



Weihnachtskonzerte der Ingelheimer Konfettis



Ihre Auftritte gehören zu den beliebtesten Veranstaltungen im Kulturzentrum Hardtberg. Seit vielen Jahren sind die Ingelheimer Konfettis mit ihrem Weihnachtsprogramm hier zu Gast. Und stets sind ihre Konzerte im Nu ausgebucht.

„Musik ist uns're Welt“ sagendie Musiker von sich selbst. Und das trifft es auf den Punkt. Sie haben sicht- und hörbar Spaß an Musik und verstehen es, diese einem breiten Publikum zugänglich zu machen, indem sie „Musik für Jedermann“ machen. Ihr Repertoire reicht von modernen Pop-, Gospel- und Rock-Nummern über Schlager- und Musicalhits bis hin zu großen klassischen Stücken aus Oper oder Operette.

Jede Sängerin und jeder Sänger verkörpert eine eigene Stilrichtung. Vom klassischen Helden Tenor bis hin zum rauchigen Joe Cocker decken sie musikalisch alles ab. Alle Stücke werden von ihrem musikalischen

Fortsetzung auf S. 11

Höhepunkt im Kulturzentrum: Weihnachtskonzert der Ingelheimer Konfettis



Pssst!

„Meine neuen Hörgeräte!“

Jetzt höre ich endlich wieder jedes Geheimnis, das Sie mir anvertraut!“

BARDONG

Hörakustik *...bestes Hören!*

Rochusstraße 230-234 | 53123 Bonn
Telefon 0228 50446980 | www.bardong-hoerakustik.de

Machen Sie jetzt einen KOSTENLOSEN Hörtest!

Aus der Arbeit der Parteien CDU

Neue Sanierungspläne im Hardtbergbad

Kommentar von CDU-Stadtverordnetem Bert Moll

„Ich begrüße, dass die Verwaltung eine konkrete Entwurfsplanung zur Sanierung und Erweiterung des Hardtbergbades der Bezirksvertretung Hardtberg am 30. August zur Entscheidung vorgelegt hat. Die Planungen entsprechen den Forderungen nach einer nachhaltigen und barrierefreien Sanierung im Hallenbereich und Erweiterung des Hubbodenbeckens. Auch die

Sanierung der Beckenköpfe im Freibad sowie die barrierefreie Gestaltung der Freianlage und die Sanierung und Erneuerung der Entwässerungssysteme sind dringend zum Erhalt des Hardtbergbades erforderlich.

Entgegen der Beschlussvorlage der Verwaltung haben wir uns in der Bezirksvertretung Hardtberg für die Umsetzung der Module 4 und 5 ausgesprochen; es werden

also in Zukunft auch ein weiteres Kursbecken und ein Eltern-Kindbereich im Außenbereich zur Verfügung stehen. Das Schwimmangebot und die Schwimmbildung für Kinder, Jugendliche und Familien müssen verbessert werden! Außerdem ist das Hardtbergbad für viele Besucher/innen und insbesondere für Kinder und Jugendliche des Stadtbezirks Hardtberg ein

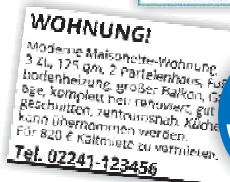
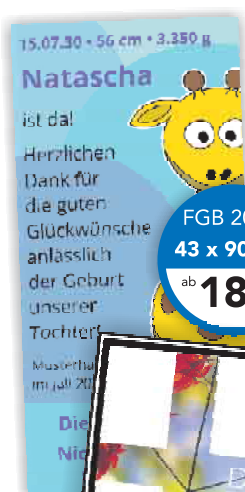
wichtiges Freizeitangebot, das für eine ganzjährige Nutzung ausgebaut werden muss. Die Module 6 und 7 (Bistro und Ganzjahresrutsche) wurden mit den Stimmen der rot-grünen Mehrheit zurückgestellt. Die CDU setzt sich weiterhin dafür ein, dass der Bau nicht aufgegeben wird.“

Infos unter <https://www.bonn.sitzung-online.de>, Beschlussvorlage 221322

Ende: Aus der Arbeit der Parteien CDU



Familien ANZEIGENSHOP



*inkl. MwSt., Preis variiert nach Auflage der Zeitung.

Online Familien-Anzeigen: für alles was wirklich zählt!

shop.rautenberg.media

RASCHDORFF Hörakustik News

Anzeige

ehrliche Beratung • fachliche Kompetenz • faire Preise

NEUHEITEN
2022

Wir suchen 50 Testhörer
für innovative Hörgeräte-
Neuheiten.

