie es der Prophet Jesaja im Alten Testament

vorhergesagt hat. Doch Hoffnung besteht, denn zu Weihnachten wird Jesus Christus geboren und sein Vater, Josef, befreit dadurch die Welt vom Bösen. In der Friedenskrippe entfernt er Stachelndrähte, die Gier, das Niederträchtige. Josef steht damit für alle Väter, die die Welt verändern müssten, um ihre Familie zu beschützen. So die Intention hinter diesem speziellen weihnachtlichen Kunstwerk.

Im „Traum der Engel“, eine Krippe der leider bereits verstorbenen Künstlerin Berta Kals aus Aachen, werden Waffen zu Musikinstrumenten, die eine himmlische



Melodie anstimmen. Hans Kals, hinterbliebener Gatte der Künstlerin, erläutert die Botschaft dahinter: „Raketen werden zu einer Bank für die Mutter und zu einer Wiege für das göttliche Kind. Gewehre werden zu Flöten und Kinderspielzeugen. Panzer werden zu Orgeln, auf denen man zum Beispiel die Fugen von Bach spielen kann. Patronengürtel werden zu Panflöten und Granaten werden Oboen, deren romantische Melodien zu Herzen gehen.“ Gedankenanstöße, die man bei der Betrachtung der unzähligen weiteren Krippendarstellungen aus aller Welt von traditionell bis modern bei „ArsKrippana“ auf sich wirken lassen kann.

Sämtliche Landschaften sind in stimmungsvolles Licht getaucht, am leuchtenden Himmelszelt funkeln Sterne. In der Luft liegt zarter Weihnachtsduft und leise erklingt im Hintergrund Musik. Damit wird „ArsKrippana“ zu einer Weihnachtsdestination stiller Anmut und Besinnlichkeit für die ganze Familie. Medien nutzen das Ambiente gerne für Vorberichte zum Weihnachtsfest sowie für Leser- sowie weitere Gruppenreisen, die das Team von „ArsKrippana“

gerne zu organisieren hilft.

ArsKrippana ist im Dezember täglich von 10 bis 18 Uhr geöffnet. Ab Januar von dienstags bis sonntags von 10 bis 18 Uhr. (Januar bis November ist montags Ruhetag). Der Eintrittspreis beträgt 9,50 Euro für Erwachsene und 5 Euro für Kinder (unter sechs Jahren freier Eintritt). Im Preis enthalten ist der Zugang zu einer weiteren Ausstellung am selben Standort: „ArsFIGURA“, eine historische Puppen- und Automatenausstellung. Von Dienstag bis Freitag ist überdies von 12 bis 18 Uhr die Modelleisenbahnausstellung „ArsTECNICA“ geöffnet, die sich nebst Dauerausstellung zur Geschichte des deutsch-belgischen Grenzübergangs im Alten Zollamt befindet, das ebenfalls besichtigt werden kann. Mit dem Café-Bistro „Old Smuggler“ verfügt der außergewöhnliche Standort zudem über ein eigenes gastronomisches Angebot.

Und nicht zu vergessen, das Möbel-Outlet Ludwig, hier finden Sie preisgünstige Möbel in guter Qualität. Adresse für Navi: KRIPPANA - Prümer Str. 55 - 53940 Losheim/Eifel. www.arskrippana.net





Die richtige Pflege für reife Frauen

Mit zunehmendem Alter braucht die Körperoberfläche mehr Nahrung und Feuchtigkeit

Das Gute am Älterwerden ist: Man kennt sich selbst und seinen Körper immer besser. Wohl jede Frau weiß im mittleren Lebensalter, was ihr guttut, welchen Hauttyp sie hat und wie sie sich am besten pflegen kann. Doch spätestens ab den Wechseljahren müssen bewährte Pflegeroutinen oft angepasst werden. Denn mit zunehmendem Alter und abnehmender Östrogenproduktion ändern sich die Bedürfnisse: Die Haut wird dünner, trockener und damit auch empfindlicher. Gleiches gilt für die Schleimhäute, was sich besonders im Intimbereich häufig unangenehm bemerkbar macht. Dann gilt es, der Körperoberfläche mehr Aufmerksamkeit zu widmen und sie mit Feuchtigkeit und Nährstoffen zu verwöhnen.

Pflege von innen und außen

Die Basis für eine gute Versorgung mit Nährstoffen bildet eine gesunde Ernährung mit viel Obst und Gemüse, die wertvolle Antioxidantien liefern, sowie essentiellen Fettsäuren etwa aus Nüssen



Feuchtigkeit, Nährstoffe, Zeit und Muße: So wird die tägliche Pflege zum entspannenden Ritual. Foto: DJD/Femisaniit.de/Getty Images/Zinkevych

und Fisch. Dazu sorgt reichliches Trinken für mehr Feuchtigkeit. Unterstützen lässt sich die Pflege von innen auch mit einer Nahrungsergänzung, die den Hautnährstoff Vitamin A, die Omega-3-Fettsäure Alpha-Linolensäure sowie das Antioxidans Vitamin E enthält - mehr Informationen gibt es unter [www.biokanol-](http://www.biokanol-frauengesundheit.de)

[frauengesundheit.de](http://www.biokanol-frauengesundheit.de). Die Pflege von außen fängt mit einer sanften Reinigung an. Dabei sollte auf scharfe Seifen verzichtet und auf sanfte, pH-neutrale Präparate gesetzt werden - gerade in der Intimregion. Hier bietet sich eine spezielle Intim-Waschlotion wie Femisanit an, die mit wertvollen Pflanzenstoffen Feuchtigkeit spendet und die Elastizität verbessert. Die dazugehörige Intimcreme sorgt mit Hyaluronsäure für noch mehr Feuchtigkeit, unterstützt den Schleimhautaufbau und mit Milchsäure eine gesunde Intimflora. Auch für Gesicht und Körper tun Frauen ab dem mittleren Alter meist reichhaltigere Produkte mit viel Feuchtigkeit und wertvollen Pflanzenölen gut. Hier muss vielleicht die bisherige Pflegeserie ausgetauscht oder ergänzt werden.

Rituale für Entspannung und guten Schlaf

Zur Pflege gehören aber nicht nur die richtigen Mittel, sondern auch „weiche“ Faktoren wie ausreichend Schlaf und Entspannung. Denn Stress und Schlafmangel wirken sich negativ auf die Haut aus. Tipp: Aus der täglichen Pflege keine Pflichtaufgabe, sondern ein wohliges Entspannungsritual machen, das auch der Seele guttut. Am besten abends, sodass man gleich danach wohligh entspannt ins Bett fällt und leicht einschläft. Dann kann sich die Körperoberfläche über Nacht regenerieren und man fühlt sich morgens wie neugeboren. (DJD)



Mit dem Alter ändern sich die Bedürfnisse der Haut. Für ein rundum gutes Gefühl müssen Frauen ihre Pflege dann oft anpassen. Foto: DJD/Femisaniit/Getty Images/Ridofranz

KLAPP
SKIN CARE SCIENCE

PROFESSIONAL MICRO-NEEDLING

Bei dem neuen und innovativen **Needling-Verfahren** durchbricht das soft gepolsterte NEEDLING Pad sanft die Hautbarriere, so dass die Wirkstoffe verbessert aufgenommen werden können.

