



WER • WO • WAS • WANN – INFORMATIONEN & TERMINE Online lesen: [www.rundblick-eifel.de/e-paper](http://www.rundblick-eifel.de/e-paper)

# Rundblick Eifel

BLANKENHEIM + HELLENTHAL + NETTERSHEIM + SCHLEIDEN + ZÜLPICH

53. Jahrgang

Freitag, den 03. Mai 2024

Woche 18 / Nummer 9

Alle 14 Tage in Ihrem Briefkasten

## Blutspende-Ehrungen beim DRK Ortsverein Hellenthal



(v.l.) Katja Pesch, Franz Engel, Irmgard Jütten, Norbert Engel, Angelika Lentzen, Peter Rauw.

Foto Achim Steffens

Im März führte der DRK-Ortsverein Hellenthal eine Ehrung von Blutspendern durch. Die Ehrung fand in Dickerscheid im dortigen Gasthaus Campingplatz statt. Die Beauftragte für die Blutspenden in Hellenthal, Katja Pesch und der Vorsitzende des DRK-Ortsvereins Hellenthal, Peter Rauw konnten an dem Abend insgesamt achtzehn zu Ehrende für Ihre Bereitschaft zum Blutspenden ehren. Die Ehrung für 25-mal Blutspenden erhielten: Christel Dahm, Birgit Hanseler, Claudia Hartl, Ra-

mona Hörnchen, Christian Horst Kautz, Beate Linnenkohl, Sebastian Offermann, Gerhard Matthias Pesch und Eduard Rupp. Für 50-mal wurden geehrt: Rita Franzen, Rita Lemaire, Gerhard Lenzen und Klaudia Linden. Irmgard Jütten aus Kamberg wurde für 75-mal Blutspenden geehrt sowie Stefan Huppertz aus Hollerath und Angelika Lentzen aus Dreiborn für 100-mal. 125-mal Blut gespendet hatte Franz Engel aus Hellenthal und 150-mal Norbert Pützer ebenfalls aus

Hellenthal.

Der Vorsitzende bedankte sich bei allen Blutspendern, da mit ihrer Hilfe anderen Menschen geholfen werden kann. Die zu Ehrenden gaben auch zu verstehen, dass sie auch weiterhin, dazu bereit seien.

Im Anschluss an die Ehrung wurden die Blutspender noch zu einem gemeinsamen Essen mit dem Blutspendeteam des DRK Ortsvereins Hellenthal eingeladen und konnten den Abend gemeinsam ausklingen lassen.

Freude erwecken mit frischen Betten...

Jetzt Betten-Reinigung zum „Super-Sparpreis“

Morgens gebracht – abends gemacht

Fachkundige Beratung

**Betten Schmitz**  
53894 Mechernich (Eifel)  
Bahnstraße 8 / Ecke Marktplatz  
Kundendienst-Ruf: 02443-2424  
[www.bettenschmitz.de](http://www.bettenschmitz.de)

Spezialisiert.  
Engagiert.  
Erfahren.

Sebastian Pelzer  
Rechtsanwalt  
Fachanwalt für Strafrecht  
Fachanwalt für Verkehrsrecht

**PELZER**  
RECHTSANWÄLTE

SPEZIALKANZLEI  
**STRAFRECHT**  
**VERKEHRSRECHT**

KANZLEI SCHLEIDEN:  
02445-85 00 00

[info@kanzlei-pelzer.de](mailto:info@kanzlei-pelzer.de)  
[www.kanzlei-pelzer.de](http://www.kanzlei-pelzer.de)

**Fertiggarage + Garagentor  
Carport + Gerätehaus  
Große Ausstellungen - eigene Montage  
Hier, jetzt, gut und günstig!**

Tel. 02403 87480  
[info@graafen.de](mailto:info@graafen.de)  
[www.graafen.de](http://www.graafen.de)  
Katalog Gratis!

**graafen**  
seit 1905

Am Johannesbusch 3  
53945 Blankenheim  
+ Talstraße 60-68  
52249 Eschweiler

**Jetzt beginnt die Schwimmbeckenplanung für 2024!  
Ihr Fachhändler empfiehlt:  
Das besondere Schwimmbecken „Mon de Pra“**

Die Vorteile:  
Keine Betonplatte & Betonhinterfüllung!  
Einbauteile vormontiert!  
Viel Eigenleistung möglich!

**Eifel-Pool - Zülpich**  
Bergstr. 20  
[www.Eifel-Pool.de](http://www.Eifel-Pool.de)  
unter Telefon: 02252-4494



## Freie Plätze in der Tagespflege

Tagespflegen Blankenheim, Dahlem und Nettersheim stellen tagsüber die Betreuung von Senioren sicher

**Nach dem Prinzip „Tagsüber versorgt, abends daheim“ führen wir im Südkreis Euskirchen drei Tagespflegen für betreuungs- und pflegebedürftige Menschen. Mit der Eröffnung von insgesamt fünf Tagespflegen reagieren wir auf einen Bedarf, der sich in unserem Einzugsgebiet seit Jahren als steigend wachsend gezeigt hat; aber was ist Tagespflege eigentlich genau?**

„Auch nach über 10 Jahren stellen wir noch fest, dass der Begriff Tagespflege immer etwas Irreführendes an sich hat“, sagt Michael Tobehn, Leiter der Einrichtung St. Josef in Blankenheim. „Selbstverständlich kümmern wir uns auch

um pflegerische Aufgaben, aber das ist gar nicht so sehr gefragt - der Fokus liegt mehr auf der Betreuung und Tagesgestaltung. Man kann es sich eher wie einen schönen Seniorennachmittag vorstellen“, führt er weiter aus. Das Angebot richtet sich zum einen unterstützend an pflegende Angehörige, denn für sie ist eine Entlastung bereits gegeben, wenn die pflegebedürftige Person zeitweise außerhalb der häuslichen Umgebung versorgt werden kann. Zweitens dient Tagespflege der Aktivierung und sinnvollen Freizeitgestaltung der Pflegebedürftigen. Es handelt sich also um eine Einrichtung, die die

Betreuung und Pflege von Senioren, einschließlich Demenzkranker, tagsüber sicherstellt. Anschließend werden die Gäste wieder in ihr gewohntes Zuhause zurückgebracht. Die Kosten der Tagespflege sind abhängig vom Pflegegrad. Carmen Goertz, Leiterin der Tagespflege St. Anna in Dahlem: „Ab Pflegegrad 1 beteiligen sich die Pflegekassen an den Kosten und stellen Finanzierungsbudgets bereit. Werden diese nicht in Anspruch genommen, verfallen sie. Auch andere Kostenträger unterstützen den Besuch der Einrichtung mit monatlichen Zuschüssen. Selbstverständlich beraten wir Interessenten und Angehörige gerne.“ Die großzügigen Innenräume der Einrichtungen sind hell und freundlich. Neben einem großen Hauptraum befinden sich in den Tagespflegen ein Therapieraum, eine Küche, Ruheräume mit Betten und Ruhesesseln, ein Bad mit behindertengerechter Dusche und natürlich behindertengerechte WCs. Im Sommer können die Gäste draußen auf einer gemütlichen Terrasse sitzen und die Sonne genießen. „Je nach Bedarf und Wunsch motivieren wir die Gäste zur Teilnahme an Aktivitäten wie Gedächtnistraining, Bewegungsübungen und hauswirtschaftlichen Arbeiten, aber auch zu Gesellschaftsspielen oder Kreativem Gestalten“, erklärt Klaudia Nücken, Leiterin der Tagespflege St. Martin in Nettersheim. Auf diese Weise können die geistigen und körperlichen Fertigkeiten der Menschen trainiert bzw. länger erhalten und Kontakte zu anderen wieder lebendiger gestaltet werden. Neben der Betreuung wird selbstverständlich auch die qualifizierte Pflege der Gäste sichergestellt: examinierte Pflegefachkräfte sind zuständig für die Medikamentengabe, das Messen von Blutdruck und Blutzucker, Insulingabe und vieles

mehr. So wird sichergestellt, dass die Tagesgäste möglichst lange in den eigenen vier Wänden wohnen können. Zudem handelt es sich um ein flexibles Angebot - der Gast kann frei wählen, an wie vielen Tagen pro Woche er die Tagespflege in Anspruch nehmen möchte. Unsere Einrichtungen sind Montag - Freitag von 8:00 - 16:00 Uhr geöffnet. Auf Wunsch kann ein Fahrdienst gebucht werden, der die Gäste morgens abholt und nachmittags sicher wieder nach Hause bringt. Auch Rollstuhltransporte sind möglich. Jeder kann seine Wochentage nach den individuellen Bedürfnissen gestalten. „Wir stimmen alle Wünsche mit den Gästen oder Angehörigen ab“, versichern die Pflegedienstleitungen. Wer Fragen hat, kann sich für die **Tagespflege Dahlem** an Carmen Goertz, Tel. 02447 9139339 oder [tagespflege.st.anna@caritas-eifel.de](mailto:tagespflege.st.anna@caritas-eifel.de) wenden.

Ansprechpartner für die **Tagespflege in Blankenheim** ist Michael Tobehn, erreichbar unter der Rufnummer 02449 9199930 oder unter [tagespflege.st.josef@caritas-eifel.de](mailto:tagespflege.st.josef@caritas-eifel.de) per E-Mail.

Für die **Tagespflege Nettersheim** ist Klaudia Nücken unter der Festnetznummer 02486 3389824 oder der E-Mail-Adresse [tagespflege.st.martin@caritas-eifel.de](mailto:tagespflege.st.martin@caritas-eifel.de) Ihre Ansprechpartnerin.

Alle Pflegedienstleitungen klären gerne über die Angebote sowie die individuellen Finanzierungsmöglichkeiten auf. Wer einen direkten Eindruck bekommen möchte, kann mit der Foto-App seines Smartphones den QR-Code in der Anzeige scannen - dieser führt zu unserem YouTube-Film, den wir beispielhaft über unsere Tagespflege Dahlem erstellt haben.

### Tagsüber betreut – abends daheim



**Entlastung für pflegende Angehörige**

Unsere Tagespflegen bieten tagsüber Betreuung und Pflege von Seniorinnen und Senioren an. Wie? Das zeigen wir in unserem Film – scannen Sie dazu den QR-Code mit Ihrem Smartphone.



- **Blankenheim:** 02449 9199930
- **Dahlem:** 02447 9139339
- **Nettersheim:** 02486 3389824

Caritasverband  
für die Region  
Eifel e.V.



# Wanderung Kartsteinhöhe

Eifelverein Ortsgruppen Zingsheim u. Nettersheim

Von der Kirche in Weyer gehen wir bergab in Richtung Nordwest zur römischen Aquäduktbrücke bei Vollem. Von dort wandern wir über Urfey abwechselnd durch Wiesen- und Waldbereiche bachaufwärts durch das Königsfelder Tal. Nachdem sich das Tal etwas aufweitet, wenden wir uns nach Süden und gehen aufwärts auf die

Hochfläche. Dort gelangen wir auf einem Pfad über einen Waldbereich zu Wiesen und Feldern, von wo wir einen Abstecher machen zur Besichtigung des beeindruckenden Steilabbruchs der Kartsteinhöhe zum Königsfelder Tal. Über offenes Gelände erreichen wir wieder Weyer und können auf dem Weg dahin bei klarer Sicht

den weit reichenden Eifelblick vom Brehberg geniessen. Sonntag, 12. Mai Start und Ziel des Rundweges: Parkplatz an der Kirche in Weyer Treffpunkt: 10 Uhr Rathaus in Zingsheim, 9.45 Uhr Nettersheim, Zutendaalplatz Streckenlänge: etwa 10 Kilometer

Gehzeit: etwa 3,5 Stunden (mit Pausen etwa 4,5 Stunden) Schwierigkeitsgrad: mittelschwer Etwa 200 Höhenmeter im Anstieg. Gäste willkommen. Abschlusseinkehr in Zingsheim geplant. Anmeldung erforderlich: Telefon (02486) 401 oder 01749140409 Wanderführer: Stefan Wirsel

# Parkinson-Selbsthilfe-Gruppe auf großer Fahrt

Am 6. April fuhr die Parkinsongruppe, für eine Woche nach Borkum. Zu Beginn der Fahrt gab es Frühstück im „Schäfer Reisebus“. Die Fahrt ging nach Eemshaven und dann mit der Fähre auf die Insel. Das Inselbähnchen brachte uns in die Stadt. Zu Fuß waren es

dann nur noch 400 Meter zum Hotel. Die Gruppe besuchte Konzerte, machte eine Wattwanderung, Planwagenfahrt und eine Sightseeingtour durch Borkum. Die nicht verplanten Zeiten standen jedem Mitglied zur freien Verfügung. Ob man den Leuchtturm

erklommen, die „Heimliche Liebe“ besuchen, Minigolf oder Tischtennis spielen, oder auch nur einen Strandspaziergang machen wollte konnte jeder für sich entscheiden. Wir hatten während des gesamten Aufenthaltes schönes Wetter. Nein, das stimmt nicht ganz, am

Donnerstag hatte es morgens ein bisschen genieselt. Fazit: Man kann sagen, wir hatten eine rundum gelungene Woche vom Wetter bis zu den Unternehmungen. Gerne möchten wir das an einem anderen Ort wiederholen. Ulrike Ahrens

# Spuren von Jahreszeiten

Einladung zur aktuellen Ausstellung im Kulturbahnhof Nettersheim mit Axel Müller und Wibke Müller

Der 1961 geborene Künstler Axel Müller lebt und arbeitet in Wiehl. Er gestaltet aus Papier und Karton einzelne Boden-, Wand- und Deckenobjekte. Stets sind es speicherartige „Behälter“, die wie Schoten, Tüten, wolkenähnliche Säcke, kugelige Kapseln anmuten. Diesen Einzelstücken folgten in den letzten Jahren modular aufgebaute Installationen. Sie erzählen vom Nebeneinander des Natürlicheren und Nicht-Natürlichen.

Die 1995 geborene Tochter Wibke Müller beschäftigte sich bereits früh mit der künstlerischen Erfassung ihrer bergischen Heimat. Heute lebt und arbeitet sie in Stuttgart. Bei ihren Bildern ist zwar die intensiv wahrgenommene Umwelt der Anstoß zum Arbeiten. Es entstehen aber dann aus dem Malprozess freie, weitgehend abstrahierte Landschaften, nicht etwa Naturabbilder. Kennzeichnend sind stark farbige, oft

kontrastreich gesetzte Farbfelder in Verbindung mit grafischen Gestaltungsanteilen.

### Öffnungszeiten

Bis zum 20. Mai, Sa. und So. von 11 bis 18 Uhr, Pfingstmontag (20. Mai) geöffnet  
Kulturbahnhof Nettersheim  
Bahnhofstr. 14  
in 53947 Nettersheim  
[www.kuba-nettersheim.info](http://www.kuba-nettersheim.info)  
[www.facebook.com/Kulturbahnhof.Nettersheim](http://www.facebook.com/Kulturbahnhof.Nettersheim)



# Was tun bei (drohender) Pflegebedürftigkeit?

Orientierungskurs für die Pflege zuhause

Was tun bei Pflegebedürftigkeit? Welche Leistungen stehen mir und meinen Angehörigen zu? Pflegegrad abgelehnt? Was ist zu tun? Termin (Dauer 90 Minuten): 24. Mai, 18 Uhr

Ort: Familienzentrum Nettersheim, Schulstraße 6  
Anmeldung:  
Sarah Maria Wassong,  
exam. Altenpflegerin, PDL,  
Pflegeberaterin & Schulungen

Zielgruppe: Angehörige und Betroffene, kostenfrei  
Pflegeberatung Eifel - mit Herz in die Zukunft,  
pflegeberatung\_eifel@web.de,  
Telefon 0176/97702080



# Frühstückstreffen für Seniorinnen und Senioren

Im April haben wir im Haus Nikolaus in Tondorf ein neues Angebot etabliert. An jedem zweiten Montag im Monat bieten wir ab 9 Uhr ein Frühstückstreffen für Seniorinnen und Senioren (und jedem, der sich dazu zählt) an. Hierfür stehen uns ein eigener Raum im

Erdgeschoss sowie eine Küche zur Verfügung. Ein gemütliches Beisammensein, das dem Austausch dient. Hier kann geklönt werden, über alte Zeiten oder über Aktuelles, es werden Kontakte wieder aufgefrischt und geknüpft, auf Wunsch werden Gesellschafts-

spiele gespielt, Bewegungsübungen gemacht, gemeinsames Singen angeboten. Das Angebot ist dank einer Spende der KSK Euskirchen kostenfrei. Geleitet wird das Frühstückstreffen von André Schweers, einem Tanztrainer und Heilerziehungspfleger, der vielen

in der Gemeinde schon bekannt ist. Nächster Termin: 13. Mai, 9 Uhr, im Haus Nikolaus, Rohrer Straße 19, Nettersheim-Tondorf Anmeldungen bitte bis 9. Mai über André Schweers, Telefon 0151/72411302, oder per E-Mail an andre@dance-impact.de.