Dank Digitalisierung erleben wir auch in der Hörakustik einen enormen Innovationsschub. Mit den technologischen Fortschritten wie künstlicher Intelligenz, Lithium-Ionen-Akkus, der Integration von Bewegungssensoren und vielen weiteren Features erweitern die Hersteller ihre Produktpaletten. Dadurch bietet sich Ihnen noch mehr Auswahl und das Leben mit Hörsystem wird immer angenehmer und komfortabler. Wir laden Sie herzlich ein, Hörsysteme der Zukunft mit neuester Technik bei perfektem Tragekomfort, bestem Sprachverstehen, höchster Klangqualität und umfangreicher Konnektivität, kennenzulernen. **Werden Sie unser Testhörer!**

Doch das beste Hörsystem nutzt nichts ohne die individuelle Einstellung durch einen erfahrenen und kompetenten Hörakustiker, abgestimmt auf Ihre persönlichen Bedürfnisse. Dazu haben wir das **ACCEPTATIO Anpassverfahren**. Mit diesem neuartigen Anpasskonzept erreichen wir eine signifikante Steigerung Ihres Hörpotentials mit wesentlich schärferer Hör- und Verstehqualität. Auch wenn Sie schon ein Hörgerät tragen und nicht zufrieden sind: wir haben die Lösung! **Mit dem Gutschein unten bis zum 31.12.2022 kostenlos und unverbindlich.**

RASCHDORFF Garant für besseres Hören

Unser Familienunternehmen bietet Ihnen den Service, den Sie verdienen! Wir finden zusammen mit Ihnen Ihre persönliche Hörlösung und passen diese ganz individuell an Ihre Bedürfnisse an. Ihr persönlicher Ansprechpartner ist zu unseren festen Öffnungszeiten **stets für Sie vor Ort**.

Wir nehmen uns Zeit für Sie.

Kostenloser Hörtest

„Hörst Du schlecht?“ Wenn Sie diesen Satz immer häufiger hören, kommen Sie vorbei! Ein Hörtest schafft Klarheit, ist kostenlos, unverbindlich und dauert nur wenige Minuten.



Ihr Probier-Gutschein

- ☐ Ich möchte Testhörer für Hörgeräte-Neuheiten werden.
- ☐ Ich möchte das **ACCEPTATIO Anpassverfahren** kostenlos* nutzen.
*Gültig bis 31.12.2022
- ☐ Ich möchte kostenfrei ein Hörprofil erstellen lassen.

Einfach Coupon ausschneiden und vorbeikommen.



Hörakustik
RASCHDORFF

Bonn-Beuel • Obere Wilhelmstraße 1a
Tel. 0228 / 97 37 12 54

Bonn-Ippendorf • Röttgener Straße 127
Tel. 0228 / 24 99 16 77

www.raschdorff-hoerakustik.de

KOLLEGEN
GESUCHT

WERDEN SIE MEIN KOLLEGE (W/M/D)



Zu unserer 60-Sekunden-
Bewerbung und für weitere
Infos bitte QR-Code scannen

GLEICH
BEWERBEN!

**FACHKRÄFTE SOWIE QUEREINSTEIGER
SIND HERZLICH WILLKOMMEN.**

- QUEREINSTEIGERFREUNDLICH
- GUTE BEZAHLUNG
- KRISENSICHER
- MEDIZINISCH-TECHNISCHER BEREICH
- SYMPATHISCHES TEAM
- UNTERSTÜTZENDE EINARBEITUNG

Halloween im Ägyptischen Museum der Uni Bonn

Am 31. Oktober bieten wir als Special, ein Halloween Programm im Ägyptischen Museum an. Dabei haben Kinder die Möglichkeit an einer Führung teilzunehmen, welche sich insbesondere mit den schaurig spannenden Details zu Mumifizierung und Totenkult im Alten Ägypten beschäftigen wird. Anschließend werden in einer gemeinsamen Bastelaktion ägyptische Grabbeigaben gefertigt, die hinterher mit nach Hause

genommen werden können. Das Programm findet einmal für jüngere (6 bis 8 Jahre) von 15 bis 17 Uhr und einmal für ältere Kinder (9 bis 12 Jahre) 18 bis 20 Uhr statt. Die Kosten für die Teilnahme belaufen sich auf 10 Euro pro Kind. Bei Interesse schicken Sie uns gerne Ihre Anmeldung bis zum 24. Oktober per Email an aegyptisches-museum@uni-bonn.de oder telefonisch unter 0228/73 97 17. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!