COSMETIC-INSTITUT BIRGIT BREUCH INH. BIRGIT RULAND

www.cosmetic-bb.de info@cosmetic-bb.de
(0228) 74 64 80
Raiffeisenstraße 14A • 53347 Alfter-Witterschlick

aktivo
TRAINING & REHA

- REHA-Sport • Medizinischer Geräte-Zirkel
- Dr. Wolff Rückenzentrum • Yoga • Pilates

Chateaufstr. 1-5 • 53347 Alfter-Oedekoven
Tel.: 0228 - 928 926 44 • www.aktivo-alfter.de

Gesichts- und Halstattoos - beliebt und manchmal bereut

Wenn der Hautschmuck nicht mehr gefällt, hilft meist nur eine Laserbehandlung



Mit einer Laserbehandlung lassen sich unerwünschte Tätowierungen meist effektiv entfernen. Das kann aber recht schmerzhaft sein.
Foto: DJD/www.galenpharma.de/
Getty Images/Joyce Grace

Tattoos sind mittlerweile Mainstream: Einer Umfrage von 2023 zufolge hat mittlerweile mehr als ein Drittel der erwachsenen Deutschen mindestens ein Bild auf der Haut. Immer häufiger werden dabei nicht nur dezente Stellen wie Oberarm oder Knöchel verziert. Gerade bei Promis wie Musikern oder Influencern sowie bei jungen Menschen sieht man heutzutage viele Gesichts- und Halstattoos - ein starker Eyecatcher, der sich nicht nach Belieben verbergen lässt. Gerade deshalb sollte man sich das Stechen einer Tätowierung an so prominenter Stelle auch gut überlegen. Denn viele Menschen reagieren immer noch ablehnend auf Gesichts- und Halstattoos, und sie können im Beruf eine echte Karrierebremse darstellen. Andererseits ist der auffällige Hautschmuck ein Ausdruck von Selbstbewusstsein und

Individualität, auf den mancher nicht verzichten möchte. **Entfernen ist so schmerzhaft wie stechen**
Wer es trotzdem irgendwann bereut und das Tattoo wieder loswerden möchte, für den ist in der Regel eine professionelle Laserbehandlung das Mittel der Wahl. Bei dieser zerstören energiereiche Lichtimpulse die Farbpigmente in der Haut, deren Bruchstücke dann vom Körper abtransportiert werden. Allerdings kann das Lasern sehr schmerzhaft sein - gerade auf der zarten und empfindlichen Gesichtshaut. Eine örtliche Betäubung zum Beispiel mit dem Wirkstoff Lidocain kann die Prozedur erträglicher machen. Es wird etwa mit LidoGalen Creme 30 Minuten vorher aufgetragen und kurz vor Beginn wieder abgetupft - Genaueres zur Anwendung findet sich unter www.lidogalen.de.

So können die Schmerzen für rund zwei Stunden kontrolliert werden, was für die meist nur halbstündigen Sitzungen völlig ausreicht. **Geduld und gute Nachsorge sind gefragt**
In der Regel braucht es für die vollständige Entfernung einer Tätowierung mehrere Sitzungen, und obwohl die Methode recht effektiv ist, bleibt manchmal ein Schatten des Bildes oder Schriftzugs zurück. Zwischen den Behandlungen liegen jeweils mehrere Wochen Pause, in denen die Haut nicht an die Sonne darf. Deshalb empfiehlt es sich, eine Laserbehandlung im Herbst zu starten. Und auch gute Nachsorge ist wichtig: Eine entzündungshemmende Salbe und regelmäßiges Kühlen können Rötungen und Schwellungen lindern, Chlorwasser und starkes Schwitzen sollten vermieden werden. (DJD)



2K ZAHNÄRZTE
DR. KRISTINA KULLMANN
Zahnmedizin | Kinderzahnheilkunde | Ästhetik

Jetzt online
Termin buchen!



IHR LÄCHELN IN BESTEN HÄNDEN



Allgemeine Zahnheilkunde



Ästhetische Zahnheilkunde



Kinderzahnmedizin



Angstpatienten





02227 90 75 250



info@2k-zahnaerzte.de



Willmuthstraße 21-23
53332 Bornheim-Sechtem

www.2k-zahnaerzte.de

Sternsinger verbreiten Neujahrssegen

Die Sternsingerinnen und Sternsinger aus Roisdorf, begleitet von Diakon Adi Halbach, besuchten auf ihrem Weg zu den Menschen vor Ort auch das Rathaus in Bornheim. Dort wurden die kleinen und großen Königinnen und Könige der Pfarrgemeinde St. Sebastian herzlich von Bürgermeister Christoph Becker und der Beigeordneten Alice von Bülow empfangen. Mit ihrer freudigen Botschaft setzen sie sich für benachteiligte Mädchen und Jungen weltweit ein. Die 67. Aktion des Dreikönigssingens steht in diesem Jahr unter dem Motto „Erhebt Eure Stimme! Sternsingen für Kinderrechte“, wobei die Beispielprojekte in Kenia und Kolumbien liegen. Bürgermeister Becker lobte die Aktion und betonte: „Es ist großartig, dass ihr euch für die Kinder dieser Welt einsetzt, die Unterstützung benötigen und für Kinderrechte einsteht. Ein wunderbarer Start ins neue Jahr.“ Bereits 5.500 Euro wurden in Roisdorf gesammelt. Die Sternsingerinnen und Sternsinger präsentierten mehrere Lieder, begleitet von Diakon Adi Halbach



Die Sternsinger besuchten das Rathaus

auf der Gitarre. Zwischen den Liedern machten sie deutlich, dass Kinder überall auf der Welt das Recht auf Nahrung, Bildung und Gesundheitsversorgung haben und Schutz vor Krieg, Gewalt und

Missbrauch verdienen. Mit ihren Texten und Liedern baten die Sternsingerinnen und Sternsinger um Gottes Segen für die wertvolle Arbeit, die die Stadt Bornheim, insbesondere durch ihr

Jugendamt, für benachteiligte Kinder leistet. Am Eingang zum Vorzimmer hinterließen sie das Kreidezeichen „20*C+M+B+25“ mit dem Segensspruch „Christus segne dieses Haus“.

Ingenieurbetrieb

Eichwald

Metallbau

Seit über

50

Jahren

Winterrabatt

7%

auf den Einkaufspreis
bis zum 31.01.2025

- Die perfekte Tür für den Winter
- Maßgefertigtes Design
- Ausgezeichnete Wärmedämmung
- Höchste Sicherheitsstandards

Tel.: 02241 3979 80 ■ info@metallbau-eichwald.de
Am Siemensbach 2 - 4 ■ 53757 Sankt Augustin

www.metallbau-eichwald.de

Karnevalsfeier des Seniorenclub St. Servatius

Am Donnerstag, 13. Februar, findet im Pfarrzentrum in Bornheim Ohrbachstr 26, von 14 bis 17.30 Uhr eine große Karnevalsfeier des Seniorenclub St. Servatius statt. Mitwirkende: Thomas Cüpper „Et

Klimpermännche“ aus Köln, Bornheimer Dreigestirn, Männerballet „Dicke Fööös“, D. Brandl mit Schunkelliedern, Live Band Achim Stahl und Michael, Eintritt frei. Anmeldung: Thomas Peters, Tel. 02222 62534

POËTES

- Rohrreinigung
- Kanal TV-Untersuchung
- Dichtheitsprüfung
- Kanalsanierung mit Inlinertechnik

Kanaltechnik

www.poeteskanaltechnik.de

Euskirchen: 02251 - 51067
Rheinbach: 02226 - 91 13 10
Notdienst: 0700 - 47 06 47 06
(zum Ortstarif)

SPAREN MIT WINTERPREISEN

HEUTE NOCH INFORMIEREN: KLUGE KÖPFE KAUFEN JETZT!