# Geführte Eselwanderung

Wir erkunden gemeinsam mit unseren beiden Hauseseln Rudi und Kaspar die schöne Eifel und können in gemütlichem Tempo die Natur in vollen Zügen genießen. Auf einer Strecke von ca. 6 Kilometern dürfen die

Esel abwechselnd geführt werden. Im Anschluss verwöhnen wir die beiden Langohren mit einer ausgiebigen Bürstenmassage und machen wir es uns dann selber mit einem kleinen Snack am Lagerfeuer gemütlich.

Montag, 20. Mai, 13 Uhr, Naturerlebnishof Kartsteinhöhe, Kartsteinhöhe 7, 53947 Nettersheim Dauer: ca. 3 bis 3,5 Stunden Ansprechpartner: Sonja Kunath und Claudia Dafinger

Nähere Infos, Anmeldung und Preise: 0163/4604731, 0173/3633565 naturerlebnishof@ kartsteinhoehe.de, www.naturerlebnishof- kartsteinhoehe.de

# Familienausflug am Wochenende

Actionbound-Rally mit Slackline-Aktion mit dem Team vom Naturhochseilgarten Nettersheim

Die Teilnehmer erwarten eine spannende Rallye mit verschiedenen Aufgaben und Rätseln für die ganze Familie. Mit eingebaut ist eine angeleitete Aufgabe auf

der Slackline. Samstag, 25. Mai, 10 bis 12 Uhr Start/Ende: Hütte Hochseilgarten Nettersheim, Engelgauer Weg Benötigt wird: Festes Schuhwerk,

mobiles Endgerät (am besten Mobiltelefon), heruntergeladene Actionbound App. Anmeldung bis 16. Mai: 02486/78412

oder per E-Mail an: b.wies@nettersheim.de Für Kinder ab sechs Jahren mit ihren Eltern, Großeltern, Tanten, Onkeln...

PRODUKTFOTOGRAFIE

SIE HABEN DAS PRODUKT?  
WIR HABEN DAS KNOW-HOW!

- hochwertige, professionelle Fotos die unsere Profis für Sie anfertigen
- wir setzen Ihre Produkte ins rechte Licht
- professionelle Bildbearbeitung
- individuelle Beratung
- hohe Qualitätskontrollen
- kurze Kommunikationswege um Ihre Wünsche umzusetzen

WEITERE INFOS UNTER:  
[www.rautenberg.media/film/produktfotos](http://www.rautenberg.media/film/produktfotos)

RAUTENBERG MEDIA

# Der Imkerin über die Schulter geschaut

Wann und warum schwärmen Bienen? Wozu dient der Gelee royale? Was ist eine Weiselzelle? Wie funktioniert die Bienen sprache? Auf diese und viele weitere Fragen zum interessanten Leben der Honigbiene und der vielseitigen Arbeit in der Imkerei erhalten wir Antworten. Die Imkerin Agathe Kozok steht während des angegebenen Zeitraums für Fragen und Informationen bereit (offene Veranstaltung, kein fest vorgegebener Veranstaltungsbeginn). Die wichtigen Aufgaben und Funktionen des

„Haustieres“ Honigbiene im Naturhaushalt werden erläutert und die Organisation des Bienenstaats wird direkt am Bienenstock erklärt. Veranstaltungsort ist der Bienenstand auf dem Löwenzahn-Erlebnispfad (Blankenheimer Straße). Sonntag, 5. Mai, 14 bis 16 Uhr Kursleiterin: Agathe Kozok, Biologin Anmeldefrist: jeweils zwei Tage vor der Veranstaltung Kostenfrei, um Anmeldung wird gebeten.

# NEU IN KALL!



Jetzt  
15 %  
sparen!<sup>1</sup>



## Ihr Spezialist für Hörgeräte und Gehörschutz in Kall!

Erleben Sie einen exzellenten Service in einem modernen Wohlfühlambiente und lassen Sie sich von unseren Experten kompetent und unverbindlich zu allen Fragen rund ums gute Hören beraten.

Bei tapella Hörgeräte genießen Sie nicht nur einen ausgezeichneten, individuellen Service, sondern auch zahlreiche Vorteile:

- Kostenlose Höranalyse & herstellerunabhängige, individuelle Beratung
- Kostenlose & unverbindliche Hörgeräteanpassung und Ausprobe
- Service für Ihre Hörgeräte – egal wo Sie diese gekauft haben!
- Individueller Gehörschutz und In-Ear-Monitoring für Beruf und Freizeit
- und vieles mehr...

Exklusiv bei Augenoptik Kohl in  
Kall und bei Optik & Hörakustik  
Schlierf in Bad Münstereifel

### 15 % Rabatt<sup>1</sup>

beim Kauf von Komfort-  
oder Premium-Hörsystemen

### 1,50 €<sup>2</sup>

für 6 Hörgerätebatterien, versch.  
Ausführungen, inkl. MwSt.

### 15 % Rabatt<sup>3</sup>

auf alle Brillenfassungen und  
Sonnenbrillen

**tapella Hörgeräte in Kall**  
Bahnhofstraße 17

Tel. temporär: (0174) 541 47 87  
kall@tapella-hoergeraete.de

**Öffnungszeiten:**  
Mo - Fr: 08.00 - 13.00 Uhr  
14.00 - 17.00 Uhr  
und nach Vereinbarung



[www.tapella-hoergeraete.de](http://www.tapella-hoergeraete.de)

<sup>1</sup> Bei Abschluss einer neuen Hörgeräteversorgung und Vorlage einer ohrenärztl. Verordnung erhalten Sie 15% Rabatt auf den priv. Eigenanteil. Voraussetzung ist eine Terminabsprache für die Erstberatung bis zum 28.06.2024.

<sup>2</sup> Max. 10 VPE pro Kunde. Gültig bis 28.06.2024

<sup>3</sup> Ohne Korrektionsgläser. Gilt nur bei Augenoptik Stephan Kohl und bei Optik & Hörakustik Schlierf by tapella bis zum 28.06.2024 ([www.optik-s-kohl.de](http://www.optik-s-kohl.de), [www.hoeren-sehen.com](http://www.hoeren-sehen.com))

### Immer wieder sonntags

#### Kurkonzerte im Gemünder Kurpark

Nach einer erfolgreichen Auftaktveranstaltung im Gemünder Kursaal beginnt am 5. Mai die Open-air-Saison der traditionellen Kurkonzerte.

Auch in diesem Jahr konnte die GfW Schleiden wieder viele einheimische Vereine und Musiker für die sonntäglichen Konzerte um 16 Uhr im Musikpavillon gewinnen. „Die Kurkonzerte sind für unser Team stets eine besondere Freude, da wir viele Menschen sonntäglich im Kneippkurort Gemünd begrüßen können, die aus nah und auch fern hierzu anreisen“, so Bianka Renn, Geschäftsführerin der gfW Schleiden, „mit der Auftaktveranstaltung und dem seit letztem Jahr eingeführten

Abschlusskonzert im November im Gemünder Kurhaus bieten wir insgesamt 24 Konzerte in dieser Reihe an.“

Die Konzertreihe findet jeden Sonntag, vom 5. Mai bis 29. September, um 16 Uhr, im Musikpavillon statt und lädt zum kostenfreien Musikgenuss ein.

Den Auftakt am 5. Mai macht das Saxofon-Ensemble der Musikschule Schleiden, am 12. Mai begrüßt der Musikverein Harmonie Wolfert, am 19. die Eifelklänge Herhahn und hiernach der Musikverein Schönesseiffen.

Das detaillierte Programm hält die Tourist Information in Gemünd für Interessierte bereit und informiert bei Schlechtwetter am Veranstaltungstag.



Foto: Frank Wiesen



### Modernste Orthopädietechnik seit über 30 Jahren!



Modernste Einlagenversorgung



Myoelektrische Armprothesen

Alles aus  
einer Hand!



© AdobeStock



Direktversorgung von  
Bandagen und Orthesen



3D-Vermessung für Kompressions-  
strümpfe und orthop. Einlagen

© Bauerfeind

Öffnungszeiten: Montag, Dienstag, Donnerstag und Freitag 09.00 bis 13.00 Uhr und 14.30 bis 18.00 Uhr | Mittwoch 09.00 bis 13.00 Uhr | Samstag geschlossen

#### Zentrale:

Am Markt 5 • 53937 Schleiden  
Tel. 02445 8508-60 • Fax 8508-62

[www.jansen-ot.de](http://www.jansen-ot.de)

#### Filiale:

Dr. Felix Gerhardusstr. 11 • 53894 Mechernich  
Tel. 02443 9021800 • Fax 02443 9021802

[mail@optj.de](mailto:mail@optj.de)



## Sport bei Erkältung?

Empfehlungen fürs Training und Tipps für die schnelle Genesung

„Ein Jogger läuft im Sommer, der richtige Läufer zu jeder Jahreszeit.“ Viele Ausdauersportler kennen diesen Spruch und lassen sich von Nieselregen oder kühlen Temperaturen nicht von ihren Trainingseinheiten abbringen. Und auch wer mit dem Rad unterwegs ist, sorgt allenfalls für regendichte Kleidung, wenn nasses Wetter angekündigt ist. Sport stärkt das Immunsystem und hilft dabei, gesund durch das Jahr zu kommen. Aber was, wenn es einen erwischt, wenn man plötzlich nicht richtig schlucken kann, die Stimme wegbleibt und die Nase läuft?

**Bei Krankheitssymptomen schonen**  
Schon bei einer gewöhnlichen Erkältung muss unser Immunsystem auf Hochtouren arbeiten. Sportliche Betätigung würde den Körper in dieser Phase unnötig schwächen. Wer sich unwohl fühlt, sollte auf seine Trainingseinheiten verzichten, erhöhte Temperatur oder gar Fieber sind ein „No-Go“ beim Sport. Falscher Ehrgeiz kann hier böse gesundheitliche Folgen nach sich ziehen. Wer eine Grippe oder eine Erkältung nur unzureichend auskuriert, riskiert im schlimmsten Fall eine Herzmuskelzündung. Besser ist es, dafür zu sorgen, dass Schnupfen, Husten und Heiserkeit möglichst rasch wieder verschwinden.

### Gurgeln mit Salzwasser hilft

Hier gibt es ein bewährtes Hausmittel, das nachweislich Linderung verschafft: das Gurgeln mit Salzwasser. Schon die alten Ägypter wussten um die Heilkraft des Salzes und kannten viele Anwendungsmöglichkeiten wie seine abführende oder antientzündliche Wirkung. Und auch der griechische Arzt und Wissenschaftler Hippokrates



Viele Freizeitsportler trainieren das ganze Jahr über und lassen sich auch von schlechterem Wetter nicht beeinflussen. Bei einer Erkältung jedoch sollten sie sich schonen. Fotos: DJD/Verband der Kali- und Salzindustrie/Getty Images/skynesher

beschrieb die Heilwirkung des Salzwassers auf die unterschiedlichsten Krankheiten. Im Mundraum kann salzhaltiges Wasser Bakterien abtöten und dadurch Entzündungen im Hals und Rachen bekämpfen. Außerdem wirkt es schmerzlindernd, abschwellend und es befeuchtet die Schleimhäute. Unter [www.vks-kalisalz.de](http://www.vks-kalisalz.de) erfährt man mehr über die Heilkraft von Salz.

### Sanfter Wiedereinstieg

Bei den ersten Anzeichen von Hals- schmerzen - für viele der Beginn einer Erkältung - sollte man mit Salzlösung gurgeln. Diese lässt sich leicht selbst herstellen. Dafür löst man einen Teelöffel Speisesalz in circa 250 Milliliter lauwarmen Wasser auf und gurgelt damit kräftig mehrere Sekunden lang. Dabei sollte man darauf achten, dass die Salzlösung möglichst tief in den Rachenraum gelangt. Das Ganze kann man bis zu sechs Mal am Tag wiederholen. Andere schwören auf eine Spülung der Nasenschleimhäute mit lauwarmen Salzlösung, um einen Schnupfen zu lindern. Nach Abklingen der Symptome können Freizeitsportler ihr Training langsam wieder aufnehmen. Das heißt: Das Trainingspensum niedrig ansetzen und dann schrittweise erhöhen. (DJD)



## Abnehmkurs

Für ein leichteres Leben!

### Dieser Kurs ist genau das Richtige für Sie,

...wenn Sie schon alles Mögliche probiert haben und bisher noch nicht Ihr Wunschgewicht erreichen konnten.

...wenn sie jetzt wirklich ein gesundes Abnehmprogramm beginnen wollen.

### Erfahren Sie

... wie Sie gesund und dauerhaft abnehmen und Ihre Figur bewahren können. Erleben Sie bei uns, wie viel Spaß das Abnehmen machen kann!

### Was erwartet Sie?

In diesem Kurs erfahren Sie alles über effektives und gesundes Abnehmen. Sie erhalten ein Ernährungs- und Trainingsprogramm und werden von Spezialisten persönlich betreut. Sie haben die Möglichkeit, 2x pro Woche ein individuelles Schlankheitstraining durchzuführen.

**Gleich anrufen**  
**Tel. 0 22 52 78 04**

### Kursbeginn

17.05.2024

18:40 Uhr

(Bitte melden Sie sich vor Kursbeginn telefonisch bei uns an.)

-----**BODYLINE**-----  
FITNESS- & GESENDSCHAFTSSTUDIO

Industriest. 10 - 53909 Zülpich  
[www.bodyline-zuelpich.de](http://www.bodyline-zuelpich.de)

**BESTATTUNGEN**

WIR HELFEN IHNEN ABSCHIED ZU NEHMEN!

**TRAUER**

DIE LETZE RUHE FINDEN

## Hier soll meine letzte Ruhe sein

Bei realen oder virtuellen Waldrundgängen den passenden Bestattungsbaum finden



Einen Bestattungsbaum kann man sich bei einem Waldspaziergang selbst aussuchen. Die Alternative ist ein virtueller Rundgang. Foto: djd/Friedwald

**Die Bestatter**  
**E.ERNST** GMBH  
**A. Grahl & Söhne** *Im Trauerfall an Ihrer Seite*

✓ Bestattungen auf allen Friedhöfen im In- und Ausland  
✓ Bestattungsvorsorge  
✓ Sterbegeldversicherungen  
✓ Verabschiedungsräume  
✓ Beratung durch fachgeprüfte Bestatter

Informationen erhalten Sie auch unter:  
[www.bestattungen-ernst-gmbh.de](http://www.bestattungen-ernst-gmbh.de)  
[info@bestattungen-ernst-gmbh.de](mailto:info@bestattungen-ernst-gmbh.de)

**Mechernich / Kommern**  
Wingert 27-29  
02443 / 9999-0

**Zülpich**  
Nideggener Straße 5  
02252 / 950183

**Kall**  
Dieter Schüttler  
Auf dem Fels 17  
02441 / 911084

Inh. Dennis Paes  Meisterbetrieb

**BESTATTUNGEN BECKER**

*Kein Abschied auf der Welt fällt schwerer als der von einem geliebten Menschen.*  
*Wir begleiten Sie.*

Bahnhofstraße 22 • Kaller Straße 39 • 53925 Kall / Sistig  
[www.bestattungen-becker.de](http://www.bestattungen-becker.de)

**Tel. 0 24 41 - 91 10 10**

 **+++ Preise + Leistungen im Internet +++**

**BBH Bestattung Jenni Maubach** **Tel. 02256 - 95 95 120**  
[www.rureifel-bestatter.de](http://www.rureifel-bestatter.de) **Tel. 02425 - 90 99 88 0**

**Mechernich – Nideggen – Heimbach – Kreuzau**

Mit zunehmendem Alter machen sich viele Menschen Gedanken um eine würdevolle Bestattung. Bei der Entscheidung zwischen klassischem Sarg- und Urnenbegräbnis liegt die Urne mittlerweile deutlich vorn: 2020 fanden laut Statista 76 Prozent der Verstorbenen in Deutschland so ihre letzte Ruhe und nur noch 24 Prozent bei einem Sargbegräbnis. Hierzulande sind Urnenbegräbnisse auch als Waldbestattungen erlaubt. Sie können bereits zu



**Bestattungen**

**Meisterbetrieb**  
Bahnstr. 41-43, Mechernich  
**02443-2107**

Kammerbruchstr. 4, Simmerath  
**02473 - 1318**

Nideggener Str 5, Schmidt  
**02474 - 1033**

**Informieren Sie sich...**  
**ihrbestatter.de**

Lebzeiten vorgeplant werden - sogar online von zu Hause aus.

**Letzte Ruhestätte im Wald**

Bei einer Waldbestattung verbleibt die Asche der verstorbenen Person in einer biologisch abbaubaren Urne, sodass sie irgendwann automatisch wieder in den Kreislauf der Natur übergeht. Der Anbieter FriedWald beispielsweise ermöglicht in Kooperation mit Kirchen und Forstverwaltungen Baumbestattungen an rund 80 ausgewiesenen Standorten. Jeder ist ein nach öffentlichem Recht genehmigter Friedhof im Wald. Auf der Seite [www.friedwald.de](http://www.friedwald.de) können Interessierte einen virtuellen Rundgang machen, sich online die verfügbaren Bäume anschauen und einen Urnenplatz darunter kaufen oder reservieren. Das ist insbesondere interessant für Menschen, die nicht mehr mobil sind, oder für solche, die vom gewünschten Wald zu weit entfernt wohnen. Auch Bestattungsunternehmen können sich online Bäume anschauen und das Waldbegräbnis in ihr Angebot aufnehmen.