Ägyptisches Halloween im Museum Bonn

Musikschulgebühren sollen leicht steigen

Die Gebühren der Ludwig-van-Beethoven-Musikschule Bonn sollen um durchschnittlich fünf Prozent steigen. Damit soll ein Beitrag zur Sicherung des Haushaltsausgleichs geleistet werden. Einen entsprechenden Vorschlag hat die Stadtverwaltung im Oktober den politischen Gremien vorgelegt. Über den Vorschlag entscheidet der Rat voraussichtlich in seiner

Dezember-Sitzung. Im Anschluss wird die Musikschule ihre Nutzer/innen informieren. Die neuen Gebühren sollen ab Februar 2023 erhoben werden. Der Satzungsentwurf sieht beispielsweise vor, dass sich die Unterrichtsgebühr bei Einzelunterricht (30 Minuten) für Kinder, Jugendliche sowie Schüler/innen und Studierende bis 26 Jahre um 3 Euro auf monatlich 63 Euro

erhöht, für Erwachsene um 5 Euro auf monatlich 85 Euro. Der Gruppenunterricht ab vier Teilnehmenden (60 Minuten) soll für Kinder, Jugendliche sowie Schüler/innen und Studierende bis 26 Jahre künftig 53 Euro (plus 3 Euro) kosten sowie für Erwachsene 71 Euro (plus 4 Euro).

Neues Angebot für Kinder, Jugendliche und Studierende: Partnerunterricht

Für Kinder, Jugendliche sowie Schüler/innen und Studierende bis 26 Jahre ergibt sich zudem eine Neuerung: Es ist geplant, künftig neben Unterricht in Kleingruppen mit drei Teilnehmenden auch Partnerunterricht (zwei Teilnehmende) anzubieten. Davon erhofft sich die Ludwig-van-Beethoven-Musikschule unter anderem einen Abbau der Wartelisten.

Das neue Unterrichtsangebot soll für 30 Minuten 38 Euro und für 45 Minuten 53 Euro kosten. Unterricht in kleinen Gruppen mit drei Teilnehmenden soll weiterhin nur in Einheiten von 45 Minuten erteilt werden. Aus Gründen der Verhältnismäßigkeit sieht die Satzung vor, die Gebühr dafür auf 46 Euro zu reduzieren.

Für Erwachsene bleibt die bestehende Einteilung in Kleingruppen mit zwei bis drei Teilnehmenden (künftig 71 Euro, plus 4 Euro) und große Gruppen ab vier Teilnehmenden bestehen. Die Unterrichtsgebühr der Fächer der Elementaren Musikerziehung (Eltern-Kind-Gruppen, Musikalische Früherziehung und Musikalische Grundausbildung) erhöht sich um 1,50 Euro auf monatlich 24,50 Euro. Dagegen bleiben die Unterrichtsgebühren in den Schulkooperationen auf dem

bisherigen Niveau. Weitere Details sind dem Entwurf der neuen Gebührensatzung im Ratsinformationssystem Allris unter <https://www.bonn.sitzung-online.de> entnehmen.

Städtische Aufwendungen sind kontinuierlich gestiegen

Die Ludwig-van-Beethoven-Musikschule Bonn wird aus den Erträgen aus Gebühren- und Entgelteinnahmen sowie aus städtischen Aufwendungen finanziert. Seit der letzten Gebührenanpassung im Jahr 2019 ist der Anteil der städtischen Aufwendungen am finanziellen Gesamtbedarf gegenüber den Erträgen kontinuierlich angestiegen: Während er 2019 (ohne interne Leistungsverrechnung) mit ca. 2,75 Mio. Euro noch bei etwa 48 Prozent des finanziellen Gesamtbedarfs lag, waren es 2021 mit ca. 2,84 Mio. Euro bereits mehr als 52 Prozent. Grund dafür sind vor allem steigende Personalkosten.

Aufgrund der mit dem Haushalt 2021/2022 beschlossenen und zusätzlich geschaffenen zehn Vollzeitstellen für die langjährig beschäftigten Honorarkräfte der Musikschule ist bereits für das Jahr 2022 mit einem erhöhten Anteil der städtischen Aufwendungen am finanziellen Gesamtbedarf zu rechnen. Vor dem Hintergrund steigender Personalkosten und der allgemeinen Kostensteigerung wird zudem erwartet, dass sich der Finanzbedarf in den kommenden Jahren weiter erhöht.

Die durch die Gebührenerhöhung entstehenden Mehreinnahmen schätzt die Stadt auf ca. 100.000 Euro jährlich. Dieser Betrag wurde zum Haushalt 2023/2024 angemeldet.

Bender & Bender Immobilien Gruppe

Haben Sie eine Immobilie für unsere Käufer?