MARKISEN & MARKISENTÜCHER

75 JAHRE RHEINISCHE MARKISENMANIFAKTUR

Röhlfeldstr. 27
53227 Bonn-Beuel
Mo.-Fr. 8-17 Uhr
Sa. 8-13 Uhr

Tel.: 0228 - 46 69 89
Mail: info@franz-aachen.com
Web: www.franz-aachen.com

ZELTE UND PLANEN GMBH



Den eigenen Verbrauch in Echtzeit überwachen und optimieren

Umfrage: Jeder vierte Hausbesitzer plant bis 2026 intelligente Energiesteuerung

Vom Energieverbraucher zum Energieoptimierer: Mit modernen Technologien wie Home Energy Management Systemen (HEMS) sind Hausbesitzer zukünftig in der Lage, den Energiebedarf in Echtzeit zu überwachen und automatisch zu verwalten. Auf diese Weise können sie Strom besonders effizient nutzen und Kosten sparen: Zum Beispiel, indem sie das E-Auto immer dann laden lassen, wenn viel günstige Energie im Netz verfügbar ist, oder indem sie den eigenen Solaranlagenstrom möglichst kostensparend verwenden - etwa für die Wärmepumpe. **86 Prozent stehen smarter Technik positiv gegenüber**

Viele Hauseigentümer lernen die Möglichkeiten und Vorteile von HEMS erstmals kennen, wenn sie eine Photovoltaikanlage (PV) in Betrieb nehmen.

Denn viele Solaranbieter wie etwa E.ON und Klarsolar verkaufen ihre Anlagen direkt mit einem smarten Steuerungssystem, das den Eigenverbrauchsanteil des selbst erzeugten Stroms auf Wunsch automatisch erhöhen kann. Das Interesse an der Technik ist unter Hausbesitzern groß, wie eine aktuelle repräsentative E.ON Studie durchgeführt von Statista zeigt: 86 Prozent der 2.000 Befragten stehen intelligenten Energiemanagementsystemen fürs eigene Haus positiv gegenüber. Jeder vierte Hausbesitzer plant der Umfrage zufolge die Anschaffung eines intelligenten Energiemanagementsystems in den nächsten zwei Jahren, jeder achte besitzt es bereits", sagt Philipp Klenner, in der Geschäftsführung von E.ON Deutschland verantwortlich für Kundenlösungen.

Ein weiteres Ergebnis der Umfrage: Mit der intelligenten Technik möchten die Befragten vor allem Stromkosten sparen (65 Prozent), selbst erzeugten Solarstrom maximal nutzen (58 Prozent) sowie unabhängiger vom Strommarkt werden (53 Prozent).

Effizientes Energiemanagement fürs Zuhause

Das Kernstück von HEMS ist die Steuerzentrale in Form einer kompakten Box mit intelligenter Software. Sie verknüpft Energielösungen im Haus wie Photovoltaik, Batteriespeicher oder Wärmepumpe zu einem effizienten System. Über eine App können Verbraucher dabei Präferenzen angeben. Zum Beispiel, dass die Heizung mit einem maximalen Anteil an Solarstrom heizen oder möglichst kosteneffizient arbeiten soll. Auf Grundlage dieser



Mehr Transparenz über die eigene Stromerzeugung und den Verbrauch: Moderne Technologie macht es möglich. Foto: DJD/E.ON/Max Kruse

Angaben entscheidet das System dann selbst, welche Stromquelle bevorzugt genutzt werden soll. Weil alles klug aufeinander abgestimmt wird, steigt das Sparpotenzial mit jeder Energielösung, die verknüpft wird. (DJD)

Haustüren und Vordächer



- + Geprüfte Sicherheit
- + Hochwertige Qualität „Made in Germany“
- + Montage ausschließlich durch eigenes Personal

Große Ausstellung

Mo.-Do. 07.30 – 17.30 Uhr
Fr. 07.30 – 16.00 Uhr
Sa. 10.00 – 13.00 Uhr

www.spechtgmbh.com



Specht GmbH | Christian-Lassen-Str. 16, 53117 Bonn | Tel. 0228 67 91 67 | info@spechtgmbh.com

So wird die Terrasse zur Wohlfühlloase

Mit der passenden gläsernen Überdachung kann man jede Terrasse aufwerten

Statt Gedrängel am Strand und Warteschlangen an Flughäfen möchten immer mehr Menschen die heimische Natur und den eigenen Garten genießen. Eine zentrale Rolle nimmt dabei die Terrasse ein, für die eine gläserne Überdachung eine sinnvolle Ergänzung sein kann. Sie bietet

wirkungsvollen Wetterschutz, man kann sie mit hochwertigen Gartenmöbeln gestalten und sie sorgt für den wichtigen Sonnenschutz.

Zahlreiche Ausführungsarten möglich

Die „klassische“ Terrassenüberdachung ist das einfache Pultdach, das an der Hauswand befestigt ist

und vorn in der Regel von zwei Stützen gehalten wird. Ist es zusätzlich mit einer Beschattung wie einer Markise versehen, erfüllt es bereits die Grundanforderungen an einen wirkungsvollen Regen- und Sonnenschutz. Wer mehr Komfort möchte, kann das Terrassendach weiter aufwerten. Dies kann mit einer Festverglasung beginnen, die an der „Wetterseite“ montiert wird und gegen seitlich einfallenden Regen und Wind schützt. Man kann die Überdachung aber auch vollständig mit Seitenelementen schließen. Dann spricht man meist von einem Kaltwintergarten oder einem sogenannten Glashaushaus. Diese Elemente können in der Regel auch nachträglich an ein Terrassendach angebaut werden. Bei einem Glashaushaus sollte es immer genügend Öffnungsmöglichkeiten geben, denn im Sommer möchte man den „Freisitzcharakter“ genießen. Dafür sorgen Bauteile wie Schiebetüren oder Faltanlagen, Ganzglas-Schiebetüren bilden die meiste Transparenz.

Auf die Erfahrung des Fachbetriebs setzen

Für den gläsernen Anbau sind viele Erweiterungen möglich, die den Wohnkomfort erhöhen. Ein Wintergarten in Wohnraumqualität etwa ist ganzjährig nutzbar – auch während frostiger Tage im Winter oder einer Hitzewelle im Sommer. Dafür muss er aber alle erforderlichen Funktionen erfüllen: Wärme- und Sonnenschutz, Beschattung, Belüftung und Beheizung. „Die Auslotung des Nutzungswunsches, die mögliche Ausrichtung des Anbaus sowie das vorhandene Budget und die damit verbundene Auswahl der Materialien sind



Ganzglas-Schiebeanlagen zeichnen sich durch eine besonders schlanke Konstruktion aus. Sie werden auf Laufschiene geführt. Foto: DJD/ Bundesverband Wintergarten e.V.