**So funktioniert der virtuelle Spaziergang**

Eine Online-Suche in einem Bestattungswald vermittelt durch digitale Aufnahmen einen Eindruck des Baumes und zeigt neben Größe und Wuchsform auch seine genaue Lage an. So erfährt man beispielsweise, wie weit der Grabplatz vom Parkplatz entfernt ist. Hilfreich ist es auch, wenn virtuelle Panoramatauren der näheren Umgebung angeschaut werden können. Dadurch lernt man deren Schönheiten und Besonderheiten als Ort der letzten Ruhe kennen. Für eine Urnenbestattung im Wald gibt es unterschiedliche Gräber an verschiedenen Baumarten. Je nach Wunsch sucht man einen oder mehrere Einzelplätze an einem gemeinschaftlich genutzten Baum oder einen ganzen Baum exklusiv für die Familie oder den Freundeskreis aus. Die konkreten Kosten können transparent online oder im Wald direkt nachgelesen werden. (djd)

# BESTATTUNGEN TRAUER

## Zu Lebzeiten den eigenen Abschied planen

Baumbestattung, Erinnerungsdiamant und Co.: Der letzte Weg wird individueller



Foto: djd/Algordanza Erinnerungsdiamanten/Getty

Bestattungswald, Seebestattung, Erinnerungsdiamant: Die Bestattungskultur in Deutschland wandelt sich, traditionelle Rituale sind immer weniger gefragt. Schon 2017 wünschten sich einer MNID-Umfrage zufolge lediglich ein knappes Drittel der Befragten eine klassische Urnen- oder Grabbeisetzung auf einem Friedhof. Viele Menschen bevorzugen stattdessen individuellere Bestattungsformen und bestimmen bereits zu Lebzeiten das Prozedere für ihren letzten Gang. Erinnerungsdiamanten als unvergängliches und diskretes Erbstück sind ein noch ungewöhnlicher Bereich der Bestattungskultur. Dabei wird ein Teil der Asche des oder der Verstorbenen zu einem Rohdiamanten gepresst und geschliffen, die restliche Asche kann beigesetzt werden. In Deutschland ist das Herstellungsverfahren nicht zulässig - in der Schweiz etwa kann es problemlos durchgeführt werden.

### Rechtssicheres Verfahren

Inzwischen ist die Asche nicht mehr die einzige Kohlenstoffquelle, die für die Herstellung eines Erinnerungsdiamanten genutzt werden kann. Die Alternative sind Erinnerungsdiamanten aus Haaren. Auf sie kann man zurückgreifen, wenn Erinnerungsobjekte aus Kremationsasche aus sozialen, rechtlichen oder familiären Gründen nicht möglich oder erwünscht sind. Dieses Verfahren wird beispielsweise vom Schweizer Unternehmen Algordanza durchgeführt, das seit 2004 Erinnerungsdiamanten aus

Asche oder Haaren anbietet. Auch bei den Diamanten aus Haaren können sich alle Beteiligten auf Rechtsicherheit in allen deutschen Bundesländern verlassen. Der zwischen vier und acht Monate dauernde Herstellungsprozess findet in der Schweiz statt und wird in jedem Schritt sorgfältig dokumentiert. Unter [www.algordanza.com](http://www.algordanza.com) gibt es hierzu weitere Informationen. Wer an einem Erinnerungsdiamanten aus Asche oder Haaren interessiert ist, muss sich in Deutschland an ein lokales Bestattungsunternehmen wenden, Algordanza kooperiert bundesweit mit mehr als 4.000 Bestattern.

### Fünf Gramm Haare für einen Diamanten

Während bei der Produktion eines Erinnerungsdiamanten aus Kremationsasche mindestens etwa 500 Gramm benötigt werden, verbleibt die Urne beim Erinnerungsdiamanten aus Haaren unangetastet. Haare bestehen zu etwa 51 Prozent aus Kohlenstoff. Für die Produktion eines oder mehrerer Erinnerungsdiamanten werden daher nur fünf Gramm Haar benötigt. In einem ersten Schritt wird Kohlenstoff isoliert, gereinigt und aufgearbeitet. Im Anschluss wächst dieser unter hohem Druck und hoher Temperatur zu einem Erinnerungsdiamanten heran. Ein Rohdiamant kann auf Wunsch mit einer Lasergravur versehen werden. Unter Einhaltung der geltenden Corona-Bestimmungen können sich Interessierte auch ein Bild von der Manufaktur in der Schweiz machen. (djd)

**PITSCH**  
Schreinerei · Bestattungen

Spielstraße 12 • 53947 Nettersheim-Tondorf  
Tel. 0 24 40 - 18 65 • Mobil 01 70 - 24 11 562

• Erd-, Feuer, See- und Friedwaldbestattungen  
• Überführungen  
• Erledigung aller Formalitäten  
• Bestattungen auf allen Friedhöfen

Tag & Nacht erreichbar!

„Ich will dem Opa ein Bild malen.“

Kinder haben oft gute Ideen.  
Abschied ganz persönlich.

Tel. 02444 - 21 53

**Dieter Joisten**  
Bestattungen

Schleidener Str. 40 • 53937 Schleiden-Gemünd  
[www.bestattungen-joisten.de](http://www.bestattungen-joisten.de)

**Bestattungen Heissler**

Ihre vertrauensvolle Begleitung im Trauerfall

Die Zeit heilt nicht alle Wunden,  
sie lehrt uns nur, mit dem  
Unbegreiflichen zu leben.

**53945 Blankenheim**  
**Räuberspech 1**  
Tel.: 02449 / 277  
Mobil: 0173 95 31 24 1

**Bestattungen Riethmeister**

**Wir begleiten  
Ihren Trauerfall**

- Beratung, Bestattungsvorsorge
- Erledigung aller Formalitäten
- Überführungen im In- und Ausland
- Beerdigungen auf allen Friedhöfen

Blankenheimer Straße 2  
53945 Blankenheim-Freilingen  
Tel.: 02697-12 68 0. 7697

### Boulderblock sorgt für Kletterspaß



Die neue Attraktion ist schon von Weitem gut zu sehen. Auf dem Spielplatz am Dorfplatz in Geich gibt es seit Kurzem einen großen Boulderblock. Das etwa drei hohe Meter Klettergerät konnte die Stadt Zülpich mit Mitteln aus dem Förderprogramm „Moderne Sportstätte 2022“ des Landes NRW anschaffen und somit den Spielplatz an der Walter-Voegels-Straße erheblich aufwerten. Hier kommen nun alle Altersgruppen auf ihre Kosten. Denn dank der Unterstützung der Marga und Walter Boll-Stiftung konnten hier zuletzt auch ein neues U3-Spielgerät und eine neue Rutschbahn

aufgestellt werden. Der Boulderblock komplettiert das Angebot nun und richtet sich insbesondere an die größeren Kinder. Er dürfte vor allem kletterbegeisterten Mädchen und Jungen viel Freude bereiten. Vom Spaßfaktor des neuen Spielgerätes konnten sich Bürgermeister Ulf Hürtgen und Ortsvorsteher Guido Stürwold beim Ortstermin selbst überzeugen. „Der Boulderblock ist eine echte Bereicherung für diesen Spielplatz“, ist Bürgermeister Ulf Hürtgen überzeugt. Dem kann Ortsvorsteher Guido Stürwold nur zustimmen: „Er wird wirklich sehr gut angenommen.“

**Bürgermeister Ulf Hürtgen (r.) und Ortsvorsteher Guido Stürwold konnten sich selbst vom Spaßfaktor des neuen Boulderblocks auf dem Spielplatz in Geich überzeugen.**  
Foto: Stadt Zülpich / Torsten Beulen

### 150-jähriges Jubiläum im Dürener Bahnhof

#### Eines der ältesten Empfangsgebäude in Nordrhein-Westfalen

Am 15. April konnte das Empfangsgebäude im Dürener Bahnhof stolz auf seine 150-jährige Geschichte zurückblicken. Grund genug für den seit zehn Jahren in Füssenich beheimateten History-Club Zülpich 2014, dieses große Ereignis auf seiner Homepage ([www.historyclub-zuelpich.de](http://www.historyclub-zuelpich.de)) und in einem entsprechenden Buch gebührend zu feiern.

Einen Bahnhof gab es im Dürener Norden bereits seit dem 1. September 1841 und zwar am heutigen „Langemarkpark“, der damals noch „Eisenbahnplatz“ hieß. Trotz großer Proteste aus der Dürener Bevölkerung, die mit Angst und Schrecken auf die „eisernen und feuerspeienden Monster“ reagierte, setzte sich jedoch ein Dürener Gremium aus Politikern, Kaufleuten und Industriellen, das die Eisenbahn unbedingt nach Düren holen wollte, durch und die „Rheinische Eisenbahn-gesellschaft“ baute die Strecke „Köln-Aachen“ auch über Düren, was für die Stadt und das Dürener Land schon nach den ersten Jahren einen enormen wirtschaftlichen

Aufschwung nach sich zog.

#### Eröffnung des neuen Bahnhofs

Am 15. April 1874 wurden dann in Nähe des bisherigen Bahnhofs weitere Schienenstränge, eine große Drehscheibe sowie ein neues Empfangsgebäude in klassizistischem Stil mit verputztem Back- und rotem Sandstein eröffnet. Durch die Aufnahme der neuen Strecke „Düren-Jülich“ im Jahre 1873 wird der Bahnhof, der zur Hälfte (Nordseite) von der Bergisch-Märkischen-Eisenbahn-gesellschaft genutzt wurde, bis heute als Inselbahnhof betrieben. Mit Verstaatlichung der gesamten Eisenbahn 1880 endete dann auch die Zeit der beiden Privatbahnen in Düren und der Staat übernahm die Aufgaben der Eisenbahn.

Die „Königlich Preußische Eisenbahn-Verwaltung“ (K.P.E.V.) nahm 1892 die neue Eisenbahnstrecke Düren-Kreuzau in Betrieb, die 1903 bis nach Heimbach verlängert wurde. Das Empfangsgebäude im Bahnhof überstand die beiden Weltkriege im Wesentlichen unbeschadet. Nur einige

Gleisanlagen und das Bahnbetriebswerk wurden durch die Luftangriffe der Alliierten im Zweiten Weltkrieg und besonders am 16.11.1944 schwer beschädigt und dadurch unbrauchbar.

Gleich nach dem Zweiten Weltkrieg wurden die Bahnanlagen zum Teil wieder aufgebaut und der Schienenverkehr nach und nach auf den alten Strecken wieder aufgenommen. 1949 wurde die „Deutsche Bundesbahn“ gegründet und im Jahre 1994 wurde sie in die „Deutsche Bahn AG“ umgewandelt. Die „Rurtalbahn GmbH“ wurde mit den Streckenübernahmen „Düren-Heimbach“ und „Düren Jülich“ 1993 ins Leben gerufen. Die Strecke „Düren-Zülpich-Euskirchen“, die bereits seit 1864 bestand, kam später hinzu.

Der Bahnhof und sein Empfangsgebäude wurden in den letzten Jahrzehnten mehrfach saniert und verschönert, zuletzt 2021. In jüngerer Zeit finden im Rahmen der Planungen und Umsetzungen für das „Innovations-Quartier Düren“ auch umfangreiche Maßnahmen für eine Verschönerung der

gesamten Bahnhofsanlage statt, die auch dem Bahnhofsgebäude ein völlig neues und modernes Aussehen verleihen werden - ohne aber das ursprüngliche und denkmalgeschützte Gebäude zu verändern, das im Wesentlichen heute noch in seinem ursprünglichen Baustil besteht und zu den ältesten, noch erhaltenen Bahnhofsgebäuden in ganz Nordrhein-Westfalen gezählt wird.

#### Auch in diesem Jahr wieder Bücher geschenkt an soziale Einrichtungen

Der History-Club Zülpich 2014 war auch in diesem Jahr wieder in der glücklichen Lage, fast 200 Bücher, die durch Spendeneinnahmen gedruckt werden konnten, an soziale Einrichtungen/Krankenhäuser/Altenheime in der Dürener-, Vettweißer- und Zülpicher Region zu verschenken. Erwerben kann man das Buch nur im Buchhandel in Zülpich („Reinhardts Lesewald“) und in Kreuzau bei „LeseZeichen“. Im Internet ist die Dokumentation unter [www.historyclub-zuelpich.de](http://www.historyclub-zuelpich.de) zu finden.

# Frühling unter Palmen

Anzeige

Ankommen und wohlfühlen



In der Therme Euskirchen erwarten Sie Momente, die glücklich machen. Entspannung für Körper, Geist und Seele. Tauchen Sie ein in die paradiesische Wohlfühlwelt, die so viele gemütliche und kraftvolle Momente im Frühjahr schenkt.

In der Therme Euskirchen gehen Sie auf eine außergewöhnliche Wellness-Reise und lassen sich treiben. Ob im Gesundheitsbe-

cken und in der türkisblauen Lagune des Palmenparadies oder in einer der zehn Themenäume in der Vitaltherme & Sauna.

Wer es ganz exklusiv mag und seinen persönlichen Rückzugsort sucht, der findet ihn in der Sky Balance. Mit Blick auf die türkisblauen Lagunen und das Grün der Südseepalmen genießen Sie hier das außergewöhnliche Wohlfühl-erlebnis. Exklusivität und Privat-



sphäre, Ruhe und Abgeschiedenheit sowie persönlichen Service auf höchstem Niveau. Der großzügige Liegebereich mit Kaminfeuer und die exklusiven Suiten laden zu einem unvergesslichen Tag zu zweit ein. Merken Sie sich schon jetzt die **Lange Thermennacht am 3. Mai** vor - „Paradise unplugged“. Genießen Sie das harmonische Zusammenspiel von Gesang und Gi-

tarre. Verpassen Sie dabei nicht unser exklusives Wellness- und Aufgussprogramm in der Vitaltherme & Sauna. Tauchen Sie ein in die entspannenden Melodien im paradiesischen Ambiente und erleben Sie das Paradies unter Palmen in aller Ruhe und Gelassenheit. Tickets, Infos und Gutscheine erhalten Sie auf [www.badewelt-euskirchen.de](http://www.badewelt-euskirchen.de).



**THERME  
EUSKIRCHEN**

**Ihre Wohlfühlzeit**

Willkommen im Paradies

## Wohlfühlzeit unter Palmen

**Entdecken Sie:** Das Palmenparadies mit 500 echten Südseepalmen • 11 Saunawelten in der Vitaltherme & Sauna • Poolbars • Massage & Wellness • Callablüten Dusche • Sprudelliegen & Whirlpools • Relaxmuscheln • Textilsauna • Natursee mit Fontänen • Kulinarische Erlebnisse • Blaue Lagunen • Sky Balance und vieles mehr!

**Geschenkgutscheine & Online-Tickets unter [www.badewelt-euskirchen.de](http://www.badewelt-euskirchen.de)**



**ABC SERVICE  
ESCH**  
Inh. Dirk Vogelsberg

Auto · Anhänger · Brandschutz · Camping  
Caravan und Wohnmobil Technik

**Service-Partner:** ALDE · DOMETIC · THETFORD · TRUMA

Inspektionen, Bremsenservice, Zahnriemenwechsel,  
Reifenservice, Unfallinstandsetzung, HU + AU täglich,  
Gasprüfung, Camping-Zubehör-Shop

53937 Schleiden · Im Pützfeld 3 (Gewerbegebiet Herhahn)  
Telefon: 0 24 44 - 9 10 33 · eMail: Camping-Esch@t-online.de

## Früh und sicher in die Automobilität starten

Das Begleitete Fahren ab 17 lohnt sich für Jugendliche



**AUTOHAUS  
GEORG SCHMIDT**

**Ford Service Betrieb · Reparatur aller Fabrikate**

Trierer Str. 33 · 53925 Kall · Tel. 02441 4308 · Ford-Schmidt@t-online.de  
www.ford-schmidt-kall.de

Klima-Service	Inspektion
Karosserie- und Lackierarbeiten	Motordiagnose
HU (mit integrierter AU) In Zusammenarbeit mit autorisierten Prüforganisationen	Rad und Reifen

**Inh.: Michael Schmidt und Nina Schmidt**

**Über 100 Jahre: 1922 - 2023**

Beim BF17 sammeln Fahranfängerinnen und -anfänger begleitet und unterstützt hilfreiche Erfahrungen im Straßenverkehr.  
Foto: djd/v. Kummer/BF17-Kampagne

Mit dem Begleiteten Fahren ab 17 (BF17) können Jugendliche schon früher am Steuer sitzen und bereits vor der Volljährigkeit Auto fahren. Mit dabei ist stets eine Begleitperson, bevor es ab 18 Jahren alleine auf die Straße geht. Diese ist nicht nur Ansprechperson in unbekannten Verkehrssituationen und kann mit Ratschlägen zur Seite stehen, sondern gibt auch Sicherheit und Unterstützung in der neu erlangten Automobilität der Jugendlichen. Um pünktlich zum 17. Geburtstag die Prüfbescheinigung zu erhalten und ein ganzes Jahr begleitet zu fahren, ist eine frühzeitige Anmeldung in der Fahrschule bereits im Alter von 16 1/2 Jahren empfehlenswert. Die Fahrausbildung ist die gleiche wie bei älteren Personen.