Wachtberg Kleine 3-köpfige Familie sucht ein EFH mit Garten, Wfl. ab 120 m², Garage oder Stellplatz, idealerweise in einer ruhigen Wohnstraße. Preis: offen	Hardtberg Für ein Ehepaar suchen wir eine moderne Eigentumswohnung als Altersruhesitz mit mind. 3 Zimmern, Terrasse oder großen Balkon. Preis bis ca. 430.000,- €
Diskreter Verkauf Auf Wunsch vermarkten wir Ihre Immobilie unter Ausschluss der Öffentlichkeit - privat, vertraulich und diskret. Rufen Sie uns an - wir beraten Sie gerne unverbindlich!	Bonn-Beuel Für eine solvente Familie suchen wir ein Eigenheim mit Gartenanteil, WFL. ca. 110-150 m², 4 Zimmer, Grundstück ab ca. 200 m². Preis bis ca. 640.000,- €

www.bender-immobilien.de • 0 22 8 / 92 68 71 91

Immobilien SCHWARZ

Wir feiern 15 Jahre Immobilien Schwarz und schenken Ihnen 15 % der Provision für die Vermietung Ihrer Immobilie.

Sie suchen einen Mieter, der zu Ihnen und Ihrer Immobilie passt? Sprechen Sie uns an, wir besitzen langjährige Erfahrung bei der Vermietung von Immobilien und unterstützen Sie gerne.

Dieses Angebot ist gültig bis 31.12.2022.

Immobilien Schwarz GmbH, Magdalenenstr. 48, 53121 Bonn, Tel.: 0228 / 96 29 99 00
info@immobilien-schwarz-bonn.de, www.immobilien-schwarz-bonn.de

ELGEMA RUNDUM-SERVICE

LIEFERUNG • MONTAGE • ANSCHLUSS • EINWEISUNG • ENTSORGUNG



LIEFERUNG • MONTAGE • ANSCHLUSS • EINWEISUNG • ENTSORGUNG

Miele **LEIBER** **AEG** **SIEMENS** **berbel** **BOSCH** **Panasonic** **smeg**
UND VIELES MEHR...

LIEFERUNG, ANSCHLUSS, ENTSORGUNG - **OHNE AUFPREIS**



02222/82060

Gartenstraße 51, 53332 Bornheim

MO-FR: 09:00 - 18:00 UHR
SA: 10:00 - 15:00 UHR

www.elgema.com



Endenicher Straße wird stimmungsvolle Flaniermeile

10. Martinsmarkt in Endenich am 5. und 6. November

Endenich. Bummeln, Schauen, Kaufen, Genießen, das alles ist wieder möglich beim diesjährigen Endenicher Martinsmarkt. Die Veranstaltung ist längst eine Endenicher Institution und eine echte Traditionsveranstaltung, findet sie doch in diesem Jahr bereits zum 10. Mal statt. Und die hat nichts von ihrer Anziehungskraft verloren, im Gegenteil, die Zahl der Anbieter steigt von Jahr zu Jahr. Zwischen Pastoratsgasse und Frongasse, werden auf einer Länge von 250 Metern rund 70 Marktstände von anliegenden Geschäften und externen Anbietern, allerhand Nützliches, Schönes und Dekoratives präsentieren. Neben Endenicher Geschäftsleuten zeigen auch Händler, Künstler und Kunsthandwerker ihr hochwertiges Angebot, darunter auch etliche Anbieter, die zum ersten Mal hier mit dabei sind. Es reicht von Handtaschen, Strickwaren, Schmuck, Naurkosmetik bis hin



Hier duftet es himmlisch: Seifenstand beim Martinsmarkt

Diese putzige Eisenbahn wird auf dem Martinsmarkt ihre Runden drehen

zu Puppen und modischen Accessoires. Besonders verführerisch präsentiert sich das Angebot an kulinarischen Spezialitäten. Feinste Schokoladen, edler Honig und Kaffeespezialitäten repräsentieren den süßen Bereich, während Senfspezialitäten, geräucherter Fisch und Suppen den eher herzhaften Genuss versprechen. Selbst zu kochen

braucht an diesen Tagen kein Besucher selbst, es gibt eine tolle Auswahl an „Essen to go“ in internationaler Vielfalt. Neben rheinischen Spezialitäten wie Reibekuchen versprechen Produkte aus der thailändischen, afrikanischen und polnischen Küche ganz neue aufregende Geschmackserlebnisse. Attraktive Gewinne warten beim traditionellen Stand der Trini-Kids



Belebte Straßen beim Endenicher Martinsmarkt.



Hier finden sich viele schöne Geschenkideen

MARTINSMARKT BONN-ENDENICH



Das Orga-Team rund um Martina Werner (3.v.h.) und Oliver Ziegler (r.v.r.)