die Hauptachsen für einen gelungenen Wintergarten. Dies kann nur ein Fachbetrieb mit einschlägiger Erfahrung leisten“, so Peter Ertel, Vorsitzender des Bundesverbandes Wintergarten. Um privaten Bauherren mehr Sicherheit bei der Auswahl eines Fachbetriebs zu geben, hat der Bundesverband ein Qualitätssystem eingeführt, das die Kompetenz eines Betriebs dokumentiert, mehr Infos: www.bundesverband-wintergarten.de. Zunächst wird das zum Einsatz kommende Profilsystem getestet. Danach folgen Zertifizierungen für die Bereiche Planung, Fertigung und für die Montage vor Ort. Für die Bereiche Planung und Montage müssen Fachseminare besucht und nach spätestens fünf Jahren wiederholt werden. (DJD)






Tobias Gregor
TISCHLERMEISTER

Beratung | Planung | Ausführung

- Möbel (für Wohn-, Küchen-, Bad- und Schlafbereich)
- Boden-, Wand- und Deckenbeläge
- Holz- und Kunststofffenster
- Zimmertüren, Haustüren aller Art
- Fenster-Reparatur und Wartung
- **Einbruchsicherung**
- **Brandschutz**

Klara-M.-Faßbinder-Straße 7a
53121 Bonn
fon 02 28 / 3 69 58 03
www.tobiasgregor.de

**MIT SICHERHEIT
IHR TISCHLER**



Euro-Mietpark GmbH

Baumaschinen Schalungen Baukrane Gerüst Anhänger Werkzeug Gartengeräte

Schneppenheimer Weg 1 • Gewerbepark IPAS • 53881 Euskirchen
Telefon 02251 / 79 45 21-0 • Telefax 02251 / 79 45 21-9
www.euro-mietpark.de
Verkauf und Verleih von Anhängern

Radlader – in verschiedenen Größen



RAUM AUSSTATTUNG

K.H. SINZIG

POLSTERN
DEKORATIONEN
INSEKTENSCHUTZ
SONNENSCHUTZ
WASCHSERVICE

www.deko-sinzig.de

KÖLNER STR. 40 • 53913 HEIMERZHEIM
TEL. 0 22 54/23 34 • FAX 0 22 54/63 21
E-MAIL: kontakt@deko-sinzig.de



Brandschutz zu Hause und unterwegs

Mit den richtigen Maßnahmen vorbeugen und Flammen schon im Keim ersticken

Sicherheit wird in Deutschland meist großgeschrieben. Doch eine Gefahr, die häufig unterschätzt wird, ist Feuer. Dabei brennt es hierzulande alle zwei bis drei Minuten in einer Wohnung oder einem Haus. Die häufigste Ursache ist laut der IFS Brandursachenstatistik 2023 Elektrizität, gefolgt von menschlichem Fehlverhalten wie der vergessenen Pfanne auf dem Herd oder dem unbeaufsichtigten Adventskranz. Auch Outdoor lauern zahlreiche Brandgefahren, von fliegenden Funken beim Lagerfeuer über defekte Motoren und Gaskocher im Boot oder Wohnmobil. Schnelles Reagieren kann dann nicht nur Sachschäden vermeiden, sondern auch Leben retten.

Nur 120 Sekunden Zeit zu reagieren

Um zu verhindern, dass aus einer kleinen Glut ein gefährliches

Feuer wird, bleiben im Ernstfall nur etwa 120 Sekunden Zeit. Denn schon nach zwei bis vier Minuten bilden sich giftige Rauchgase, vor denen nur die Flucht retten kann. Mithilfe einer Löschdecke lassen sich schnell viele brenzlige Situationen in den Griff bekommen. Umso praktischer, wenn diese ohnehin die Lieblingsdecke ist und schon griffbereit auf dem Sofa, in der Kojе oder am Lagerfeuer bereitliegt - wie die Kuschel- und Brandschutzdecke „Cosy Fox“ von Ask The Fox. Zum Sicherheitsfeature wird das in Deutschland gefertigte Textil durch die moderne Hightech-Faser PyroTex. Diese erstickt Flammen zuverlässig, ohne zu tropfen, zu schmelzen oder giftige Gase zu entwickeln, und kann als feuerfester Schutzschild eingehüllte Menschen schützen.

Wenn keine Gefahr droht, spendet sie als kuschelweicher und wärmender Begleiter wohlige Behaglichkeit.

Umsichtiges Verhalten verhindert Brände

Neben einer Löschdecke sollte in jeder Wohnung sowie bei Camping und Co. auch ein Feuerlöscher parat stehen. Außerdem gilt: Rauchmelder retten Leben, da sie unbemerkte Brände rechtzeitig anzeigen. Damit diese gar nicht erst entstehen, sind Vorbeugung und umsichtiges Verhalten wichtig - viele Tipps dazu gibt es auch unter www.ask-the-fox.com. So sollten Mehrfachsteckdosen nicht überlastet und defekte Elektrogeräte ausgetauscht werden. Brennende Kerzen, offenes Feuer und den eingeschalteten Herd niemals aus den Augen lassen, Zigarettenstummel achtsam entsorgen. Im



Foto: DJD/www.ask-the-fox.de

Freien gilt es, Grill- oder Lagerfeuer nur auf sicherem Untergrund zu entzünden und sorgfältig wieder zu löschen. Denn Brandschutz ist auch Umweltschutz, und schon ein kleiner Funke kann zum großen Feuer werden. (DJD)

Möbelbau

- + Über 100 Jahre Erfahrung im Möbelbau
- + Professionelle Planung und Visualisierung
- + Die Leidenschaft für unser Handwerk treibt uns an, Ihre Ideen Realität werden zu lassen

Schreinerei
JAKOBS®
ZUVERLÄSSIG UND SAUBER

WWW.JAKOBS-BONN.DE



📍 Christian-Lassen-Straße 16, 53117 Bonn

☎ 0228 422 446-0

✉ info@jakobs-bonn.de

Aus der Arbeit der Parteien CDU

CDU: Verantwortung in herausfordernden Zeiten

Der von der CDU-Fraktion mitgetragene Haushalt der Stadt Bornheim für die Jahre 2025 und 2026 steht unter dem Zeichen großer finanzieller Herausforderungen. Steigende Ausgaben bei stagnierenden Einnahmen belasten die kommunalen Finanzen und erfordern eine klare Priorisierung. Dennoch ist es Verwaltung und Politik gelungen, einen genehmigungsfähigen Haushalt vorzulegen, der den Spagat zwischen Sparmaßnahmen und Zukunftsinvestitionen meistert.

„Die finanzielle Situation unserer Kommune ist angespannt. Wir bewegen uns am Rande der Haushaltssicherung, und jeder Euro muss mehrfach umgedreht

werden“, betont CDU-Fraktionsvorsitzender Lutz Wehrend. „Der neue Haushalt ist zwar ein Sparhaushalt, aber kein Kahlschlag. Wesentliche Kernbereiche wie Bildung, soziale Sicherung und die Grundversorgung bleiben unangestastet. Gleichzeitig müssen wir in zukunftsorientierte Projekte wie Klimaschutz, Digitalisierung und eine moderne Verkehrsinfrastruktur investieren, um Bornheim langfristig stark aufzustellen.“

Ein zentrales Anliegen der CDU ist die Unterstützung der lokalen Wirtschaft. Eine moderate Anhebung der Grundsteuer, angepasst an die Inflationsrate, wird mitgetragen, eine Erhöhung der Gewerbesteuer hingegen bewusst

ausgeschlossen. „Unsere Unternehmen sind das Rückgrat der Stadt. Sie benötigen in Zeiten wirtschaftlicher Unsicherheiten Planungssicherheit und Unterstützung“, so Wehrend. Die CDU setzt sich für stabile Rahmenbedingungen ein, die der Wirtschaft Luft zum Atmen geben und die Attraktivität Bornheims als Wirtschaftsstandort sichern.