**So melden sich die Jugendlichen an**  
Für die Anmeldung zum BF17 sind ein gültiger Personalausweis, ein biometrisches Passfoto, die ausgefüllten Antragsformulare und die Unterschriften der Erziehungsberechtigten notwendig. Die Jugendlichen müssen zudem vorab einen Sehtest sowie einen Erste-Hilfe-Kurs absolvieren und die entsprechenden Nachweise vorlegen. Auch Begleitpersonen sollten sich frühzeitig mit dem Thema befassen, da es einige Kriterien zu erfüllen gibt: Begleiten darf, wer über 30 Jahre alt ist, seit mindestens fünf Jahren den Führerschein besitzt und nicht mehr als einen Punkt im Fahreignungsregister in Flensburg hat. Tipps zum

Begleiteten Fahren gibt es unter [www.bf17.de](http://www.bf17.de), einer Seite des Deutschen Verkehrssicherheitsrates (DVR) und der Deutschen Verkehrswacht (DVW), sowie auf Facebook und Instagram. Das Projekt wird vom Bundesministerium für Verkehr und digitale Infrastruktur (BMVI) gefördert.

### BF17 hat viele Vorteile

Nach der Fahrschulzeit sammeln BF17 Fahranfängerinnen und Fahranfänger bis zu einem Jahr lang in Anwesenheit ihrer Begleitpersonen Erfahrungen im Straßenverkehr. Studien belegen, dass Teenager, die am Programm teilgenommen haben, im ersten Jahr des Fahrens ohne Begleitung rund 20 Prozent seltener an Unfällen beteiligt sind als Gleichaltrige, die unmittelbar nach der Fahrschule auf sich allein gestellt waren. Auch mit Blick auf die Kfz Versicherungsbeiträge wirkt sich das Begleitete Fahren ab 17 häufig positiv aus, wenn später ein eigenes Auto versichert oder das Fahrzeug der Eltern weiter mitbenutzt werden soll. Viele Versicherungen unterscheiden sich darin, ob bei der Nutzung für das Begleitete Fahren ab 17 die Beiträge gleichbleiben oder sich erhöhen. Ist BF17 in der Familie geplant, kann eine frühzeitige Nachfrage bei der eigenen Kfz-Versicherung sinnvoll sein. (djd)Viele Tipps und Infos zum Begleiteten Fahren gibt es unter [www.bf17.de](http://www.bf17.de), einer Seite des Deutschen Verkehrssicherheitsrates (DVR) und der Deutschen Verkehrswacht (DVW).

## K.M.A GARAGE

### REIFENSERVICE

0177 582 9985 &  
02252 546 2806  
KMA-GARAGE.DE  
KMA-GARAGE@WEB.DE  
RÖMERALLEE 42A  
53909 ZÜLPICH

**NOTARIUS**  
**KFZ-Technik**  
**Dahlem**  
**02447-91 30 62**

**Inspektion** •  
**Klimatechnik** •  
**Reifenservice** •  
**TÜV-Vorführung** •  
**Unfallinstandsetzung** •  
**Reparatur aller Marken** •

## Was haben Parkassistent und Notbremsassistent gemeinsam?

Immer mehr Fahrzeuge sind mit sogenannten Fahrerassistenzsystemen ausgestattet



Der Parkassistent ist das häufigste Fahrerassistenzsystem. Er schlägt, nachdem der Fahrer die vom Fahrzeug vorgeschlagene Lücke bestätigt hat, selbstständig im richtigen Moment das Lenkrad ein und übernimmt das Einparken nahezu vollständig. Foto: djd/Deutscher Verkehrssicherheitsrat

Parkassistent und Notbremsassistent sind zwei grundverschiedene Fahrerassistenzsysteme (FAS). Der eine unterstützt beim Einparken, der andere warnt vor Kollisionen und hilft in Gefahrensituationen, bestmöglich zu bremsen. Doch eines haben sie gemeinsam: Sie zählen mit dem Spurhalteassistenten zu den beliebtesten FAS der deutschen Autofahrer. Das ergab eine repräsentative Umfrage unter Neuwagenkäufern der Kampagne „bester beifahrer“ des Deutschen Verkehrssicherheitsrates (DVR) und seiner Partner. Mehr Infos gibt es unter [www.bester-beifahrer.de](http://www.bester-beifahrer.de).

### Die drei beliebtesten Fahrerassistenzsysteme

#### Platz 1: Parkassistent

63 Prozent aller Befragten geben an, einen Parkassistenten in ihrem Neuwagen zu haben. In der komfortabelsten Form hilft der Parkassistent beim Finden der passenden Parklücke. Er schlägt, nachdem der Fahrer die vom Fahrzeug vorgeschlagene Parklücke bestätigt hat, selbstständig im richtigen Moment das Lenkrad ein und übernimmt das Einparken nahezu vollständig. Der Fahrer muss nur noch Gaspedal und Bremse betätigen.

#### Platz 2: Notbremsassistent

53 Prozent der Befragten sagten in der Umfrage, dass ihr Auto über einen Notbremsassistenten verfügt. Er warnt den Fahrer vor

Kollisionen und hilft in kritischen Situationen, bestmöglich zu bremsen. Er ist jederzeit aktiv und kann heikle Situationen erkennen. Er warnt den Fahrer frühzeitig, verschafft ihm wertvolle Zeit zum Reagieren und unterstützt in Gefahrensituationen beim richtigen Bremsen. Im Notfall bremst er eigenständig.

#### Platz 3: Spurhalteassistent

48 Prozent der Befragten geben an, dass ihr Neuwagen mit einem Spurhalteassistenten ausgestattet ist. Er hilft, in der Fahrspur zu bleiben und reduziert Unfallrisiken, die durch unvorsichtiges oder unbeabsichtigtes Verlassen der Fahrspur entstehen.

#### Noch Luft nach oben

Mehr als die Hälfte aller Befragten haben mindestens ein sicherheitsrelevantes FAS an Bord ihres Neuwagens. Holger Küster, Geschäftsführer Automobil-Club Verkehr (ACV) sieht darin einen wichtigen Schritt zur Unfallvermeidung: „Heute gibt es Notbremsassistenten in mehr als der Hälfte aller Neufahrzeuge. Mit Blick auf die Sicherheit sehen wir aber noch Luft nach oben. Ich empfehle auch Gebrauchtwagenkäufern, auf die Ausstattung mit einem Notbremsassistenten zu achten.“ Zudem sind Kleinwagen vergleichsweise selten mit FAS ausgestattet, Kompakt- und Mittelklasse-Wagen liegen in etwa im Durchschnitt, während Oberklasse-Fahrzeuge

### Neu- und Gebrauchtwagen Volkswagen Jahreswagen von Mitarbeitern der VW AG

 Ihr **Ansprechpartner**  
für **VW E-Autos**



### Autohaus Vossel KG

Heerstr. 54  
53894 Mechernich  
Tel.: 02443 31060

### Volkswagen Economy Service Vossel & Kühn

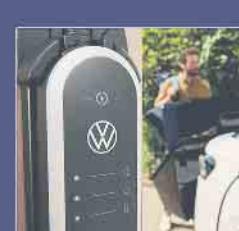
Hermann-Kattwinkel-Platz 7  
53937 Schleiden-Gemünd  
Tel.: 02444 2212

und SUVs überdurchschnittlich darüber verfügen. DVR-Geschäftsführerin Ute Hammer appelliert an Hersteller und Käufer: „Ich wünsche mir, dass auch in kleineren und günstigeren Autos vermehrt Fahrerassistenzsysteme eingebaut und dass sie gekauft werden.“ (djd)

Ihr Auto ist unsere Leidenschaft.

## Gotzen ZÜLPICH

Ihr  
Vertragshändler in



Autohaus A. Gotzen GmbH & Co. KG  
Industriestr. 1, 53909 Zülpich  
Tel. 02252 / 1044  
[www.autohaus-gotzen.de](http://www.autohaus-gotzen.de)

## Pop und Gospelchor „singAsonG“ Hillesheim lädt ein zum Konzert

Leitung Maria Oeffling

27.04.2024 · 19:00 Uhr · Prüm Konvikt Kapelle

28.04.2024 · 17:00 Uhr · Hillesheim Kirche

Einlass jeweils 30 Minuten vor Konzertbeginn.  
Eintritt frei, Spenden willkommen.



## Der richtige Sonnenschutz für die schöne Jahreszeit

Mit Frühlingsauftakt und nahendem Osterfest beginnt die Vorfreude auf wärmeres Wetter. Nun gilt es aber auch, für die heißen Tage des Sommers in den eigenen vier Wänden mit gutem Sonnenschutz vorzusorgen. Der Verband Fenster und Fassade (VFF) weiß, wie das geht.

Am Fenster von innen angebrachte Jalousien, Faltstores, Rollos und Vorhänge sind eine schnelle Maßnahme, um die Zimmer in Haus und Wohnung vor sommerlichen Temperaturen zu schützen. „Doch richtig effektiver Sonnenschutz beginnt vor dem Fenster, mit außen angebrachten Vorrichtungen. Denn sie lassen die Hitze gar nicht erst hinter die Scheibe gelangen“, erklärt VFF-Geschäftsführer Frank Lange. Bei der Auswahl für den außen liegenden Sonnenschutz lassen sich im wesentlichen drei technische Lösungen mit ihren jeweiligen Vorteilen unterscheiden: Außenjalousien, Fenstermarkisen und Rollläden. Diese Systeme sorgen bei richtiger Auswahl für optimalen Sonnenschutz und sparen viel Energie. Denn durch sie kann auf Klimaanlagen verzichtet oder deren Einsatz doch zumindest deutlich verringert werden. „Effektive Beschattung mit gutem Sonnenschutz kann die Sonneneinstrahlung um 95 Prozent minimieren und verhindert dadurch ein Überwärmen der Zimmer“, sagt Fensterexperte Lange und erläutert: „Während der Stromverbrauch



von Sonnenschutz minimal ist und sich im Bereich weniger Kilowattstunden pro Jahr bewegt, hat eine Klimaanlage je nach Betriebsintensität erheblichen Strombedarf mit den einhergehenden Kosten.“

**Sonnenschutz am Bedarf ausrichten**  
Grundsätzlich gilt: Je nach Lage der Zimmer und deren Nutzung kann es sich anbieten, auf unterschiedliche Sonnenschutz-Lösungen zu setzen. Für die Schlafräume bieten sich z.B. außen liegende Rollläden mit ihrem starken Verdunkelungsschutz oder Außenjalousien mit Abdunkelungslamellen an. Beide können unsichtbar in die Fassade integriert oder auch als optisches Highlight in Szene gesetzt werden. Im Winter beugen robuste Rollläden besonders effektiv Wärmeverlusten vor, wenn die-

ser vollständig heruntergefahren ist. Eine weitere attraktive Möglichkeit ist textiler Sonnenschutz mit Fenstermarkisen. Sie gibt es in einer großen Vielzahl an Designs, Farben und Ausführungen. Großflächige Fronten werden effektiv vor Sonne oder Blicken geschützt, ohne dass auf Stabilität verzichtet werden müsste.

Wer besonders flexible Lösungen sucht, entscheidet sich vor allem für die häufig für die auch als Raffstores bekannten Außenjalousien. Sie lassen sich je nach Sonnenstand wenden. So kann man selbst entscheiden, wie viel Tageslicht man im Innenraum haben möchte. Bei aufgewendeten Lamellen ist der Blick nach draußen weiter problemlos möglich und man kann sich im Innern an schönen Lichteffekten freuen.

**Bei Hitze rechtzeitig handeln**  
Doch Vorsicht: In jedem Fall gilt bei Sommerhitze: Auch wenn die Sonne nicht direkt auf der Fassade steht, ist es sinnvoll, den Sonnenschutz möglichst so weit zu schließen, dass gerade noch genügend Tageslicht vorhanden ist. Denn auch diffuse Einstrahlung heizt den Raum auf und wird schnell unangenehm.

**Auf die Steuerung kommt es an!**  
Ganz wichtig ist es deshalb, den Sonnenschutz auch konsequent zu nutzen. Denn was nutzt ein Sonnenschutz, der bei Sonne nicht automatisch schließt und wenn sich das Gebäude aufheizt, weil man nicht zu Hause ist? Egal ob Außenjalousie, Rollladen oder Markise: Intelligente Steuerungen des Sonnenschutzes sind heutzutage praktisch Standard, ganz einfach installierbar und über automatisch arbeitende Systeme intuitiv bedienbar. „Statt mühsam einzeln zu knipsen, kurbeln oder zu schalten, sorgen clevere Steuerungssysteme heutzutage ganz automatisch für Wohlfühlklima und sparen zudem noch kostbare Energie“, sagt VFF-Geschäftsführer Lange. Außen liegender Sonnenschutz ist übrigens nicht nur im Neubau das Mittel der Wahl, sondern kann auch gut nachgerüstet werden, auch im Zuge eines Fenstertausches. Bei der Planung sollten andere wichtige Komponenten wie Insektenschutz und die Absturzsicherung nicht vergessen werden. (VFF)

## Wussten Sie schon...

..., dass viel Fencheltee riskant sein kann?

Wer sich eine Erkältung eingefangen oder mit Magenbeschwerden zu kämpfen hat, setzt oft auf Kräutertees – gerne auch mit viel Fenchel. Doch Fencheltee in großen Mengen ist nicht so harmlos, wie sein Ruf vermuten lässt. Denn das enthaltene Estragol könnte in hohen Mengen Krebs auslösen. Wie hoch das Risiko genau ist, ist derzeit noch unklar. Ein vollständiger Verzicht auf Fencheltee ist nicht nötig. Das Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR) und die Europäische Arzneimit-

tel-Agentur (EMA) empfehlen jedoch, möglichst wenig Estragol zu sich zu nehmen. Diese Empfehlung gilt besonders für Kleinkinder, Schwangere und Stillende. Kinder unter vier Jahren sollten im besten Fall gar keinen Fencheltee trinken. Wer wegen Magenbeschwerden zum Fencheltee greift, sollte größere Mengen nur kurzzeitig trinken, bestenfalls nicht länger als 14 Tage. Tipp der Verbraucherzentrale NRW: Die Aufnahme von Estragol kann minimiert werden, wenn man den



Teebeutel nicht im Getränk ausdrückt. Das legen wissenschaftliche Studien nahe. Zudem ist offenbar der Estragol-Gehalt bei Tee aus ganzen Fenchelkörnern geringer als bei geschnittenem Fenchel. Estragol ist auch in (Stern-)Anis,

Estragon, Basilikum, Piment, Muskatnuss und Lemongras vorhanden. Vorsorglich sollten Kräutertees und Tee abwechselnd mit anderen Getränken konsumiert werden. (Verbraucherzentrale NRW e. V. / Bergisch Gladbach)



## Ein Paradies für Bierkenner

„Bier ist der überzeugendste Beweis dafür, dass Gott den Menschen liebt und ihn glücklich sehen will.“  
Benjamin Franklin

**Jetzt zuschlagen - kreative Geschenkideen.**

**Verschenken Sie doch mal ein belgisches Spezialbier mit Glas in einer schmuckvollen Verpackung.**

Der belgische Supermarkt an der Grenze, AD DELHAIZE, führt ein breites Sortiment an Belgischen Spezialbieren und hier schlägt das Herz eines jeden Biertrinker höher.

Die Kombination einer jahrhundertealten Biertradition und der heutigen Leidenschaft von Brauern auf ihrer Suche nach Veredelung und Perfektion hat dazu geführt, dass Belgien außergewöhnliche Biere mit authentischer Geschichte und bahnbrechendem

Sachverstand produziert. Auch darum räumen die belgischen Brauer laufend Preise bei bedeutenden internationalen Bierwettbewerben ab.

**Im Grenzgenuss in Losheim gibt es mehr als 250 Sorten Bier - hier wird jeder fündig.**

**Und zahlreiche Geschenkverpackungen mit Original-Gläsern.** Den bekanntesten und populärsten Biermarken, stehen Trappistenbiere - die wegen der praktizierten Produktionsbeschränkung langsam aber sicher immer exklusiver werden - und charaktervolle Spezialbiere lokaler und familiärer Brauereien gegenüber. In den letzten Jahren kommen immer mehr kleinere Brauer mit ihren Spezialbieren hervor und überzeugen durch Qualität, Geschmack und Preis.

**Und in Belgien, gibt es auch die**



## Ein Paradies für Bierkenner



**Das KAFFEEPARADIES**  
direkt an der deutsch/belgischen Grenze!

**LOSHEIM/EIFEL**  
Tel. 06557/9019412

Gültig vom 4. - 7.5.2024,  
solange Vorrat,  
außer bei Druckfehlern!