Höhepunkt des Martinsmarkts: Sankt Martin reitet durch Endenich. Fotos CSH

mit „Knack die Nuss“. Beim Entenangeln und Dosenwerfen können die Kids ihre Geschicklichkeit unter Beweis stellen, auf einem Karussell und einer nostalgischen Eisenbahn

können sie Runden drehen. Obligatorisch wird natürlich der Besuch von Sankt Martin. Hoch

zu Ross wird er durch die Fußgängerzone reiten und Wecken verteilen CSH

Tabakbörse Werner - hier trifft man sich



(Mit-)Organisatorin des Endenicher Martinsmarktes: Martina Werner von der Tabakbörse Werner. Foto CSH

Endenich. Es gibt Geschäfte, dahin geht man nicht nur zum Einkaufen, sie sind Orte der Begegnung. Dazu gehört in Endenich zweifellos die Tabakbörse Werner. Viele Endenicher führt ihr erster Weg frühmorgens hierhin: Tageszeitung kaufen, den Zigarettenvorrat auffüllen, ein erster Plausch am Morgen. Ab 6.30 Uhr ist bereits geöffnet. Etwas später wird es trubelig: Schulkinder stürmen den Laden, umlagern den gut gefüllten Süßigkeitenstand, prüfen ihr Taschengeld, ob es für die Leckereien reicht. Seit mehr als 20 Jahren betreiben Martina und Mike Werner ihr Geschäft auf der Endenicher

Straße und sind damit dicht dran an den Menschen im Stadtteil. Ihr Angebot ist klassisch: interessierte Leser finden ein großes Angebot an Tageszeitungen sowie Magazinen und Zeitschriften. Sehr groß ist auch die Auswahl an Tabakwaren wie Zigarettentabak, Pfeifentabak, Zigarren, Zigarillos, Feuerzeuge und Zigaretten. Voll im Trend sind E-Zigaretten. Zu allem gibt es eine qualifizierte Beratung. Ein umfangreiches Sortiment an Schreibwaren bietet (fast) alles für Büro oder Schule. Dazu gehören Hefte, Blöcke, Ordner, Organisationshilfsmittel, Schreibgeräte und Schreibutensilien,

Post- und Grußkarten, Verpackungsmaterialien, Klebmittel und vieles mehr. Auch wer ein Mitbringsel für Geburtstage und Freunde sucht, wird hier fündig. Es gibt eine Auswahl an Geschenkartikeln und Accessoires, die passende Glückwunschkarte findet sich ebenso wie bunte Folienballons mit Jahreszahlen oder netten Wünschen. So mancher dürfte hier auch schon der Glücksfee begegnet sein. Als Annahmestelle von WestLotto gibt es hier alle von der WestLotto angebotenen legalen, staatlich konzessionierten Glücksspiele wie z.B. Lotto, Eurojackpot, Glücksspirale, Keno, Toto, Oddsett-Wetten, Rubbellose, Sonderaus-

losungen und Zusatzlotterien. Ein umfangreiches Sortiment an Schreibwaren bietet (fast) alles für Büro oder Schule. Dazu gehören Hefte, Blöcke, Ordner, Organisationshilfsmittel, Schreibgeräte und Schreibutensilien, Post- und Grußkarten, Verpackungsmaterialien, Klebmittel und vieles mehr. Wer etwas per Paket zu versenden hat, kann sie im hier ansässigen Pickup-Shop von DPD und GLS ganz einfach und bequem aufgeben. Was immer man zu erledigen hat, eins gehört stets dazu: für ein kleines Schwätzchen und den Austausch von Neuigkeiten ist hier immer Zeit. CSH

TABAK-BÖRSE

Inh. Mike Werner

LOTTO

ODDSET

Lotto, Toto, Oddset,
Tabak- und Schreibwaren, Zeitschriften,
DPD Shop, Geschenkartikel,
Folienballons und mehr !!!

Endenicher Straße 317 • 53121 Bonn

Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 6:30-18:30 Uhr, Sa. 6:30-14:00 Uhr

OPTIC Himmrich - Experten für individuelles Sehen

Oft scheint die neue Brille nur einen Mausklick entfernt - kurz die Messwerte vom letzten Sehtest eingetragen, Brillenmodell ausgewählt und wenige Tage später liegt die fertige Brille im Postkasten. Klingt sehr einfach und bequem. Doch lässt sich das Seherlebnis mit einer individuell angepassten Brille vergleichen? Und wo liegen eigentlich die Vorteile, die eine Beratung und Vermessung bei OPTIC Himmrich bieten?