Die CDU fordert vor allem mehr Unterstützung durch Bund und Land, da die finanzielle Ausstattung der Kommunen in Nordrhein-Westfalen dringend reformbedürftig ist. Hier kritisiert der Fraktionsvorsitzende klar: „Städte und Gemeinden bekommen immer mehr Aufgaben übertragen, ohne

dafür die notwendigen Mittel zu erhalten. Die kommunale Selbstverwaltung darf nicht untergraben werden. Wir brauchen einen fairen finanziellen Ausgleich und eine langfristige Sicherung der kommunalen Finanzen.“

Trotz der angespannten Lage blickt die CDU Bornheim optimistisch nach vorne. „Dieser Haushalt zeigt, dass wir die Herausforderungen vor Ort annehmen und entschlossen handeln“, erläutert Sascha Mauel, Vorsitzender des CDU-Stadtverbands. „Wir setzen auf einen verantwortungsvollen Umgang mit den Finanzen und auf eine enge Zusammenarbeit mit allen Beteiligten, um Bornheim als lebenswerte Stadt zu sichern.“

Sascha Mauel

Ende: Aus der Arbeit der Parteien CDU

Aus der Arbeit der Parteien SPD

Windenergie in Bornheim: Noch ist alles offen

SPD: Gemeinsam können wir die Pläne der Bezirksregierung noch beeinflussen

Die Pläne der Bezirksregierung zur Windradplanung in Bornheim sind ein Bärendienst an unserer Demokratie. Seit Monaten üben daher auch die Bornheimer Sozialdemokrat*innen massive Kritik an dem Verfahren. Es gibt aber noch Hoffnung. So geht es jetzt weiter:

„Mit dem nun vorliegenden Aufstellungsbeschluss durch den Regionalrat ist noch nichts verloren, da im Rahmen des Verfahrens auch die Betroffenen - in unserem Fall die Stadt Bornheim - eine Stellungnahme abgeben können, die dann vom Regionalrat abgewogen werden muss. **Heißt: Wenn wir die Mehrheit im Regionalrat von unserem Standpunkt überzeugen können, könnten die Pläne im weiteren Verfahren noch in unserem Sinne angepasst werden**“, erklären die SPD-Fraktions-

vorsitzenden Anna Peters und Wilfried Hanft.

Hanft und Peters sind daher bereits seit Monaten im engen Austausch mit der SPD-Fraktion im Regionalrat, dem politischen Entscheidungsgremium der Bezirksregierung. Dort kann man den Ärger aus Bornheim gut verstehen und versichert politische Rückendeckung. Dennoch musste es aus verfahrensrechtlicher Sicht Ende Dezember zum Aufstellungsbeschluss für die Pläne kommen, um das Verfahren im Ganzen nicht zu gefährden.

Dazu erklärt Dietmar Tendler für die SPD im Regionalrat: „Der Regionalrat hat von der Landesregierung die Vorgabe bekommen, für unseren Regierungsbezirk eine Fläche von rund 15.600 ha für Windenergieanlagen auszuweisen. An diese Vorgabe sind wir

leider strikt gebunden. Deshalb war es wichtig, im Aufstellungsbeschluss alle rechtlich in Frage kommenden Flächen zu berücksichtigen, um diesen Wert zu erreichen. **Im Rahmen der ersten Offenlage gibt es aber die Möglichkeit, Stellungnahmen abzugeben, die wiederum von der Bezirksregierung und vom Regionalrat geprüft werden. Das sichern wir auch für die Belange in Bornheim ausdrücklich zu.** Die SPD-Fraktion im Regionalrat hatte darauf bestanden, den Aufstellungsbeschluss noch in 2024 zu fassen, um die Chance zu wahren, das komplexe Verfahren noch in der laufenden Wahlperiode des Regionalrates zu beenden.“

Für die SPD-Fraktion in Bornheim ist daher klar: Wir müssen einerseits in unserer Stellungnahme an die Bezirksregierung die Sicht unserer

Stadt klar verdeutlichen und andererseits auch die Mehrheit der Fraktionen im Regionalrat überzeugen, der Bornheimer Position zu folgen. **„Gemeinsam können wir die Pläne der Bezirksregierung noch in unserem Sinne beeinflussen. Hier rufen wir insbesondere auch CDU und FDP auf, ihre Vertreter im Regionalrat ins Gebet zu nehmen“**, so Peters und Hanft.

Die Bezirksregierung ist seit dem 1. Februar 2024 für die Ausweisung von Windenergiebereichen zuständig. Nach Angaben der Bezirksregierung können Stellungnahmen zum Entwurf des Sachlichen Teilplans Erneuerbare Energien von Montag, 13. Januar, bis Donnerstag, 13. Februar 2025, abgegeben werden.

Weitere Informationen: www.spd-bornheim.nrw

Wilfried Hanft

Ende: Aus der Arbeit der Parteien SPD



Ausdauersport

Mehr Power für Ihr bestes Training



Foto: [pressmaster/stock.adobe.com/akz-o](https://www.pexels.com/photo/young-couple-jogging-in-park/)

Ob Joggen, Schwimmen oder Fahrradfahren - regelmäßiger Ausdauersport ist gesund, stärkt das Herz-Kreislauf-System und sorgt dafür, dass wir uns wohlfühlen. Doch für Sportler ist nicht nur Konditionstraining wichtig, sondern auch der Schutz der Muskeln und ausreichend Regeneration. Bei anhaltender Belastung benötigt der Körper viel Flüssigkeit, Vitamine und Mineralstoffe, sonst drohen Erschöpfung, Mangel und Muskelschmerzen.

Mineralstoffmangel ausgleichen

Wenn wir uns richtig anstrengen, kommen wir ordentlich ins Schwitzen. Dabei verliert der Körper viel Flüssigkeit und darüber wichtige Mineralstoffe, vor allem Natrium, Kalium, Magnesium, Calcium und Zink. Wird der Verlust dieser Mikronährstoffe nicht ausgeglichen, kann auf Dauer ein Mangel entstehen. Die Folgen können Erschöpfung und ein dauerhaftes Leistungstief sein. Achten Sie deshalb beim Ausdauersport darauf, ausreichend zu trinken. Am besten Mineralwasser mit einem hohen Mineralstoffgehalt oder Fruchtsaftschorlen.