Melitta  
Bistro  
Vollmundig  
Aromatisch  
500 gr.  
vac.

**3,39**  
€



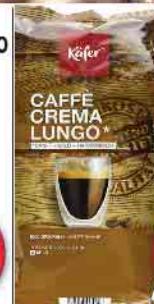
Tchibo  
Herhaft Mild  
500 gr. vac.

**4,09**  
€



Eduscho  
Caffè  
Crema  
Mild  
1 Kilo  
Bohnen

**7,99**  
€



Käfer  
1 Kilo  
Bohnen

**6,49**  
€



Ardennen Cultur Boulevard  
Prümer Str. 55  
D-53940 Losheim/Eifel  
[www.grenzgenuss.net](http://www.grenzgenuss.net)

**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!

**leckeren Fruchtbiere, mit Kirsch-, Himbeer oder Pfirsichgeschmack - ob mit oder ohne Alkohol - Und jetzt die besonderen Weihnachtsbiere, nur für kurze Zeit verfügbar.**

**Kleiner Tipp für einen Tagesausflug:** Direkt gegenüber befindet sich die bekannte Krippenausstellung Ars-KRIPPANA. Mehr als 300 Krippen aus der ganzen Welt, wunderschön in Szene gesetzt. Und nebenan das Möbeloutlet Ludwig, mit pfiffigen Deko-Ideen. Für jeden Geldbeutel preiswerte und richtig schöne Möbel und das bekannte Mineralien Geschäft ArsMINERALIS. Kommen Sie vorbei und entdecken Sie was Neues.

Der AD DELHAIZE ist täglich geöffnet von 8 bis 18:30 Uhr, auch sonntags.

Und wenn Sie gleich vor Ort ein gutes belgisches Bier genießen möchten, gibt es nebenan das CAFE Bistro Old Smuggler mit einer großen Auswahl an belgischem Kuchen. Infos und aktuelle Preise finden Sie unter: [www.grenzgenuss.net](http://www.grenzgenuss.net)

**Adresse fürs Navi: Prümer Str. 55 - 53940 Hellenthal/Losheim - direkt an der deutsch-belgischen Grenze.**

**„Bier ist eine wahrhaft göttliche Medizin.“ Paracelsus**



Anzeige

## Hermann-Josef-Fest mit Hermann-Josef-Markt im Kloster-Steinfeld/Kall

Am 11. und 12. Mai strahlt Steinfeld im Glanz des alljährlichen Hermann-Josef-Festes. Eine Feier, die Tradition, Glaube, Spiritualität und die pure Freude am gemeinsamen Feiern vereint. Die Feierlichkeiten beginnen am Abend des 11. Mai mit einer bewegenden Messe und der Erhebung der Reliquien. Am Sonntag erwartet die Besucher ein ergreifendes Hochamt, zelebriert von dem angesehenen Prämonstratenser Abt em., Pater H. Kugler. Die Nachmittags-Ansacht mit Prozession bildet an diesem Wochenende den würdigen Abschluss des spirituellen Wochenendes.

Am Samstagabend lädt das Kloster Steinfeld Pilger, Gäste und Freunde ein, das Fest mit einem stimmungsvollen Auftakt zu beginnen. Begleitet von den mitreißen den Klängen von „Rock on

Wood“ verspricht dieser Abend unvergessliche Momente.

Nach dem Sonntagsgottesdienst wird der „Hermann-Josef-Markt“ eröffnet. Hier können Besucher regionale Köstlichkeiten genießen, an lebendigen Angeboten aus der Heimat teilnehmen und sich an einem bunten Unterhaltungsprogramm für die ganze Familie erfreuen.

Am Sonntag laden wir zusätzlich zu einer Hermann-Josef-Wallfahrt von Olef nach Steinfeld ein. Anmeldung bei Alice Toporowsky (alice.toporowsky@bistum-aachen.de)

Außerdem erstmals in diesem Zusammenhang eine Traktor-Oldtimer-Segnung Sonntag nachmittags um 16 Uhr.

Seien Sie dabei, wenn Steinfeld erneut in festlichem Glanz erstrahlt und die Gemeinschaft zum Hermann-Josef-Fest zusammenkommt.



## Hermann-Josef-Fest

### Samstag, 11. Mai 2024

17.30 Uhr **Vorabendmesse**  
mit Erhebung des Reliquienschreins des Hl. Hermann-Josef  
19.00 bis 22.30 Uhr **Musikalisches und kulinarisches WILLKOMMEN**  
für Pilger, Gäste und Freunde  
Live-Musik, Klosterbier und Eifeler Köstlichkeiten  
**LIVE** auf der Klosterbühne  
Eintritt frei



### Sonntag, 12. Mai 2024

10.00 Uhr **Hochamt** mit Pater Hermann Kugler (Prämonstratenser Abt em.)  
**Missa in angustiis** Musikalische Gestaltung: Chor und Orchester an der Basilika Steinfeld  
ab 11 Uhr **Hermann-Josef-Markt** mit vielen regionalen Köstlichkeiten, lebendigen Angeboten aus unserer Heimat und einem bunten Unterhaltungsprogramm für die ganze Familie.  
14.00 Uhr **Ansacht** mit Pater Dr. Friedrich Emde (Provinzial d.dt. Salvatorianer) – anschließend Prozession.  
16.00 Uhr **Oldtimer Traktor Segnung** (bis Bj. 1980) für die Liebhaber dieser Fahrzeuge aus der Region. Anmeldung erforderlich unter: [info@stiftung-kloster-steinfeld.de](mailto:info@stiftung-kloster-steinfeld.de)  
Ende ca. 18:00 Uhr  
Eintritt frei

**Wir freuen uns auf Ihren Besuch!**

[www.kloster-steinfeld.de](http://www.kloster-steinfeld.de)

# Familien ANZEIGENSHOP

RAUTENBERG  
MEDIA



**Online Familien-Anzeigen:  
für alles was wirklich zählt!**  
[shop.rautenberg.media](http://shop.rautenberg.media)

# POLITIK

Aus der Arbeit der Parteien FDP Hellenthal

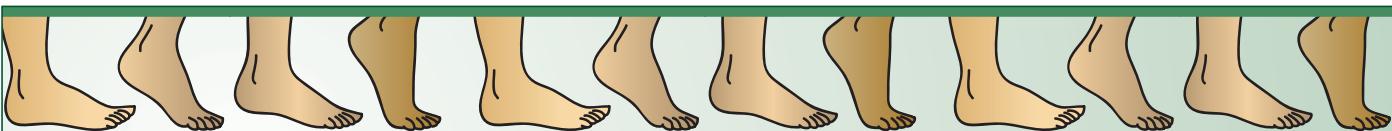
## FDP-Fraktion mit Anfrage zur Grundsteuerreform

Die Hellenthaler FDP-Fraktion hat eine Anfrage an die Gemeindeverwaltung zur laufenden Grundsteuerreform in NRW gestellt. Nach Kenntnis des Fraktionsvorsitzenden Peter Rauw liegen allein beim Finanzamt Schleiden über 7.000 Einsprüche im

Zusammenhang mit der Grundsteuer vor. Mit zahlreichen Klagen ist zu rechnen. Außerdem zeichnen sich gravierende Verschiebungen zugunsten der Unternehmer und zulasten der privaten Grundstückseigentümer ab.

Peter Rauw

Ende: Aus der Arbeit der Parteien FDP Hellenthal



**Exklusiv in Zülpich:**



*Gehen ist Leben*

**Großer Sonderverkauf von  
MARKENSCHUHEN  
mit Beratung rund um Fuß und Schuh!**

**Ab Montag 22. April bis Freitag 17. Mai 2024**



**Schuh und Orthopädie  
GATZWEILER**

Lieferant gesetzlicher und privater Krankenkassen

Kölnstraße 71  
53909 Zülpich  
T: 02252 - 9 42 40

Vor dem Dreeser Tor 16  
53359 Rheinbach  
T: 0 22 26 / 90 63 930

**Öffnungszeiten:**  
Mo.-Fr. 9 - 13 u. 14 - 18 Uhr

**[www.markenschuhshop.de](http://www.markenschuhshop.de)**



## Ausbruch aus dem Hamsterrad

Wie man mit Fasten und anderen Hilfen Körper, Seele und Geist zur Ruhe bringt



Wer regelmäßig meditiert, ist gelassener, konzentrierter und selbstbewusster. Foto: DJD/Samariter Fasten Zentrum/goodluz-shutterstock

Ob Stress auf der Arbeit, schreiende Kinder und unerledigter Haushalt, gesundheitliche Probleme, die liegengebliebene Steuererklärung oder die ständige negative Nachrichtenflut: Unser Alltag verlangt uns einiges ab. Endlose Konferenzen oder Vorlesungen, das Verfolgen neuster Trends auf TikTok und neue Technologien wie künstliche Intelligenz fordern und überfordern uns. Um aus dem Hamsterrad auszubrechen, helfen unter anderem Fastenwochen mit Entspannungseinheiten:

### 1. Meditieren und Achtsamkeit üben

Beim Meditieren bündelt man seine Aufmerksamkeit, konzentriert sich auf seinen Atem und entspannt von Kopf bis Fuß. Die Jahrtausende alte Methode wirkt sich positiv auf die mentale Gesundheit aus, baut Stress und Ängste ab und löst negative Gedanken auf. Die Forschung zeigt: Wer regelmäßig meditiert, ist gelassener, konzentrierter und selbstbewusster.

### 2. Fasten

Fasten hat in den letzten Jahren eine Renaissance erlebt. Wer Körper,

Geist und Seele einmal tief zur Ruhe bringen möchte, sollte mindestens eine Woche lang fasten. „Der dritte Tag ist meist der herausforderndste“, sagt Nicole U. Kisters, Vorstand des Samariter Fastenzentrums. „Aber wenn man den geschafft hat, wird man ganz klar im Kopf und hat richtig viel Energie und Tatendrang.“ Wie solch eine Fastenwoche abläuft, kann man unter [www.fastenzentrum.de](http://www.fastenzentrum.de) nachlesen. Neben dem klassischen Heilfasten, bei dem man komplett auf feste Nahrung verzichtet, gibt es auch Basen- und Früchtefasten. Dabei isst man wenige ausgewählte Lebensmittel. Laut Kisters ist das schwieriger, als gar nichts zu essen. Denn wenn man wirklich leer sei, habe man keinen Hunger und der Körper habe mehr als genug Reserven.

### 3. Entspannungsmethoden

Techniken und Lehren wie Yoga und progressive Muskelentspannung zielen wie Meditation darauf ab, Körper und Geist zu entspannen. Statt die Zeit im Schneidersitz zu verbringen, geht es darum, den Körper im Einklang mit dem Atem zu bewegen oder

Muskeln gezielt anzuspannen und zu lockern.

### 4. Digital Detox

Beruflich und privat verbringen wir zunehmend mehr Zeit vor dem



**Freier Theologe**  
für Hochzeiten und Beerdigungen  
**kompetent und einfühlsam**

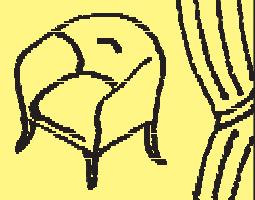
**Hans Jürgen Haase**  
Asterstraße 13 | 53881 Euskirchen  
Mobil 017630637163  
haasehj@t-online.de  
[www.ihr-konfessionsfreier-theologe.de](http://www.ihr-konfessionsfreier-theologe.de)

Bildschirm. Das führt bei immer mehr Menschen zu digitaler Müdigkeit, vor allem Personen zwischen Mitte 20 und Mitte 30 sind laut einer Studie der Hans-Böckler-Stiftung deswegen häufig erschöpft. Eingeschränkte Bildschirmzeiten, Waldspaziergänge und analoge Hobbys können im Alltag helfen. Für einen richtigen Digital Detox braucht es mehr: ein paar Tage ohne Internet, Fernseher und Radio. Das ist beispielsweise im Samariter-Fastenzentrum im Münsterland möglich. „Bei uns geht es darum, wieder zu sich selbst zu kommen“, sagt Kisters. Der Verzicht hilft, jeden körperlichen und seelischen Ballast abzuwerfen und neue Kraft zu finden. (DJD)

## Dekorationen & Polsterwerkstatt

### M. Friedrich

**Heimtextilien-Dekorationen**  
**Polsteraufarbeitung und Neubezug**  
**Unverbindliche Beratung vor Ort**  
**Stoffverkauf zur Eigenverarbeitung**



**Monika Friedrich, Erzstr. 8, 53894 Mech.-Kommern**  
**Tel.: 02443/5574 Mobil 015201729224**

## Große Auswahl an Trauringen!

Ankauf von Altgold

Oliver  
**Wetzel**

Juwelier  
Goldschmiedemeister



Goldschmiede Oliver Wetzel  
Zum Markt 6 · 53894 Mechernich  
Tel. 0 24 43 - 4 80 19  
[www.juwelier-wetzel.de](http://www.juwelier-wetzel.de)



# REGIONALES

## Petticoat und Pomade

Musik-Comedy-Show über das Lebensgefühl der 50er- und 60er-Jahre



Früher war alles viel cooler. Foto: Markus Gensmantel

Am Samstag, 18. Mai, um 20 Uhr präsentieren Moni Francis und Buddy Olly im „Kulturhaus theater 1“, Langenhecke 4 in Bad Münstereifel ihre Musik-Comedy-Show über den Rock'n'Roll, den

Schlager und das Lebensgefühl der 50er- und 60er-Jahre. Auch die eine oder andere Schmacht-Ballade aus dieser Zeit findet den Weg zurück auf die Bühne und wird von der mehrfach mit Preisen

ausgezeichneten Sängerin Moni Francis live und herzzerreißend dargebracht.

Dagegen lässt Buddy Olly schon mal seine Lederjacke in der Ecke verschwinden, rockt auf der

Bühne ab und singt den Rock'n'Roll live, wie er ursprünglich von seinem Idol Little Richard aufgeführt wurde.

Moni Francis und Buddy Olly nehmen ihre Besucher mit auf eine Zeitreise. Auf raffinierte Weise verbinden die beiden live gesungene fetzige Rock'n'Roll-Nummern und Schlagerperlen aus der Wirtschaftswunderzeit mit skurrilen, amüsanten, kurzweiligen Geschichten und Anekdoten, hin und wieder auch mit Tanzeinlagen.

Lassen Sie sich anstecken und verzaubern von der Musik und dem Lebensgefühl dieser Zeit. Denn Moni Francis und Buddy Olly spielen diese Show nicht nur, sie leben sie! Ein Abend voller Spaß, Erinnerungen und guter Laune. Karten gibt es an der Tageskasse; es wird empfohlen, unter 0 22 57 - 44 14 oder unter kulturhaus@theater-1.de zu reservieren.

Reservierungswünsche, die erst am Tag der Veranstaltung eingehen, können möglicherweise nicht mehr berücksichtigt werden.

## ANZEIGEN PROSPEKTEVERTEILUNG DRUCKE · WEB-AUFTRITTE · FILM

Rufen Sie mich an und vereinbaren Sie einen Termin mit mir.



Wir rücken Ihre Produkte und Dienstleistungen, die gesamte Leistungsfähigkeit Ihres Unternehmens, individuell nach Ihren Wünschen, ins richtige Licht.

**ZEITUNG**  
Lokaler geht's nicht.

**DRUCK**  
Satz. Druck. Image.

**WEB**  
24/7 online.

**FILM**  
Perfekter Drehmoment.

WER · WO · WAS · WANN – INFORMATIONEN & TERMINE Online lesen: [www.rundblick-eifel.de/e-paper](http://www.rundblick-eifel.de/e-paper)  
**rundblick** **EIFEL**  
BLANKENHEIM + HELLENTHAL + NETTERSHEIM + SCHLEIDEN + ZÜLPICH  
Alle 14 Tage in Ihrem Briefkasten

Blankenheim, Nettersheim



### MEDIENBERATERIN

Rose Neumann

**FON** 02449 9119946

**MOBIL** 0176 39527941

**E-MAIL** [r.neumann@rautenberg.media](mailto:r.neumann@rautenberg.media)

Euskirchen, Hellenthal, Kall, Mechernich, Schleiden, Zülpich



### MEDIENBERATER

Heinz-Joachim Neumann

**FON** 02449 7929

**MOBIL** 0176 90757819

**E-MAIL** [hj.neumann@rautenberg.media](mailto:hj.neumann@rautenberg.media)

# NOTDIENSTE

WIR SIND RUND UM DIE UHR FÜR SIE DA!