Der (gar nicht so) große Schritt zur Gleitsichtbrille - Zufriedenheit beim Rodenstock Optiker Himmrich garantiert

Ab etwa 45 Jahren wird das Sehen in der Nähe immer schwieriger - viele greifen zur

Lesebrille. Doch um eine Brille zu haben, die den ganzen Tag auf der Nase bleiben kann, kommt man um eine Gleitsichtbrille nicht herum. Viele Fehlsichtige schieben den Schritt lange hinaus, weil sie sich vor „Horrorstories“ aus dem Bekanntenkreis fürchten. Gewöhnungsschwierigkeiten, Schwindel, etc. kommen meist nur vor, wenn die Brille nicht richtig vom Optiker angepasst ist. Sollte es trotzdem Probleme geben, haben Sie bei Rodenstock Optikern eine Zufriedenheitsgarantie. Das bedeutet: Sollten Kunden innerhalb der ersten 6 Monate nicht zufrieden sein, ersetzt Rodenstock die Brillengläser durch ein anderes Produkt mit denselben Korrektionswerten.



Experten für individuell bestes Sehen:
das Team von Optic Himmrich

Martinsmarkt-Aktion vom 03. bis 08.11.22:

20% auf Brillenfassungen und Gläser*

* nicht mit anderen Aktionen kombinierbar.

ENTDECKEN SIE IHR VOLLES SEHPOTENZIAL

RODENSTOCK
Well jedes Auge einzigartig ist

optic himmrich
"das Original"

"Fronhofer Galeria", 53177 Bonn
Paul-Langen-Str. 46, 53229 Bonn
Endenicher Str. 329, 53121 Bonn
Clemens-August-Str. 51, 53115 Bonn
Mittelstr. 4, 53175 Bonn
Mainzer Str. 188-190, 53179 Bonn
Reichsstr. 53, 53125 Bonn
Posthof 3, 53783 Eitorf
Kaiserstr. 32a, 51545 Waldbröl

Identifikation des individuellen Sehprofils

Sitzen Sie viel am PC? Gehen Sie gern Mountainbiken? Fahren Sie viel Auto? All diese Fragen würde man nicht beim Brillenkauf erwarten - doch diese Informationen helfen uns, Sie optimal zu beraten. Für jedes Sehbedürfnis gibt es spezielle Brillen, die je nach Sehprofil angepasst werden können. Eine solche Beratung und individuelle Einschätzung bekommen Kunden nur beim Experten vor Ort.

Style-Beratung vor Ort - große Auswahl an Brillen

Je nach Gesichtsform und persönlichem Stil ist der Weg zum Wunschgestell manchmal gar nicht so einfach. Wir haben eine große Auswahl an Brillen, die direkt anprobiert werden können - oft sogar in verschiedenen Größen. Eine fachlich fundierte Beratung zum Sitz der Brille hilft, das Wunschmodell zu finden, das auch noch bequem zu tragen ist.

Info: OPTIC Himmrich

Optic Himmrich ist in Bonn, Plittersdorf und Mehlem - nach der Übernahme von zwei weiteren Filialen im vergangenen Jahr - jetzt 7 Mal vertreten und überzeugt mit Kompetenz, Qualität und Kundenservice. Das Team um Augenoptikermeisterin Marion Himmrich und Augenoptikermeister und Optometrist Lukas Himmrich bietet seinen Kunden engagierten Service rund um die Brille: von der ausführlichen Sehstärkenbestimmung über fachkundige Beratung bis hin zu einer breiten Auswahl an trendigen Brillenfassungen und modernsten Brillengläsern. Dabei setzt Optic Himmrich auf hohe Qualität und langfristige Kundenzufriedenheit: Sie überzeugen mit präziser handwerklicher Arbeit und erstklassigen Markenprodukten von Rodenstock.

CSH

MARTINSMARKT **BONN-ENDENICH**

Die Familienmetzgerei

Metzgerei Schmitz bietet seit mehr als 130 Jahren höchste Qualität

Endenich. Familiengeführte Unternehmen sind in unserer schnelllebigen Zeit eine Seltenheit geworden. In der Endenicher Metzgerei Schmitz blickt man daher mit Stolz auf eine mehr als 130-jährige Tradition. Gegründet wurde sie im Jahr 1891 durch Matthias Josef Schmitz. Ihm folgte sein jüngster Sohn Theodor Schmitz, der das Geschäft 1974 weitergab an seinen Sohn Matthias Schmitz. Ihm folgte dessen Sohn Metzgermeister Ludger Schmitz. Seit 2017 führt er gemeinsam mit Tochter Katharina, einer ausgebildeten Verkaufsleiterin und Metzgermeisterin, als GbR den Traditionsbetrieb. Damals wie heute ist Individualität das Ziel. Überlieferte Rezepte aus 4 Generationen werden gepflegt und weiterentwickelt. Moderne Herstellungsmethoden und Techniken verbinden sich mit dem Bewusstsein für traditionelle Handwerkskunst.