Schutz von Zellen und Muskeln

Körperliche Anstrengung führt zur vermehrten Bildung von

sogenannten freien Radikalen. Werden diese nicht unschädlich gemacht, kann das die Körperzellen schädigen. Man spricht dann von oxidativem Stress. Antioxidantien, wie Vitamin C und E, die Mineralstoffe Selen und Zink sowie Coenzym Q10, sind Stoffe, die freie Radikale abfangen. Diese Antioxidantien sind vor allem in pflanzlichen Lebensmitteln wie Obst, Gemüse und hochwertigen Pflanzenölen enthalten. Eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung reicht in der Regel aus, um den Körper ausreichend mit Vitaminen und Mineralstoffen zu versorgen. Allerdings kann der Bedarf bei Sportlern erhöht sein. Vor allem im Leistungssport können zusätzliche Antioxidantien, in einer Dosierung, die speziell auf die Bedürfnisse von Sportlern abgestimmt ist, vor Muskelschäden schützen. Gegen Muskelkater haben sich Omega-3-Fettsäuren bewährt. Sie wirken Entzündungsprozessen im Körper entgegen und können so die Schmerzen lindern. Eventuell kann die Einnahme von Omega-3-Fettsäuren in Form von Mikronährstoffpräparaten sinnvoll sein. Infos unter: www.vitamindocor.com (akz-o)



Betreuungsdienst Bornheim

unabhängige Pflegeberatungsstelle

Alltagsbegleitung • Betreuung • Entlastung
Beratung • Demenzbetreuung
Betreuungsgruppe

Pflegeberatungsgespräch nach
§37 Abs 3 SGB XI bei Ihnen zu Hause

Betreuungsdienst Bornheim
Susanne Pint

Lintgesfuhr 17 • 53332 Bornheim

Tel. 0 22 27 / 92 98 757

kontakt@betreuungsdiensdbornheim.de
www.betreuungsdiensdbornheim.de

Aus der Arbeit der Parteien Bündnis90 / Die Grünen

Apfelpunsch-Aktion am Suti-Center

Grüner Bundestagskandidat Wächter im Dialog.

Der Bundestagskandidat von Bündnis 90/Die Grünen für den Rhein-Sieg-Kreis, Moritz Wächter (27), verteilte am vergangenen Wochenende am Suti-Center heißen Apfel-Punsch an die Bürgerinnen und Bürgern. Trotz winterlicher Temperaturen kam der in Alfter lebende Wächter so mit den Wählern ins Gespräch: „Ich will die Sorgen und Ideen der Menschen in unserem Wahlkreis aus erster Hand erfahren“,

erklärte Moritz Wächter: „Die Punschverteilaktion schuf eine entspannte Atmosphäre, um über die Themen zu sprechen, die die Bürgerinnen und Bürger bewegen.“ Gleichzeitig konnten die Grünen zeigen, wie regionale Produkte im Alltag praktisch eingesetzt werden können, denn der alkoholfreie Apfelpunsch wurde aus Äpfeln von Streuobstwiesen aus Alfter hergestellt.

Markus Hochgartz

Moritz Wächter beim Apfelpunsch-Ausschank. Foto: Stracke



Ende: Aus der Arbeit der Parteien Bündnis90 / Die Grünen

Aus der Arbeit der Parteien UWG

Immer gut informiert und im Austausch mit Ihnen

Die **Unabhängige Wählergemeinschaft (UWG) Bornheim** legt großen Wert auf Transparenz, Bürgernähe und eine lebendige Kommunikation mit den Menschen in unserer Stadt. Damit Sie stets über unsere Aktivitäten, aktuellen Projekte und Entscheidungen in der Kommunalpolitik informiert bleiben, sind wir auf verschiedenen Plattformen aktiv. Gleichzeitig ist uns der direkte Dialog mit Ihnen

besonders wichtig - denn Ihre Ideen und Gedanken sind der Motor für eine bürgerorientierte Politik.

Unsere Informationskanäle:

- **Homepage:** Auf www.uwg-bornheim.de finden Sie umfassende Informationen zu unseren Themen, Anfragen & Anträgen im Stadtrat und Terminen. Hier können Sie sich jederzeit über unsere politi-

sche Arbeit informieren.

- **Facebook:** Unter facebook.com/uwgbornheim halten wir Sie mit aktuellen Beiträgen, Fotos und Berichten zu wichtigen kommunalpolitischen Themen auf dem Laufenden.
- **Instagram:** Auf unserem Instagram-Account instagram.com/uwgbornheim geben wir Ihnen einen Einblick

hinter die Kulissen unserer Arbeit - kurz, prägnant und visuell ansprechend.

- **TikTok:** Auf tiktok.com/@uwgbornheim erhalten Sie kleine Videos zum aktuellen Geschehen in unserer Stadt

Folgen Sie uns, um aktuellen Themen aus Bornheim zu folgen und nutzen Sie die Möglichkeit direkt mit uns in Kontakt zu treten.

Ihre UWG Bornheim

Dirk König

Ende: Aus der Arbeit der Parteien UWG

Smokey sucht ein neues Zuhause



Foto: Tierheim u. Tierschutzverein Kreis Ahrweiler e.V., Claus Krah

Hier kommt Smokey! Wie manch einer sich denken kann, ist Smokey ein richtiger Wirbelwind. In ihm vereinen sich die buntesten und energiegeladesten Eigenschaften verschiedener Hunderassen. Leider wurde er im Tierheim abgegeben, da sein ehemaliges Herrchen einfach nicht mehr mit ihm zurechtkam. An seiner Erziehung hapert es noch ordentlich, auch wenn die Pfleger im Tierheim ihr Bestes geben, um ihm das kleine Hunde-Einmaleins bei-

zubringen. Hundeschule besuchen ist in seinem neuen Zuhause definitiv ein Muss! Doch davor hat Smokey keine Angst - Neues zu lernen macht ihm Spaß.

An der Leine zeigt sich seine Unerfahrenheit deutlich, aber wie gesagt, er lernt noch. Mit anderen Hunden hatte er in seinem bisherigen Leben auch nicht viel Kontakt, weshalb er erst noch ein wenig die Hundesprache verstehen lernen muss. Abgesehen davon liebt es Smokey, zu toben

und mit seinen Pflegern zu kuscheln. Wenn jemand also bereit ist, sich ein kleines Abenteuer ins Haus zu holen, sollte er sich gerne im Tierheim melden.

Mehr Infos über Smokey gibt es hier: www.tierheim-remagen.de. Blankertshohl 25, 53424 Remagen. Tel. 02642/21600

Spendenkonto: Tierheim u. Tierschutzverein Kreis Ahrweiler e.V., KSK Ahrweiler IBAN DE14 5775 1310 0000 4107 87 + VoBa IBAN DE74 5776 1591 0201 8159 0



Ausbildung zum Baumschulgärtner

Ein grüner Weg für die Zukunft

Mit einem Blick auf die Klimaveränderungen wird deutlich, wie wichtig es ist, Städte zu begrünen und nachhaltige Lösungen für die Umwelt zu schaffen. Die Ausbildung zum Baumschulgärtner eröffnet dabei einen faszinierenden Berufszweig, der nicht nur abwechslungsreich, sondern auch von großer Bedeutung für unsere Zukunft ist.

Vielseitig und äußerst interessant

Die Tätigkeitsfelder eines Baumschulgärtners sind so vielfältig wie die Pflanzen selbst. Das Herzstück der Ausbildung liegt in der Pflanzenproduktion. Hier lernen angehende Baumschulgärtner alles über Aufzucht und Pflege von Bäumen, Sträuchern und Pflanzen aller Art. Dabei spielt nicht nur das biologische Wissen eine Rolle, sondern es ist auch handwerkliches Geschick bei der Kultivierungstechnik gefragt.

Ein weiterer Schwerpunkt liegt im Pflanzenschutz. Baumschulgärtner müssen lernen, mit Krankheiten und Schädlingen umzugehen, ohne dabei die Umwelt zu belasten. Die Ausbildung vermittelt ein tiefes Verständnis für ökologische Zusammenhänge und lehrt, wie man die Balance zwischen gesunden Pflanzen und dem Schutz der Natur bewahrt.