**110 POLIZEI**  
**112 FEUERWEHR**


## A POTHEKEN-NOTDIENST

Apotheken-Notruf 0800 00 22833

**Freitag, 3. Mai****Hubertus-Apotheke**

Steinfelder Str. 8a, 53947 Nettersheim, 02486-911080

**Samstag, 4. Mai****Adler-Apotheke**

Bahnstr. 31, 53894 Mechernich, 02443/901009

**Sonntag, 5. Mai****Lambertus-Apotheke**

Kuchenheimer Str. 117, 53881 Euskirchen, 02251/3286

**Montag, 6. Mai****Rathaus-Apotheke**

Rathausplatz 4, 53945 Blankenheim, 02449/8444

**Dienstag, 7. Mai****Bahnhof-Apotheke**

Kölner Str. 7, 53902 Bad Münstereifel, 02253/8480

**Mittwoch, 8. Mai****Kolping-Apotheke**

Kolpingstr. 3, 53894 Mechernich, 02443/2454

**Donnerstag, 9. Mai****Citrus-Apotheke**

Gerberstr. 43, 53879 Euskirchen, 02251/7845800

**Freitag, 10. Mai****Südstadt-Apotheke am Marienhospital**

Gottfried-Disse-Straße 48, 53879 Euskirchen, 02251/1293880

**Samstag, 11. Mai****Linden-Apotheke**

Zum Markt 1, 53894 Mechernich, 02443/4220

**Sonntag, 12. Mai****Annaturm Apotheke**

Kirchstr. 11-13, 53879 Euskirchen, 02251/4311

**Montag, 13. Mai****Post-Apotheke**

Oststr. 1-5, 53879 Euskirchen, 02251/779660

**Dienstag, 14. Mai****Bollwerk-Apotheke**

Käkstr. 22-24, 53879 Euskirchen, 02251/51285

**Mittwoch, 15. Mai****Rathaus-Apotheke**

Rathausplatz 4, 53945 Blankenheim, 02449/8444

**Donnerstag, 16. Mai****Bahnhof-Apotheke**

Kölner Str. 7, 53902 Bad Münstereifel, 02253/8480

**Freitag, 17. Mai****Adler Apotheke am Campus**

Christian-Schäfer-Straße 10, 53881 Euskirchen, 02255 1209

**Samstag, 18. Mai****Burg-Apotheke im REWE Markt**

Kölner Str. 133, 53894 Mechernich, 02443/911919

**Sonntag, 19. Mai****Mühlen-Apotheke**

Raiffeisenplatz 10, 53881 Euskirchen (Stotzheim), +49225163443

Jeweils ab 9 Uhr bis 9 Uhr Folgetag

Alle Angaben ohne Gewähr



## ÖRTLICHE NOTDIENSTE

**Zahnärztlicher Notdienst**

01805/986700

**Tierärztlicher Notdienst**

02428901010, 01719909300

**Caritaspfegestationen**

Schleiden, Palliativpflegedienst

02445/8507-223

0173/9532448

Hellenthal-Kall, Palliativpflegedienst

02441/7776080

01590/4481419

**Stiftung EvA**Alten- und Pflegeheim  
Mobiler Pflegedienst  
info@eva-gepflegt.de

02444/95150

**Abfluss-Notdienst**Fa. Poetes, Euskirchen  
02251/51067  
und 0700/47064706**Anonyme Alkoholiker**

0176 5008 7394

## NOTFALLSCHUBLADE

Das gehört in eine gut erreichbare **Notfallschublade** in Ihrer Wohnung/Ihrem Haus:

1. Taschenlampe
2. Kerze/Streichhölzer
3. Batteriebetriebenes Radio (um Hinweise der Feuerwehr/Polizei empfangen zu können)
4. Powerbank zum Aufladen des Handys
5. DIESE SEITE mit allen wichtigen Notrufnummern

## ALLGEMEINE NOTDIENSTE

- Polizei-Notruf **110**
- Feuerwehr/Rettungsdienst **112**
- Ärzte-Notruf-Zentrale **116 117**
- Gift-Notruf-Zentrale **0228 192 40**
- Telefon-Seelsorge **0800 111 01 11** (ev.)  
**0800 111 02 22** (kath.)
- Nummer gegen Kummer **116 111**
- Kinder- und Jugendtelefon **0800 111 03 33**
- Anonyme Geburt **0800 404 00 20**
- Eltern-Telefon **0800 111 05 50**
- Initiative vermisste Kinder **116 000**
- Opfer-Notruf **116 006**



## POETES® Kanaltechnik

www.poeteskanaltechnik.eu

Euskirchen 0 22 51 - 51 067

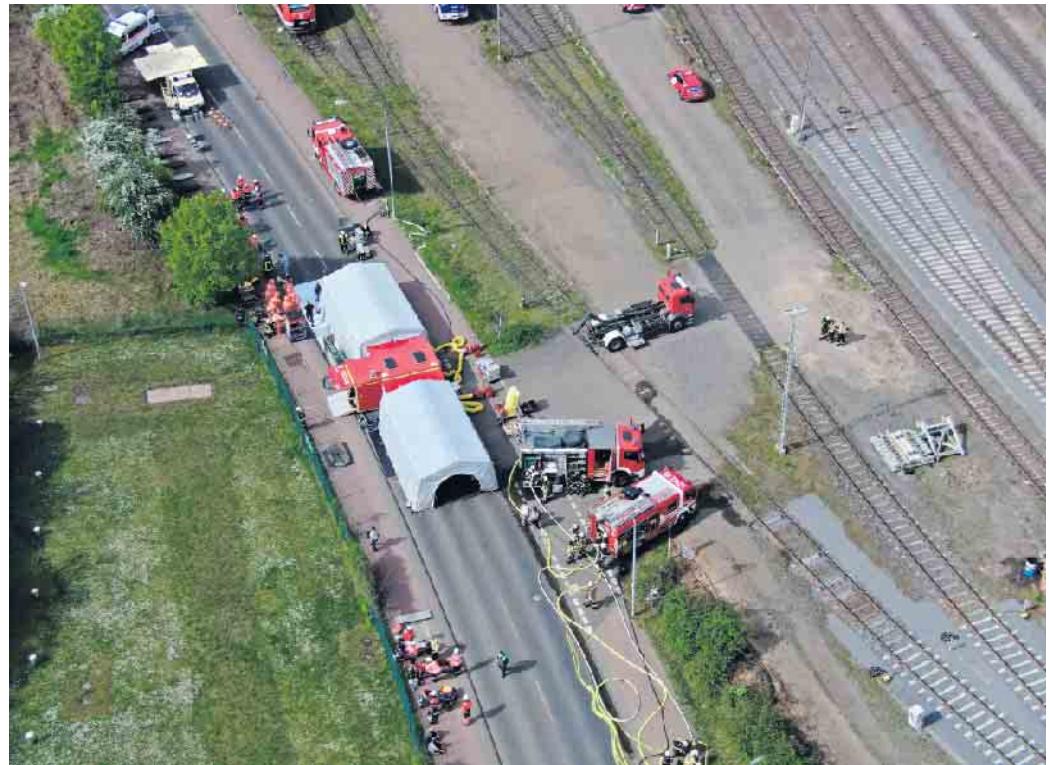
Mechernich 0 24 43 - 904 95 95

**Notdienst: 0700 - 4706 4706**

(Ortarif)

## Große Katastrophenschutzübung

Dichter schwarzer Rauch am Euskirchener Bahnhof, der gerade einfahrende Regionalzug leitet eine Notbremsung ein, während auf dem benachbarten Pützberg-Ring ein LKW mit Gefahrstoffen verunglückt: Zahlreiche Menschen sind verletzt, andere mit den ätzenden Chemikalien aus dem Lastwagen in Berührung gekommen, weitere müssen aus dem Zug evakuiert werden. Es dauert nur wenige Minuten, bis Einsatzfahrzeuge zum Bahnhof eilen, überall sieht man Blaulicht und hört Martinshörner. Die Szenerie am Samstagvormittag hatte das Potential zu einer Großeinsatzlage, war aber glücklicherweise nur eine gemeinsame Übung des Katastrophenschutzes im Kreis Euskirchen - mit allen bewährten und langjährigen Partnern wie DRK, MHD, THW, DLRG, den Feuerwehren, dem Rettungsdienst sowie in diesem Fall auch mit der Bahn. Außerdem waren Polizei und Bundeswehr mit Beobachtern eingebunden. Auch Landrat Markus Ramers machte sich vor Ort ein Bild und ließ sich in das Szenario einweisen. Unter der Federführung von Martin Fehrmann, Abteilungsleiter Gefahrenabwehr der Kreisverwaltung, und Kreisbrandmeister Peter Jonas hatten die beteiligten Organisationen unterschiedliche Aufgaben, um die Szenarien mit ihren unterschiedlichen fachlichen Kompetenzen unter Kontrolle zu bringen. „Wichtig ist für uns, dass wir bei einer solchen Übung das Zusammenspiel der Fachdienste erproben und stärken können“, sagte Peter Jonas. Zum



Einsatz kamen dabei auch Spezialkräfte wie der ABC-Verband oder zwei Drohneinheiten. Insgesamt waren 237 Einsatzkräfte eingebunden, hinzu kamen über 60 Mimen, die verletzte und betroffene Personen darstellten. Nach der mehrstündigen Übung konnte die Einsatz- und Übungsleitung ein positives Fazit ziehen. Peter Jonas betonte, dass die Herausforderungen insgesamt gut bewältigt worden seien. Dies gelte auch mit Blick auf die anstehende Fußball-Europameisterschaft im Sommer, für die die Einsatzkräfte aus dem Kreis

Euskirchen ebenfalls mit bestimmten Einheiten und Konzepten vorgeplant sind. So konnte beispielsweise geübt werden, bis zu 50 Menschen innerhalb von nur einer Stunde zu dekontaminieren. „Von solchen Übungen können wir nur profitieren“, sagte Peter Jonas. „Wir feilen an den Abläufen und sorgen dafür, dass die Schnittstellen funktionieren. Letztlich müssen im Ernstfall alle Komponenten reibungslos ineinander greifen.“ Abschließend dankte der Kreisbrandmeister allen Beteiligten - überwiegend Ehrenamtler! - für deren großes Engagement.





## Die Heizkosten eindämmen

Insbesondere in Dachboden und Kellerdecke steckt ungeahntes Einsparpotenzial

Die anhaltende Energiekrise lässt Haushalte nach Wegen suchen, um den Verbrauch und damit die Kosten zu senken. Besonders im Fokus befindet sich dabei der Energiebedarf für die Wärmeversorgung der eigenen vier Wände. Einen wichtigen Schritt zu mehr energetischer Effizienz stellt im Altbau eine professionelle Wärmedämmung dar. Mögliche Befürchtungen, dass dies automatisch mit einer Großbaustelle und entsprechendem Aufwand verbunden ist, sind allerdings unbegründet. Denn mit gezielten Arbeiten vor allem an neuralgischen Bereichen wie dem Dachboden und der Kellerdecke lässt sich oft schon viel bewirken. Dass Hauseigentümer damit gleichzeitig etwas für die Umwelt tun, ist ein nicht unerheblicher positiver Zusatzeffekt.

### Wärmeverluste über Dachboden und Kellerdecke verhindern

Dach und Keller des Eigenheims sind Kälte und wechselnden Witterungsverhältnissen direkt ausgesetzt und daher anfällig für Wärmeverluste. Das gilt insbesondere, wenn keine oder eine nicht ausreichende Dämmung vorhanden ist. Fachbetriebe aus dem Malerhandwerk vor Ort können diesen Missstand beseitigen, indem sie spezielle Dämmplatten, beispielsweise aus Wärmedämmverbundsystemen von Brillux, verlegen. Sie verhindern, dass die Wärme über den Dachboden nach oben verloren gehen kann. Im Kellergeschoss wiederum dienen die

Dämmplatten dazu, dass keine Kälte mehr aus dem Untergrund in das Erdgeschoss eindringen kann. So mit schützen bereits zwei nachträgliche Maßnahmen bei minimalem Bauaufwand das Haus besser vor kostspieligen Wärmeverlusten. In der Folge müssen die Bewohner nicht mehr so stark heizen, der Verbrauch und damit auch die laufenden Kosten sinken.

### Der Staat hilft beim energetischen Modernisieren

Die Energiebilanz des Hauses zu verbessern, wirkt sich nicht nur positiv auf den eigenen Geldbeutel aus, sondern ebenso auf die Umwelt. Daher wird die Effizienzsteigerung staatlich belohnt: Mit einem individuellen Sanierungsplan (iSP) gibt es im Rahmen der Bundesförderung für energieeffiziente Gebäude (BEG) einen Zuschuss von bis zu 15 Prozent. Alternativ zur Förderung nach BEG ist auch eine steuerliche Abschreibung von 20 Prozent verteilt auf drei Jahre möglich. Dies gilt auch für Nachrüstmaßnahmen von Dachboden und Kellerdecke. Mit dem Fachbetriebsfinder unter [www.brillux.de/zuhause](http://www.brillux.de/zuhause) lassen sich erfahrene Ansprechpartner vor Ort suchen, zudem gibt es dort mehr Informationen zu Fördermitteln sowie Tipps, wie sich das Eigenheim für den nächsten Winter fit machen lässt. Von der Dämmung profitieren die Bewohner noch in weiterer Hinsicht: Denn ein ganzjährig angenehmes und gesundes Raumklima trägt zu mehr Wohlbefinden bei. (djd)

## Polsterarbeiten

**Josef Baum**

*Über 30 Jahre Berufserfahrung*

Aufpolsterung · Neubezug  
Reparatur von Polstermöbeln  
aller Art in Stoff und Leder



Kölnerstrasse 137 · Mechernich Kommern · Tel. 0178-316 00 63

Termine nach Vereinbarung

**TGM**  
Fliesen studio

Hüttenstrasse 67  
53925 Kall

Tel. (0 24 41) 99 44 55  
[www.tgm-fliesenstudio.de](http://www.tgm-fliesenstudio.de)

**Wir empfehlen:** Friesenverlegung Götze e.K.

**Josef Klinkhammer**  
KÜCHEN UND DESIGN GMBH

Rathergasse 6 | 53894 Mechernich  
Tel.: 02443-3158157  
Fax: 02443-3158193  
[info@kuechen-klinkhammer.de](mailto:info@kuechen-klinkhammer.de)  
[www.kuechen-klinkhammer.de](http://www.kuechen-klinkhammer.de)

Unsere Öffnungszeiten:  
Di.-Fr.: 10.00 - 13.00 Uhr und  
14.00 - 18.00 Uhr  
Sa.: 09.30 - 13.00 Uhr  
Mo.: geschlossen

**GLAS**

faszinierendes Material  
funktionale Technik  
zeitlose Eleganz

INNOVATIVER  
GLAS- &  
RAHMENBAU

**THIEMONDS**

53894 Mechernich-Gehn · Tel. 0 24 43 / 31 48 86  
Hinter den Gärten 14 · Fax 0 24 43 / 31 48 87  
[cthiemonds@glas-thiemonds.de](mailto:cthiemonds@glas-thiemonds.de) · [www.glas-thiemonds.de](http://www.glas-thiemonds.de)

**Gardinen**  
ERWIN  
WIEDENAU

... wenn Form und Farbe  
stimmen sollen!

Plissee-Reparatur

Sonnenschutz | Gardinen  
Wäsche | Montage

Gardinen Erwin Wiedenau · Kölner Straße 35 · 53894 Mechernich-Kommern  
Telefon 0 24 43 - 57 31 · Telefax 0 24 43 - 91 16 90

**BERATUNG IN IHRER WOHNUNG**

**AHR-HEIZÖL-SERVICE**  
Mineralölhandel Roland Hennig **0800 100 17 52**

(gebührenfrei)

Hüttenstraße 18  
53945 Blankenheim  
[hennig@ahr-heizoel-service.de](mailto:hennig@ahr-heizoel-service.de)

Tel.: 0 26 97/73 25  
Fax: 0 26 97/90 15 62  
[www.ahr-heizoel-service.de](http://www.ahr-heizoel-service.de)

**Service für Heizöl in Premium-Qualität**

- ✓ Beratung ✓ Lieferung
- ✓ Planung ✓ Montage

Entdecken Sie unsere große Vielfalt!



#### Alu Terrassenüberdachungen

in vielen Standardgrößen oder als Maßanfertigung.  
Ausbaubar bis zum Kaltwintergarten.  
In vier Standard-Farben und in jeder RAL Farbe.



#### Gewächshäuser

in Holz oder Aluminium Bauweise



#### Hochbeete

in versch. Größen oder ganz nach Ihren Wünschen



#### Gartenhäuser - klassisch oder modern

aus Holz, WPC oder Metall.

Viele verschiedene Größen vom Geräte- bis zum Ferienhaus.

Bei uns erhalten  
Sie auch Ihr indivi-  
duelles Gartenhaus  
im Sondermaß!

#### GARTENHÄUSER • TERRASSENÜBERDACHUNGEN

TERRASSENDIELEN • SICHTSCHUTZZÄUNE  
CARPORTS • KINDERSPIELGERÄTE

[www.gartenhaus24.de](http://www.gartenhaus24.de)

HTK Holz & Technik GmbH  
Brühler Straße 34 | Bad Münstereifel

#### Öffnungszeiten:

Mo bis Fr: 8:30 bis 18:00 Uhr | Sa: 8:30 bis 14:00 Uhr

## Auf Holz gebaut

Mit dem nachwachsenden Rohstoff Holz das Klima schützen und Energie sparen



Holz ist ein echter Alleskönner fürs Bauen, von der Fassadengestaltung über den Innenausbau bis hin zu schönen Naturböden.