Hier erhält man im wahrsten Sinne des Wortes „Hausgemachtes“. Der größte Teil der Waren wird noch selbst produziert. Qualität ist keine Floskel, sondern Überzeugung. So ergibt sich bei Fleisch- und Wurstwaren eine fein abgestimmte Mischung aus Bodenständigkeit und Probiervfreude, Tradition und Innovation. Qualität eben, die man schmeckt. Das Fleisch stammt



So präsentiert sich die Metzgerei Schmitz heute nach Umbau und Modernisierung

überwiegend von Bauernhöfen aus der Region Artgerechte Haltung und kurze Transportwege schon die Tiere und garantiert absolute Frische.

Wurstwaren, Schinken und Konserven des Traditionshauses wurden mehrfach von Fachjurs prämiert. So erhielt es z.B. als eine von zwei Metzgereien des Landes

den Preis „Meister.Werk NRW.“ Diese Auszeichnung wird als Ehrenpreis des Landes an herausragende Betriebe des Lebensmittelhandwerks verliehen, die sich auch gesellschaftlichen Anforderungen stellen und regional verankert sind. Gewürdigt werden damit Unternehmen, die selbst produzieren und alte Rezepte

pflegen ohne sich neuen Produktionstechniken und Herstellungsweisen zu verschließen „Diese Metzgerei gehört zu den besten in Deutschland“ urteilte auch die Zeitschrift „Feinschmecker“. Ein Urteil, dem sich viele zufriedene Kunden anschließen. CSH



Die Metzgerei Schmitz im Jahr 1908

Herzlich Willkommen –
Im Herzen von
Bonn-Endenich!

Metzgerei
Schmitz

Endenicher Straße 327 • 53121 Bonn
Telefon 0228-62 14 79 • Telefax 0228-62 70 75
info@metzgereischmitz.de • www.metzgereischmitz.de

Unser Angebot zum Martinsmarkt:

- Spanferkel • Schwenksteaks • Rostbratwürstchen
- Currywurst • Reibekuchen

Tombola zugunsten des Theaters Haus der Springmaus

Das Bonner Theater Haus der Springmaus e.V. besteht nun schon fast 40 Jahre. Auch nach den schwierigen Situationen rund um die COVID-19-Pandemie

der letzten beiden Jahre kämpft das Theater weiter um das Überleben. Aus diesem Grund veranstaltet der Förderverein „Verein der

Freunde und Förderer des Theaters Haus der Springmaus e.V.“ eine Tombola zur Unterstützung des Theaters. Lose zum Preis von je 5 Euro erhalten Sie bis zum

23. Dezember im Haus der Springmaus über den Ticketshop (0228-79 80 81) und am Einlass. Weitere Infos unter: www.springmaus-theater.de

Anzeige

Konzerte Rock Times Production November

Im November veranstaltet Rock Times Production 7 tolle Konzerte. (Nr. 8 Guido Horn ist ausverkauft)

Los geht es mit unserer sensationellen **METALLICA** Tribute Band **MYTALLICA**. Am 4.11. rocken sie die Bonner Harmonie, es gibt alle Hits zu hören von „Enter Sandman“, über „Master Of Puppets“ bis hin zu „Words Of Mouth“. Direkt am nächsten Tag den 5.11.(auch Harmonie) kommt U 2 bzw. ihre beste Tribute Band **ACHTUNG BABY**. Die 4 Musiker um den charismatischen Bono look a like Michael van den Weg bieten alle tolle Lieder wie „Sunday Bloody Sunday“, „New Years Day“ oder One“. Am 6.11. regiert der Blues in der Harmonie, die beste Bonner Blues Band Bill Baum und seine **BLUESBENDRES** kommen zum alljährlichen Konzert. Sie bringen wie immer einen interessanten Special Guest mit, diesmal den Amerikaner Greg Copeland ein Buddy von **BIG DADDY WILSON**. Er wird 30 M. von den BB begleitet seine neue CD vorstellen. Die BB bringen wie immer Blues