Zusätzlich gehört natürlich auch die Beratung der Kunden dazu. Wann ist die beste Pflanzzeit für verschiedene Gehölze und Pflanzen? Worauf muss bei der Wahl des Standorts geachtet werden? Welche Böden sind für welche Pflanzen geeignet, wann muss

gedüngt, geschnitten oder geerntet werden - die Fragen der Kunden sind vielfältig. Tiefes Fachwissen, Kompetenz und selbstverständlich Freundlichkeit und der Spaß am Job sind dabei wichtig. Doch nicht nur vor Ort in den Baumschulen, sondern auch wenn es um die Gestaltung von Parks oder Grünanlagen geht, sind Baumschulgärtner die richtigen Ansprechpartner.

Ausbildung mit Leidenschaft für die Natur

Um in diese grüne Welt einzutauchen, ist ein guter Hauptschulabschluss die Mindestvoraussetzung. Die duale Ausbildung erstreckt sich regulär über drei Jahre, wobei bei einem entsprechenden Schulabschluss oder vorheriger Vorbildung eine Verkürzung um maximal ein Jahr möglich ist. Die Ausbildung erfolgt dabei sowohl im Betrieb als auch in der Berufsschule, um eine ausgewogene Mischung aus theoretischem Wissen und praktischen Fähigkeiten zu gewährleisten. Engagierte Nachwuchskräfte sind gefragt, um die Herausforderungen der Zukunft anzugehen und innovative Lösungen für die grüne Stadt von morgen zu entwickeln.

Um mehr über die Ausbildung zum Baumschulgärtner zu erfahren, empfiehlt sich ein Besuch der Webseite www.zukunftgruen.de sowie der sozialen Medien von zukunftgruen. Hier finden Interessierte detaillierte Informationen, Erfahrungsberichte und Kontaktdaten, um den ersten Schritt in eine grüne Zukunft zu wagen. (akz-o)



Foto: Bund deutscher Baumschulen e.V./Ferdinand Graf Luckner/akz-o



Benefits bei RAUTENBERG MEDIA

WIR sind ein mittelständisches Medienhaus in Troisdorf. **Zur Erweiterung unseres Teams suchen wir eine/n**

TEAM VERKAUFSSKOORDINATION

Vertriebsassistent Innendienst (m/w/d)

Teilzeit oder Vollzeit 37,5 Std.

DU hast:

Freude am Kontakt mit Menschen, bist serviceorientiert, telefonierst gerne und verfasst stilsichere E-Mails. Du kannst dich schnell in Kunden hineinversetzen und findest passende Lösungen für neue Anliegen.

Aufgaben:

- Erarbeiten passender Kommunikationsstrategien für Kunden sowie Unterstützung der Medienberatung im Verkaufsinendienst
- Enger Austausch mit unterschiedlichen Abteilungen in unserem Medienhaus
- Pflege von Bestandskunden sowie Neukundenakquise
- Willkommen heißen von Gästen, die das Medienhaus kennen lernen wollen
- Eventplanung
- Allrounder bei Fragen zu unseren Medienprodukten

WIR bieten Dir:

- flexible Arbeitszeiten
- familienfreundliche Rahmenbedingungen

Wir freuen uns auf Dich! Bitte Bewerbung per E-Mail an: TEAM HR | karriere@rautenberg.media
Stichwort: TEAM VERKAUFSSKOORDINATION



WIR sind ein mittelständisches Medienhaus in Troisdorf. **Zur Erweiterung unseres Teams suchen wir**

TEAM VERSAND & PRODUKTION

Aushilfen (m/w/d)

Mindestens 18 Jahre, körperlich belastbar, flexible Arbeitszeiten, auf 538 Euro-Basis.

Wir freuen uns auf Dich! Bitte Bewerbung telefonisch unter 02241 260-122 oder per E-Mail an: TEAM VERSAND | i.rose@rautenberg.media
Stichwort: TEAM VERSAND & PRODUKTION

Die nächste Ausgabe erscheint am:
Samstag, 01. Februar 2025
Annahmeschluss ist am:
27.01.2025 um 10 Uhr

Rautenberg Media Zeitungspapier –
nachhaltig & zertifiziert:
Made of paper awarded the EU Ecolabel
reg. no. FI/11/001, supplied by UPM

IMPRESSUM

WIR BORNHEIMER

HERAUSGEBER, DRUCK UND VERLAG

RAUTENBERG MEDIA KG
Kasinostraße 28-30 · 53840 Troisdorf
Fon +49 (0) 2241 260-0 · Fax 260-259
willkommen@rautenbergberg.media

V.i.S.d.P. Redaktioneller Teil:
Bianca Breuer und Corinna Hanf
Verantwortlich f. d. Anzeigenteil:
Dunja Rebinski

ERSCHEINUNG vierzehntäglich

V.i.S.d.P. FÜR DIE RUBRIK

· Politik

SPD Wilfried Hanft

CDU Sascha Mauel

FDP Olaf Willems

UWG Dirk König

Bündnis 90 / Die Grünen

Markus Hochgartz

Kostenlose Haushaltsverteilung in Bornheim. Zustellung
ohne Rechtsanspruch. Einzelbezug über Rautenberg Me-
dia 5,00 Euro/Stück + Porto. Sind gesetzlich geschützte
Warenzeichen nicht gekennzeichnet, erlauben fehlende
Hinweise keine freie Nutzung. Namentlich gekennzeichnete
Artikel spiegeln nicht immer die Meinung der Redaktion
wider.

Handhabung für unverlangt hereingegebene

Pressematerialien

Rautenberg Media übernimmt keine Haftung für die Rich-
tigkeit (inhaltlich u. orthographisch) und Vollständigkeit.
Per Post erhaltenes Pressematerial wird nicht zurückge-
sandt. Keine garantierte Veröffentlichung. Entstehen For-
derungen Dritter aus Verletzungen des Urheber-, Presse-
oder Nutzungsrechts durch das Pressematerial, fordert
Rautenberg Media Schadenersatz beim Einreicher. Bei ir-
rtümlich fehlender Namensnennung am Werk (z.B. Bild-
nachweis) verzichtet der Einreicher auf jegliche Forderung
an Rautenberg Media. Durch den Einreicher des Pressema-
terials wird Rautenberg Media befugt, dieses sowohl für ihre
Print-Ausgaben, als auch für die durch sie betriebenen
elektronischen Medien zu verwenden.

KONTAKT

MEDIENBERATERIN

Stefanie Atan
Mobil 0171 1 87 69 24
st.atan@rautenbergberg.media

REPORTER

Werner Dierker
werner.dierker@t-online.de

VERTEILUNG

Regio Presse Vertrieb GmbH
mail@regio-pressevertrieb.de
regio-pressevertrieb.de

VERKAUF Fon 02241 260-112
verkauf@rautenbergberg.media

REDAKTION Fon 02241 260-250 /-212
redaktion@rautenbergberg.media

RAUTENBERG MEDIA ONLINE

rautenbergberg.media
facebook.de/rautenbergbergmedia
instagram.de/rautenbergberg_media
vimeo.com/rautenbergbergmedia

ZEITUNG

wir-bornheimer-online.de/e-paper

SHOP

rautenbergberg.media/anzeigen

LOKALER GEHT'S NICHT

Für Nordrhein-Westfalen publiziert Rauten-
berg Media über 80 Städte- und Gemeinde-
zeitungen. Lernen Sie uns als 360° Media-
Partner auch bei DRUCK, WEB und FILM
kennen.