Foto: djd/Gesamtverband Deutscher Holzhandel/Kollaxo

Zum Bauen entscheiden sich die meisten nur einmal im Leben. Entsprechend solide und langlebig soll das neue Zuhause daher werden. Der nachwachsende Rohstoff Holz spielt dabei eine wesentliche Rolle. Neben seiner Festigkeit wird er auch den heutigen Anforderungen an nachhaltiges und klimafreundliches Bauen gerecht. Und darüber hinaus ist der Baustoff, den der Mensch seit Jahrtausenden nutzt, besonders vielseitig. Für energiesparende und optisch ansprechende Holzfassaden ist er ebenso geeignet wie für komplett Holzhäuser, den Dachstuhl oder attraktive Bodenbeläge.

#### Energiesparend und klimafreundlich bauen

Wer beim Bauen oder Moderni-

sieren Holz verwendet, schützt das Klima. Schließlich nehmen Bäume bereits während ihres Wachstums große Mengen an Kohlendioxid auf und wandeln es in Biomasse, sprich Holz um. „Der in Holz und Holzprodukten gebundene Kohlenstoff bleibt in jedem Dachbalken, jeder Spanplatte und jeder Holztür über die gesamte Nutzungszeit hinweg gespeichert“, erläutert Thomas Goebel, Geschäftsführer des Gesamtverbandes Deutscher Holzhandel e. V. Auf diese Weise entlastet beispielsweise ein durchschnittliches möbliertes Einfamilienhaus aus Holz das Klima um bis zu 80 Tonnen Kohlendioxid. Zugleich ersetzt das Naturmaterial andere Baustoffe, die in der Herstellung

## FLIESEN - PLATTEN - MOSAIK

*Creativ  
Design  
Team* GmbH

Beratung | Verkauf | Verlegung | Reinigung | Reparaturservice  
Pflasterarbeiten | Naturstein | [Flutwasserschadensregulierung](#)

*Ihr Anspruch ist unser Antrieb!*

Sven Orbeck  
Vimicher Straße 15  
53894 Mechernich

0178 833 10 09  
[info@creativdesignteam.de](mailto:info@creativdesignteam.de)  
[www.creativdesignteam.de](http://www.creativdesignteam.de)

# RUND UM MEIN ZUHAUSE



Natürlich mit Holz: Das Naturmaterial bietet fürs Bauen zahlreiche Vorteile in Sachen Umwelt- und Klimaschutz - und wertet das Zuhause auch optisch auf. Fotos: djd/Gesamtverband Deutscher Holzhandel/Kollaxo



wesentlich energieintensiver und klimaschädlicher sind. „So ist zum Beispiel der Energieverbrauch von Zement vierfach höher als der von Holz. Bei Stahl liegt der Wert um das Zwanzigfache höher“, erklärt Goebel weiter.

**Effiziente Dämmung für die Fassade**  
Heutige Anforderungen an Klimaeffizienz lassen sich gut mit dem Naturmaterial Holz erfüllen. Vollholzprofile ermöglichen nicht nur eine vielfältige Gestaltung der Hausfassade, sondern bilden gleichzeitig die Basis für eine moderne Wärmedämmung, da Holz von Natur aus ein schlechter Wärmeleiter, sprich guter Isolator ist. Ein weiterer Vorteil von

Holzfassaden ist, dass sie auch nachträglich an jeder Außenwand montierbar sind. Eine Holzfassade inklusive Außendämmung kann oft einfach vor die alte Fassade gehängt werden. Eine individuelle Beratung zu den Möglichkeiten des Bauens mit Holz gibt es im örtlichen Holzfachhandel. Unter [www.holzvomfach.de](http://www.holzvomfach.de) lassen sich Ansprechpartner aus der Nähe finden. Wer neu baut oder modernisiert, sollte möglichst auf Holzprodukte aus nachhaltiger Forstwirtschaft Wert legen. Lokale Produkte können zudem kurze Transportwege ermöglichen und die Klimabilanz so weiter verbessern. (djd)

**Erstklassige  
FENSTER**  
in Holz und Kunststoff

**ZU SUPER  
GÜNSTIGEN  
PREISEN**

sowie Haustüren & Wintergärten  
[www.HM-Eifelfenster.de](http://www.HM-Eifelfenster.de)  
Tel. 0 65 97 - 900 841

**konrad**  
*solide  
Fliegengitter*

Sebastianusstr. 4-6 · Euskirchen  
**Tel. 0 22 51 / 94 11-0**

[www.konrad-net.de](http://www.konrad-net.de)

Polstermöbel, Dekorationen und Teppiche.

**ASSMANN**  
GmbH  
Polstermöbel-Werkstätten  
Antweiler Straße 12  
53894 Mechernich-Wachendorf  
Telefon 02256 824  
[www.assmann-wohndesign.de](http://www.assmann-wohndesign.de)

## Carport Garage Garagentor Gerätehaus Heimsauna

02403  
87480  
Katalog gratis!

**graafen**  
ganz persönlich seit 1905



Am Johannesbusch 3, 53945 Blankenheim + Talstr. 60-68, 52249 Eschweiler  
**Besuchen Sie unsere große Ausstellung!** (Sauna nur in Eschweiler)



## „Von der Erft zur Urft“ - die Radtouristikfahrt des RSV 1896 Euskirchen e.V. startet am 25. Mai - wieder mit Nordeifel-Marathon



landwirtschaftlichen Wegen. Sie führen durch die abwechslungsreiche Landschaft der Eifel und zeigen diese in all ihren Facetten. Auch der sportliche Anspruch kommt nicht zu kurz. Gerade die längeren Routen ab 123 km sind mit ordentlich Höhenmetern gespickt und erfordern eine Grundfitness. Dank der Routenführung besteht dabei an mehreren Stellen die Möglichkeiten auf die nächstkürzere Strecke zu wechseln. Somit kann man sich je nach Tagesform an sein persönliches Limit herantasten. Das **Highlight für Langstreckenfahrer** bildet der **Nordeifel-Marathon**, der mit neuer Streckenführung wieder ins Angebot aufgenommen wurde. Auf 212 km und 2.880 Höhenmetern erleben die Teilnehmer die Variationen des Eifel-Profiles mit teils knackigen Anstiegen und flüssigen Abfahrten.

Für das leibliche Wohl wird an **drei Verpflegungsstellen** gesorgt, die je nach Streckenlänge mehrmals angefahren werden.

Auch **E-Bikes sind ausdrücklich willkommen**, es wird jedoch keine Ladeinfrastruktur für diesen Radtyp angeboten. Mit geladener Batterie sollten sich aber die meisten Strecken gut bewältigen lassen.

**Start- und Ziel** ist an der Ohm-Mirgel-Halle, Erftstraße 32, 53879 Euskirchen. Parkplätze sind vor Ort vorhanden. **Startzeiten** sind von **6.30 bis 13 Uhr**, je nach Streckenlänge. Weitere Informationen sind auf der **Homepage des RSV 1896 Euskirchen e.V.** unter [www.rsv-euskirchen.de](http://www.rsv-euskirchen.de) zu finden.

**UNSERE AUSWAHL IST RIESIG!**

FAHRRÄDER - ZUBEHÖR - ERSATZTEILE - SERVICE

Wir überzeugen mit starken Marken und kompetenter Beratung!

**KRAFT RAD**

Fahrräder      Ersatzteile

Zubehör      Service

Fahrradleasing mit allen Leasinggesellschaften!

**Kraft Rad GmbH**

Roitzheimer Straße 113  
53879 Euskirchen  
Tel.: 02251/2758

Am Westufer 5  
50259 Pulheim  
Tel.: 02238/468890

**Öffnungszeiten:** Mo. bis Fr. 10-19 Uhr | Sa. 10-17 Uhr  
[www.zweirad-kraft.de](http://www.zweirad-kraft.de)

Der RSV 1896 Euskirchen e.V. veranstaltet am Samstag, den 25. Mai seine traditionelle Radtouristikfahrt durch die Eifel mit Strecken von 58 km bis 180 km Länge. Auch der Nordeifel-Marathon über 212 km ist wieder im Angebot. Start ist ab 6.30 Uhr an der Ohm-Mirgel-Halle, Euskirchen. Ende Mai veranstaltet der **Radsportverein 1896 Euskirchen e.V.** zum 16. Mal die Radtouristikfahrt (RTF) „Von der Erft zur Urft“. Zu den bekannten Routen über 58, 86, 123 und 156 km Länge kommt eine 180 km-Strecke sowie der legendäre **Nordeifel-Marathon** über 212 km und fast 3.000 Höhenmeter dazu. Die Strecken orientieren sich an dem reichhaltigen Netz von asphaltierten Rad- und



## Trinkflasche mit dabei?

Beim Radausflug auf den Elektrolythaushalt achten

Radfahren liegt im Trend. Der Allgemeine Deutsche Fahrrad-Club (ADFC) schätzt den Gesamtbestand an Rädern in Deutschland auf 81 Millionen. Zum Vergleich: Im Jahr 2005 waren es noch 14 Millionen weniger. Vor allem während der Corona-Pandemie haben viele das Rad für sich entdeckt, als Fortbewegungsmöglichkeit und als Sportgerät. Dazu kommt, dass mit den E-Bikes das Fahrradfahren auch für weniger sportliche Nutzer attraktiv wurde.

### Beim Schwitzen verliert der Körper wertvolle Mineralien

Für einen Radausflug mit dem E-Bike muss man nicht sportlich durchtrainiert sein, aber auch dabei kann man ins Schwitzen kommen. Und hier kommt ein Punkt ins Spiel, den man als „Otto-Normal-Radfahrer“ nicht unterschätzen sollte: das richtige Trinken während der Radtour. Wer mehr als eine Stunde mit dem Rad unterwegs ist - und das vor allen Dingen in der wärmeren Jahreszeit - der sollte auf seinen Elektrolythaushalt achten. Beim Sport ist der Bedarf an Elektrolyten wie Kalium, Natrium und Magnesium aufgrund des Schweißverlustes deutlich erhöht - die Broschüre „Sport treiben - Gesund bleiben“ unter [www.vks-kalisalz.de](http://www.vks-kalisalz.de) informiert dazu. Wie viel Schweiß und damit elektrolytische Salze ein Mensch verliert, ist individuell sehr unterschiedlich. Beeinflusst werden die Verluste durch Faktoren wie Belastungsintensität, Umgebungstemperatur, Trainingsstand, Kleidung, Wind- und Sonneneinstrahlung. Bei moderater körperlicher Aktivität wie einer Radtour liegt der Schweißverlust bei etwa 0,5 bis 2 Litern pro Stunde. Fährt man dagegen an einem heißen Sommertag mit dem Rad, kann der Flüssigkeitsverlust auch bis zu drei Litern pro Stunde betragen.

### Trinken, bevor das Durstgefühl kommt

Die Folgen können Müdigkeit, Konzentrationsschwäche, Muskelschmerzen und Krämpfe sein. Alles vermeidbare Auswirkungen, wenn man nur darauf achtet, auf

der Radtour richtig zu trinken. Eine selbst angerührte Apfelschorle mit einer Prise Kochsalz kann hier helfen. Oder man mischt Wasser mit Salz - eine Messerspitze reicht für ein Viertel Liter Wasser aus. Damit können Radler den Elektrolytverlust durch das Schwitzen ausgleichen und verlieren nicht den Spaß am Radfahren. Am besten trinkt man alle 30 Minuten in mehreren kleinen Schlucken, damit die Flüssigkeit den Magen schnell passieren kann. Zum Zeitpunkt des Dursteintritts ist das Flüssigkeitsdefizit meist bereits zu groß. Daneben sollten Radausflügler immer einen Snack wie einen Müsliriegel mit dabei haben. Übrigens, was fürs Radfahren gilt, gilt auch für alle anderen sportlichen Aktivitäten. (DJD)



**Marken E-Bikes/Pedelecs mit Bosch-Antrieb  
EU-Neuwagen, speziell VW, Seat und Skoda  
Reparaturwerkstatt für alle KFZ-Marken**

*Verkauf, Finanzierung, Leasing, Service*



Wir sind **JOBRAD** Partner.  
Hüttenstr. 59 · 53925 Kall  
Tel. (02441) 6670 · [www.honda-maeder.com](http://www.honda-maeder.com)



**Wir sind  
umgezogen:**

Auf der Heide 25 · 53947 Zingsheim  
Tel. 02486 1000 · [www.projekt.bike](http://www.projekt.bike)

BIKEFITTING

ERGONOMIE-  
BERATUNG

BODYSCAN

VERKAUF, SERVICE, ZUBEHÖR, BIKE-LEASING, NOX CYCLES TESTCENTER

Rundblick Eifel | 53. Jahrgang | Nr. 9 | Freitag, 03. Mai 2024 | Kw 18 | Rautenberg Media

27

Die nächste Ausgabe erscheint am:  
**Freitag, 17. Mai 2024**  
Annahmeschluss ist am:  
**10.05.2024 um 10 Uhr**

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

## IMPRESSUM

RUNDBLICK EIFEL

HERAUSGEBER, DRUCK UND VERLAG

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

V.i.S.d.P. Redaktioneller Teil:

Bianca Breuer

Verantwortlich f. d. Anzeigenteil:  
Dunja Rebinski

ERSCHEINUNG vierzehntäglich

V.i.S.d.P. FÜR DIE RUBRIK

· Politik

CDU Blankenheim Michael Hermanns  
CDU Hellenthal Giuseppe Uccello  
CDU Nettersheim Guido Kurth  
CDU Zülpich Tim Fischer  
SPD Hellenthal Werner Wamser  
SPD Zülpich Thorsten Mette  
FDP Blankenheim Manfred Fries  
FDP Hellenthal Peter Rauw  
FDP Schleiden Jan Griskewitz  
UWV Zülpich Gerd Müller  
UWV Hellenthal Hans Mießeler  
UNA Nettersheim Werner Breitbach  
Bündnis 90 / Die Grünen Hellenthal  
Bündnis 90 / Die Grünen Zülpich  
Angelika König

Kostenlose Haushaltsverteilung in Bad Münstereifel, Blankenheim, Hellenthal, Nettersheim, Schleiden und Zülpich. Zustellung ohne Rechtsanspruch. Einzelbezug über Rautenberg Media 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 hereingegabe

Pressematerialien

Rautenberg Media übernimmt keine Haftung für die Richtigkeit (inhaltlich u. orthographisch) und Vollständigkeit. Per Post erhaltenes Pressematerial wird nicht zurückgesandt. Keine garantierte Veröffentlichung. Entstehen Forderungen Dritter aus Verletzungen des Urheber-, Presse- oder Nutzungsrechts durch das Pressematerial, fordert Rautenberg Media Schadenersatz beim Einreicher. Bei irrtümlich fehlender Namensnennung am Werk (z.B. Bildnachweis) verzichtet der Einreicher auf jegliche Forderung an Rautenberg Media. Durch den Einreicher des Pressematerials wird Rautenberg Media befugt, dieses sowohl für ihre Print-Ausgaben, als auch für die durch sie betriebenen elektronischen Medien zu verwenden.

## KONTAKT

MEDIENBERATER/IN

Rose Neumann  
für Blankenheim, Nettersheim  
Mobil 0176 39 52 79 41  
r.neumann@rautenberg.media

Heinz-Joachim Neumann  
für Hellenthal, Schleiden, Zülpich  
Mobil 0176 90 75 78 19  
hj.neumann@rautenberg.media

VERTEILUNG regio-pressevertrieb.de  
Regio Presse Vertrieb GmbH

VERKAUF Fon 02241 260-112  
verkauf@rautenberg.media

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

RAUTENBERG MEDIA ONLINE

rautenberg.media  
facebook.de/rautenbergmedia  
instagram.de/rautenberg\_media  
vimeo.com/rautenbergmedia

ZEITUNG



RAUTENBERG MEDIA

■ ZEITUNG  
■ DRUCK  
■ WEB  
■ FILM

PRIVATE & GESCHÄFTLICHE KLEINANZEIGEN

ONLINE BESTELLEN

[www.rautenberg.media/kleinanzeigen](http://www.rautenberg.media/kleinanzeigen)

## Angebote

### Land u. Forst

agria

Einachser Motormäher Ersatzteile.  
Müller Maschinen Troisdorf,  
02241-94909-50

### Maler

Maler-, Wärmedämm-, Trockenbau  
und Bodenverlegearbeiten, günstige  
Festpreise, saubere Ausführung, Termi-  
ne frei. Tel. 02429/908144 od.  
0170/7555363

### Gesuche

### An- und Verkauf

Designerin kauft

Pelzmäntel und Pelzjacken. Tel: 02205  
9478473 - Mobil: 01632405663

### Kaufgesuch

#### Achtung!

Kaufe Pelze, Handtaschen, alte Bibeln  
und Gebetsbücher, Porzellan, Bilder,  
Teppiche, gepflegte Garderobe, Trachten,  
Fotoapparate, Kristall, Näh-/  
Schreibmaschinen, Modeschmuck,  
Goldschmuck, Zahngold, Uhren, Zinn.  
Seriöse Abwicklung, gerne gegen Vor-  
lage meines Personalausweises.  
Tel. 0177/9673461

Kaufe Pelze und Porzellan aller  
Art

sowie Bleikristall aller Art: Gläser, Rö-  
mer, Teller, Vasen usw. Bitte alles an-  
bieten. Ortsansässig, Herr Blum Tel.:  
0160/6695915

### Sammler

Sammler sucht

MÄRKLIN, TRIX, FLEISCHMANN Mo-  
delleisenbahn, alt und neu, ferner  
WIKING, SIKU-Plastik und PRÄMETA  
Modellautos und altes Blechspielzeug.  
Tel. 02253/6545 0 0175/5950110

Sammler SUCHT alles an:

alten Militärsachen, Papiere, Auswei-  
se, Urkunden, Soldatenfotos oder Al-  
ben, Helme, Orden, Dolche, Säbel,  
Dekowaffen etc. Einfach alles anbie-  
ten unter: Tel. 0177/8695521

### Verpachten/Pachten

Kleingarten gesucht

zum privaten Obst-/Gemüseanbau  
suchen wir eine kleine Gartenparzelle  
in Nideggen. 0151/52527265



[rautenberg.media/kleinanzeigen](http://rautenberg.media/kleinanzeigen)

Ihre private\*

KLEINANZEIGE

bis 100 Zeichen  
in dieser Zeitung

ab **6,99** €

\*gewerbliche Kleinanzeige ab 13,99 €

■ ■ ■ ■ ■ RAUTENBERG MEDIA



## HALLO PRESSESPRECHER/INNEN PRESSEBEAUFTRAGTE

der VEREINE – KIRCHEN – SCHULEN und  
anderer Organisationen

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

<https://redaktion.rautenberg.media>



Wir freuen uns auf Sie!