- ZEITUNG
- DRUCK
- WEB
- FILM

PRIVATE & GESCHÄFTLICHE KLEINANZEIGEN

ONLINE BESTELLEN

www.rautenbergberg.media/kleinanzeigen

Angebote

Rund ums Haus

Gebäudereinigung

!!!Pflege nutzen!!!

Fensterreinigung über Pflegeversiche-
rung! 0176 8732 6014 - BlitzBlank
Freitag

Gesuche

An- und Verkauf

Designerin kauft Pelzmäntel aller
Art

sowie Damen- und Herrenbekleidung.
Tel.: 0163 240 5663 oder 02205 94 78 473



AUTO & ZWEIRAD

Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen

Tel.: 03944-36160 www.wm-aw.de
"Wohnmobilcenter Am Wasserturm"

Familien



ANZEIGENSHOP

FGB 20-13

43 x 90 mm

ab 52,00

Für alles was wirklich zählt!

shop.rautenbergberg.media



In
Deutschland
gibt es 200
Licht-
schutzgebiete.

KLEINANZEIGEN
PRIVAT & GESCHÄFTLICH
ONLINE BESTELLEN

rautenbergberg.media/kleinanzeigen

Ihre private*
KLEINANZEIGE

bis 100 Zeichen

in dieser Zeitung

ab **6,99€**

*gewerbliche Kleinanzeige ab 13,99 €



RAUTENBERG MEDIA

wir
Bornheimer

Bornheim-Ort · Brenig · Dersdorf · Hemmerich · Hersel · Kardorf · Merten
Reisdorf · Rösberg · Seckton · Uedorf · Walberberg · Waldorf · Widdig

www.wir-bornheimer-online.de

HALLO PRESSESPRECHER/INNEN PRESSEBEAUFTRAGTE

der VEREINE – KIRCHEN – SCHULEN und
anderer Organisationen

Akkreditieren Sie sich gleich jetzt
für das CMSsystem von Rautenberg Media,
um für diese Zeitung Artikel einzustellen:

<https://redaktion.rautenbergberg.media>



Wir freuen uns auf Sie!

■ ZEITUNG ■ DRUCK ■ WEB ■ FILM

Fragen zur Verteilung?

mail@regio-pressevertrieb.de

www.regio-pressevertrieb.de

REGIO PRESSE VERTRIEB GmbH
Die Zeitungszustellgesellschaft der RAUTENBERG MEDIA KG



NOTDIENSTE

WIR SIND RUND UM DIE UHR FÜR SIE DA!



110 POLIZEI
112 FEUERWEHR



**Deutsches
Rotes
Kreuz**

**Hausnotruf – ein
Stück Lebensqualität
bewahren.**

Jetzt Infos anfordern:

Telefon 02241 59 69 79 60

hausnotruf@drk-rhein-sieg.de

www.drk-rhein-sieg.de/hausnotruf

A POTHEKEN-NOTDIENST

Apotheken-Notruf 0800 00 22833

Samstag, 18. Januar

Antonius-Apotheke

Toniusplatz 3, 53913 Swisttal, 02226/5886

Sonntag, 19. Januar

Donatus-Apotheke

Königstraße 63, 53332 Bornheim, 02222-2503

Montag, 20. Januar

Schwanen Apotheke

Rochusstraße 118-120, 53123 Bonn, 0228/42289902

Dienstag, 21. Januar

Sonnen-Apotheke

Kronenstraße 6, 53347 Alfter, 02222/93320

Mittwoch, 22. Januar

Roncalli Apotheke

Roncallistraße 43, 53123 Bonn, 0228/647092

Donnerstag, 23. Januar

Tannen-Apotheke

Paulusplatz 13, 53119 Bonn, 0228/662456

Freitag, 24. Januar

Mühlen Apotheke

Moselstraße 20, 53332 Bornheim, 02222/952090

Samstag, 25. Januar

Walburgis Apotheke

Hauptstraße 114, 53332 Bornheim, 02227/5151

Sonntag, 26. Januar

Kloster-Apotheke

Kölner Straße 61, 53913 Swisttal, 02254/81300

Montag, 27. Januar

Apotheke am Ärztehaus Merten

Bonn-Brühler-Straße 42, 53332 Bornheim, 02227/9297393

Dienstag, 28. Januar

Löwen-Apotheke

Beethovenstraße 10, 53332 Bornheim, 02227/3725

Mittwoch, 29. Januar

Apotheke am Rathaus

Bahnhofstraße 34, 50389 Wesseling, 02236/944450

Donnerstag, 30. Januar

Hubertus-Apotheke

Flach-Fengler-Straße 88, 50389 Wesseling, 02236/43192

Freitag, 31. Januar

Apotheke im Münstergarten

Münstergarten 71, 53332 Bornheim, 02227/9335343

Samstag, 1. Februar

Charlotten-Apotheke

Schlesienstraße 17-19, 53119 Bonn, 0228/662232

Sonntag, 2. Februar

St. Hubertus-Apotheke

Königstraße 80a, 53332 Bornheim, 02222/9979997

Jeweils ab 9 Uhr bis 9 Uhr Folgetag

Angaben ohne Gewähr

ALLGEMEINE NOTDIENSTE

- Polizei-Notruf **110**
- Feuerwehr/Rettungsdienst **112**
- Ärzte-Notruf-Zentrale **116 117**
- Gift-Notruf-Zentrale **0228 192 40**
- Opfer-Notruf **116 006**



ÖRTLICHE NOTDIENSTE

Zahnärztlicher Notdienst

01805 / 98 67 00

Kinderärztlicher Bereitschaftsdienst

0228 / 24 25 444

Krankenhäuser

Universitätskliniken, Venusberg

0228 / 287-0

Malteser Krankenhaus

0228 / 64 81-0

Tierärzte

Tierärztliche Klinik für Klein-
tiere Windeck

02292 / 50 51

Tierärztliche Klinik für Pferde
Aggertal, Lohmar-Wahlscheid

02206 / 91 04 10

Tierärztlicher Ringnotdienst

Rhein Sieg

tierarzt-notdienst-rhein-sieg-
kreis.de



+ Durchführung aller Bestattungsarten

+ Gestaltung von individuellen Trauerfeiern

+ Bestattungen auf allen Friedhöfen

BESTATTUNGEN
Kievernagel SEIT 1886

Familienunternehmen in 5. Generation

+ Trauerdrucksachen, Druck im Hause

+ Bestattungs-Vorsorgeberatung und Verträge

+ Hauseigene Trauerhalle

Alfter
Knipsgasse 25a

Bornheim
Bonner Straße 43

Telefon
02222 2331

info@bestattungen-kievernagel.de · www.bestattungen-kievernagel.de

Ankauf Reinhardt

Antiquitäten & Haushaltswaren

Wir kaufen an:

- Silberbesteck
- Meissen Porzellan
- Bernstein
- Orientteppiche
- Münzen
- Musikinstrumente
(z.B. Geige, Gitarre, Akkordeon)
- Armbanduhren
- Modeschmuck
- Porzellanfiguren
- Bronze- & Messingfiguren
- Militaria von 1. + 2. Weltkrieg
- Antikes Spielzeug
- Zinn
- Kaiserzeit Krüge
- Jugendstil Deko
- Alte Post- & Ansichtskarten
- kleine Ölgemälde
- alte Kugelschreiber und Füller



Kostenlose Hausbesuche
im Umkreis von 80 km.
(nach Terminvereinbarung)

 **02246 - 95 72 709**

oder 0176 201 36 028

Hauptstraße 127
53797 Lohmar