■ ZEITUNG ■ DRUCK ■ WEB ■ FILM

## Fragen zur Verteilung?

[mail@regio-pressevertrieb.de](mailto:mail@regio-pressevertrieb.de)

[www.regio-pressevertrieb.de](http://www.regio-pressevertrieb.de) **REGIO** • pünktlich • zielerichtet • lokal

Die Zeitungszustellgesellschaft der RAUTENBERG MEDIA KG



### AUTO & ZWEIRAD

Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen  
Tel.: 03944-36160 [www.wm-aw.de](http://www.wm-aw.de)  
"Wohnmobilcenter Am Wasserturm"





## Nochmal durchstarten mit 50 plus

Erfahrene Bewerber sollten bei der Jobsuche ihre speziellen Stärken ausspielen

Persönliche Veränderungswünsche, ein drohender Stellenabbau beim jetzigen Arbeitgeber oder einfach die Lust darauf, einmal eine neue Branche kennenzulernen: Verschiedene Gründe können den Ausschlag dafür geben, in den späteren Jahren der Karriere noch einmal auf Jobsuche zu gehen. Eine Bewerbung mit über 50 ist jedoch stets eine Herausforderung, noch dazu in der aktuellen wirtschaftlichen Lage. Umso wichtiger ist es für Stellensuchende, ihre Erfahrungen angemessen zu präsentieren und zugleich Lernbereitschaft sowie Flexibilität zu zeigen.

### Erfahrung wird in Unternehmen geschätzt

Haben ältere Bewerber grundsätzlich schlechtere Karten? Dieses Vorurteil gilt schon lange nicht mehr: „Viele Unternehmen schätzen die langjährige Expertise der Arbeitnehmer aus der Generation 50 plus und setzen bewusst auf altersgemischte Teams“, sagt Andrea Wolters, Marketingvorstand der Adecco Group in Deutschland.

„Jeder Bewerber sollte sein Fachwissen selbstbewusst in den Vordergrund stellen, ohne aber damit zu prahlen.“ Wichtig sei es zudem, sich offen zu zeigen für lebenslanges Lernen. Dies kann sich etwa in der Bewerbung mit dem Nachweis von Fort- und Weiterbildungen widerspiegeln. Zudem sollten Bewerber nachvollziehbare Gründe für den Jobwechsel benennen. Auf Kritik an Arbeitskollegen oder ehemaligen Vorgesetzten sollte man dabei tunlichst verzichten, sondern stattdessen deutlich machen, dass man sich neue Kenntnisse aneignen möchte oder sich mehr Verantwortung und Entwicklungsmöglichkeiten wünscht. „Diese Gründe zeigen, dass der Bewerber bereit ist, an sich zu arbeiten“, so Andrea Wolters. Eine gute Idee sei es auch, aktiv auf Unternehmen zuzugehen und Initiativbewerbungen zu versenden. Viele Firmen würden über Mentoring-Programme oder ähnliche Projekte verfügen, über die ältere Mitarbeiter ins Unternehmen eingegliedert werden. (djd)



## Wir suchen AUSTRÄGER/\*/INNEN

jeden Alters für den RUNDBLICK EIFEL in

Blankenheim:

- Alendorf**
- Ripsdorf**
- Hülchrath/Petersberg**
- Blankenheimerdorf**
- Freilingen**
- Reetz**
- Blankenheim-City**

Nettersheim:

- Nettersheim-City**
- Tondorf**
- Engelgau**
- Holzmühlheim**
- Marmagen**

Zülpich:

- Rövenich**
- Schwerfen**
- Oberelvenich,**
- Niederelvenich**

Gerne per WhatsApp



+49 2241 260380

### Sie verteilen HIER, in Ihrem Wohngebiet

nur wenige Stunden im Monat | freitags oder samstags | Prospekte sind in die Zeitungen bereits maschinell eingelegt | einzige Voraussetzung: Sie sind mindestens 13 Jahre alt

### Wir freuen uns auf Sie, bewerben Sie sich jetzt

► [regio-pressevertrieb.de/bewerbung](http://regio-pressevertrieb.de/bewerbung)

► oder unteren Abschnitt in DRUCKBUCHSTABEN ausfüllen und senden an:

REGIO PRESSE VERTRIEB GmbH · z. Hd. Frau Rohloff · Kasinostraße 28-30 · 53840 Troisdorf  
FON 02241 260-380 · E-MAIL [mail@regio-pressevertrieb.de](mailto:mail@regio-pressevertrieb.de)



oder mit diesem QR-Code bewerben!

## AUSTRÄGER/\*/INNEN für den RUNDBLICK EIFEL in

Blankenheim:

- Alendorf**
- Ripsdorf**
- Hülchrath/Petersberg**
- Blankenheimerdorf**
- Freilingen**
- Reetz**
- Blankenheim-City**

Nettersheim:

- Nettersheim-City**
- Tondorf**
- Engelgau**
- Holzmühlheim**
- Marmagen**

Zülpich:

- Rövenich**
- Schwerfen**
- Oberelvenich,**
- Niederelvenich**

An

**REGIO PRESSE VERTRIEB GmbH**

Frau Rohloff

Kasinostraße 28-30  
53840 Troisdorf

Name, Vorname

Straße, Hausnummer

PLZ, Ort

Telefon (für evtl. Rückfragen) / Geburtsdatum

E-Mail



**REGIO** • pünktlich • zielgerichtet • lokal  
Die Zeitungszustigungsellschaft der RAUTENBERG MEDIA KG



## Die Stimme des Sports

### Neue Weiterbildung Sportkommunikation



**Reporter und Journalisten sind ganz nah dran an den wichtigen Leuten des Sportbusiness. Hier ist die richtige Kommunikation ausschlaggebend.**  
Fotos: djd/IST-Hochschule für Management

Die Sportkommunikation gehört zu den spannendsten Berufsfeldern des Sportbusiness. Viele junge Menschen wollen nah am Spielgeschehen sein und Reporter, Kommentator, Social-Media-Experte oder Videojournalist im Fußball werden. Allerdings: Nur wer das Geflecht aus Sport, Medien und Wirtschaft durchschaut, kann durch gelungene Kommunikation über die geeigneten Kanäle Positives für sich, seinen Verein, seinen Verband oder seine Marke erreichen. Das IST-Studieninstitut bietet jetzt eine neue Weiterbildung an, in der sich Interessenten berufsbegleitend zum Kommunikationsprofi weiterbilden können.

#### Praktische Einblicke

„Die Sportkommunikation ist so bunt wie der Sport selbst. Dabei sorgen die Medien zu einem großen Anteil mit dafür, dass Sport in der Gesellschaft ankommt und konsumiert werden kann. In dem Prozess der Berichterstattung spielt die Kommunikation eine enorm wichtige Rolle und ist entscheidend für das Endprodukt“, weiß Felix Görner, leitender Sportreporter bei RTL. „Hier bietet die IST-Weiterbildung Sportkommunikation notwendige praktische Einblicke in den Bereich der Medienkommunikation, um die Arbeit mit den Medien professionell gestalten zu können und so auch die Außenwirkung des Vereins oder Sportunternehmens zu verbessern.“

#### Berufsbegleitend weiterbilden

Wer in dem Bereich der Sportkommunikation Fuß fassen möchte oder sich als Mitarbeiter der Sportbranche entsprechendes Know-how aneignen will, lernt mit dieser Weiterbildung flexibel und berufsbegleitend in zwölf Monaten, wie er durch gelungene Kommunikation die Zufriedenheit von Partnern, Medien, Mitarbeitern und Sponsoren spür- und messbar erhöhen kann. Mit dem Abschluss qualifizieren sich Vereinsmitarbeiter, Pressesprecher, Leistungssportler, Funktionäre und Mitarbeiter der Unternehmenskommunikation für anspruchsvolle Aufgaben in der internen und externen Sportkommunikation. Das Wissen vermitteln dabei Experten aus der Sport- und Medienbranche. Dazu zählen Ralph Dury vom Sport-Informations-Dienst, David Görges, ehemaliger Digitalchef des BVB, Michael Röhrig, Leiter Kommunikation bei Sport1 und Eurosport-Kommentator Guido Heuber. (djd).

**RAUTENBERG MEDIA**

Mach Dein Ding mit uns!  
Deine Karriere: Du bist der Rundblick Eifel

**WIR SUCHEN DICH**  
für unterschiedliche Ausgaben im Bereich Eifel als

**Medienberater\*in** (m/w/d)  
auf Minijobbasis

**DU**

- hast im Verkauf (z.B. Einzelhandel) gearbeitet
- bist im Ort gut vernetzt
- arbeitest kundenorientiert und strukturiert
- verfügst über gute Deutschkenntnisse
- hast einen Führerschein Kl. B

**WIR**

- sind das zweitgrößte Medienhaus für Wochenzeitungen in Deutschland
- sind seit über 60 Jahren am Markt
- sind ein Medienhaus für ZEITUNGEN | DRUCK | WEB | FILM
- bieten Dir eine ausführliche Einarbeitung
- bieten einen sicheren Arbeitsplatz mit familienfreundlichen Bedingungen

**WAS gibt's zu tun?**

- Beratung und Pflege von B2B Kunden im direkten Umfeld und Neuakquise
- Kommunikation mit Kolleginnen und Kollegen in unserem Medienhaus
- Gerne auch Cross-Selling für DRUCK | WEB | FILM
- bieten eine attraktive Vergütung im interessanten Medienbereich
- bieten flexible Arbeitszeiteinteilung für eine ausgewogene Work-Life-Balance
- stellen Dir einen persönlichen Home-Office-Arbeitsplatz zur Verfügung

**Wir freuen uns darauf DICH kennen zu lernen!**

Bewerbungen bitte per E-Mail an: Denis Janzen | karriere@rautenberg.media  
Stichwort: Medienberater\*in/Eifel

**OCKEN ZUM VERZOCKEN**

**WERDE JETZT ASTRÄGER/\*/IN**  
**EIN INTERESSANTER NEBENJOB**  
**FÜR JUNG UND ALT!**

EA3551942809

Wenn Du mindestens 13 Jahre alt bist, schreib uns  
eine WhatsApp Nachricht\* +49 2241260380

\*Bitte unbedingt Namen, Straße, Ort und Telefonnummer angeben.

**REGIO** • pünktlich • zielgerichtet • lokal  
PRESSE VERTRIEB GmbH  
Die Zeitungszustellgesellschaft der RAUTENBERG MEDIA KG

Oder scan den QR-Code und bewirb Dich.



## WIR SUCHEN DICH

für unsere Zeitung  
**Rundblick Eifel** als

## Reporter (m/w/d)

zum nächstmöglichen Termin  
auf Honorarbasis als freien Mitarbeiter

### DU HAST

- Freude am Verfassen von Werbetexten und redaktionellen Berichten
- Interesse an lokalen Veranstaltungen, Kultur, Sport & Brauchtum
- Kenntnisse im Umgang mit Internet und PC
- eine Digitalkamera
- Ortskenntnisse

### DU BIST

- aufgeschlossen, aktiv und zuverlässig
- sicher im Umgang mit der deutschen Sprache
- motorisiert

### Wir freuen uns darauf DICH kennen zu lernen!

Bewerbungen bitte per E-Mail an:  
Denis Janzen | karriere@rautenberg.media  
Stichwort: Reporter Rundblick Eifel (m/w/d)



**Rundblick Eifel**  
WER • WO • WAS • WANN - INFORMATIONEN & TERMINE online lesen, versandt direkt per Post  
BAD MÜNTZ EIFEL + BLANKENHEIM + HEILIGENHAL + NETTERSHEIM + SCHLEIDEN + ZÜLICH  
Alle 14 Tage in Ihrem 5-Minuten-Blatt

RAUTENBERG MEDIA

## Wir suchen SPRINGER/\*/INNEN als Zeitungszusteller/\*/in

jeden Alters für **ALLE ORTSTEILE**  
in **Blankenheim**

Gerne per  
WhatsApp



+49 2241260380



oder mit diesem  
QR-Code  
bewerben!

# REGIONALES

## Ristorante Pinocchio im Kulturhaus theater 1

Theater-Adaption des Literaturklassikers für Erwachsene und Kinder im Schulalter



**Lügen haben nicht nur kurze Beine.**  
Fotos: Jojo Ludwig

Am Samstag, 11. Mai, um 18 Uhr zeigen Christiane Remmert und Jojo Ludwig ihr vielgelobtes Stück „Ristorante Pinocchio“, das Erwachsene und Kinder im Schulalter gleichermaßen anspricht. Dass Pinocchios Nase beim Lügen immer länger wird, ist hinreichend bekannt. Aber wie war das noch gleich mit der Grille und der Fee? Mit dem Land der Spiele, dem Kater und dem Fuchs... oder war es eine Füchsin? Mit dieser Inszenierung kann man sein Wissen über Carlo Collodis weltberühmte

Holzpuppe und deren Geschichte auffrischen und das Geheimnis von Luigi ergründen, der zusammen mit seiner deutschen Frau das „Ristorante Pinocchio“ betreibt. Eines Abends möchte Luigi seiner Frau die Geschichte von Pinocchio erzählen und holt aus dem Keller seine Pinocchio-Kiste. Denn jeder richtige Italiener hat eine Pinocchio-Kiste, soviel ist sicher. In der Kiste befinden sich die Figuren seiner Kindheit: Die kleine zerbrechliche Holzpuppe Pinocchio, der Kater Caruso, die Füchsin Volpinella, die Fee Caritas, die Grille, der Esel, die Maske des Puppenspielers Francesco Stromboli und der Wal. Luigi nimmt seinen Pinocchio und beginnt mit ihm zu spielen. Seine Erzählfreude reißt Carola mit und sie toben sich in ihrer Küche aus: Ein Schlagzeugsolo auf den

Topfdeckeln, Fernsehbilder in einer kleinen Kasserolle, ein Steppanz auf dem Suppentopf - die beiden vergessen Raum und Zeit und durchleben Pinocchios Weg von der Holzpuppe zum richtigen Jungen, der heranwächst, dann eine deutsche Frau heiratet, mit ihr ein italienisches Restaurant aufmacht und... sollte es sich hier etwa doch um die Geschichte von Luigi handeln? Die Inszenierung wurde auf Festivals in ganz Europa mit großem

Erfolg gezeigt und besticht durch rasante Wechsel der Erzählebenen, stimmungsvolle Musik, bezaubernde Puppen und eine fantasievolle Umsetzung der weltbekannten Geschichte.

Karten gibt es an der Tageskasse; es wird empfohlen, unter 0 22 57 - 44 14 oder unter [kulturhaus@theater-1.de](mailto:kulturhaus@theater-1.de) zu reservieren.

Reservierungswünsche, die erst am Tag der Veranstaltung eingehen, können möglicherweise nicht mehr berücksichtigt werden.



**Pinocchio im Wal**

**Eine Immobilie online zu bewerten,**

**Ist wie ein Buch zu beurteilen,**

**ohne es gelesen zu haben.**

**Holen Sie Sich die Profis ins Haus.**

**Glasmacher Immobilien**

Immobilien, Finanzierungen & Versicherungen

**SACHVERSTÄNDIGENBURO WEIERMANN GmbH**

GRUNDSTÜCKS- & GEBAUDEWERTERMITTLUNG