Klassiker+eigene Songs. Einer der Höhepunkte des Jahres ist das Festival „Nacht Der Gitarren“ am 9.11. in der Harmonie, wo 4 Akustiker ihre Fähigkeiten am Instrument zeigen. Diesmal am Start: Urgestein Lulu Reinhardt-Gypsy Swing, Thu Lee-Klassik, Luca Stricagnoli-Klassik und Rock/Pop mal anders, Alex Whittingham-Klassik, Jazz. **IRON MAIDEN** in der Harmonie? Das sind die **KILLERZ** 18.11., die 5 Musiker (u.a. auch bei **QUEEN KINGS**, **JUDAS RISING** aktiv) haben den Sound der englischen Supergroup perfekt in Petto, speziell ihr Dickinson am Gesang Markus Brandt. Diesmal wird u.a. das komplette „Number Of The Beast“ (1982) Album zelebriert. **PSYCHO SEXY** die **RED HOT CHILI PEPPERS** Tribute Band

holt hier ihren Gig vom September nach. (21.11. Harmonie) Die 4 Musiker aus NRW gelten als eine der besten **CHILLI PEPPERS** Tributes, natürlich gibt es alle ihre tollen Songs wie „Californication“, „Give It Away“ oder „Under The Bridge“ zu hören. **HEART+ SOULS BLUES BROTHERS SHOW** ist legendär und 2022 folgt nach 2019 ihr tolles „Weihnachts-konzert“ am 26.11. zum zweiten Mal in der Rheinhalle Hersel. Hier können die 12 Musiker auf einer großen Bühne all die tollen Stücke wie „Sweet Home Chicago“ oder „Rawhide“ performen und als Special gibt es Lieder von Aretha Franklin/James Brown und einen „Christmas“ Block. Eine Show für die ganze Familie!

www.rtp-bonn.de

<p>MYTALLICA Tribute To METALLICA 4.11. Beginn: 20 Uhr</p> <p>ACHTUNG BABY A Tribute To U2 5.11. Beginn: 20 Uhr</p> <p>BAUM'S BLUESBENDERS + Guest: Greg Copeland 6.11. Beginn: 19 Uhr</p>	<p>Nacht der Gitarren LULO REINHARDT THU LE LUCA STRICAGNOLI ALEXANDRA WHITTINGHAM 9.11. Beginn: 19:30 Uhr</p> <p>KILLERZ "Tribute To IRON MAIDEN" 18.11. Beginn: 20 Uhr</p> <p>PSYCHO SEXY Tribute To RED HOT CHILI PEPPERS 21.11. Beginn: 20 Uhr</p>
--	--

Alle Bonn-HARMONIE

<p>HEART+SOUL BLUES BROTHERS SHOW Feat.: ARETHA FRANKLIN & JAMES BROWN Tribute 26.11. Beginn: 20 Uhr Bornheim Hersel RHEINHALLE</p>	<p>Bestuhlt Christmas Show XXL</p>
--	---

VORSCHAU DEZEMBER 2022:
 3.12. DIE TOTEN ARZTE, BN-HARMONIE
 7.12. BJÖRN HEUSER, BN-HARMONIE
 11.12. STEFAN JÜRGENS, BN-HARMONIE
 9.12. Die IRRLICHTER Weihnachtsshow, BN-TRINITATSKIRCHE



Fortsetzung der Titelseite

Weihnachtskonzerte der Ingelheimer Konfettis

Leiter eigens für ihre Bedürfnisse arrangiert. Die jeweiligen Solisten werden durch abwechslungsreiche Chorstimmen ergänzt und durch die eigene Musikcombo komplettiert. So entsteht der einzigartige Konfetti-Sound, der es versteht das Publikum musikalisch mitzureißen.

Die Ingelheimer Konfettis bestehen aus zehn Sängerinnen und Sängern sowie vier Musikern (Klavier, Bass, Schlagzeug, Keyboard) und blicken bereits auf ein über 50jähriges

Bestehen zurück. Zwar wechselte die Besetzung im Laufe der Jahre, doch blieb die Gruppe immer ihren Wurzeln treu und versteht es exzellent, ihr Publikum zu begeistern. Seit Jahren sind die Konfettis weit über die Grenzen ihrer Heimatstadt Ingelheim am Rhein bekannt.

Auch im Bonner Raum, und nicht nur in der Pfalz, haben die „Ingelheimer Konfettis“ mit zehn Sängerinnen und Sängern sowie Begleitcombo inzwischen einen sehr guten Ruf. Das gilt z. B. für

den Himmeroder Hof in Rheinbach als auch für den Hardtberg.

In den Vorjahren war die Nachfrage für ihr Weihnachtskonzert im Kulturzentrum so groß, dass am gleichen Tage um 18 Uhr ein zweites Konzert angeboten wurde. Beide Konzerte endeten mit Standing Ovations und mehreren Zugaben. Die „Ingelheimer Konfettis“ spannen in ihrem Programm einen bunten Bogen von der Oper über Musical, Schlager bis zu international bekannten Weihnachtslieder.

In diesem Jahr finden die beliebten Weihnachtskonzerte

der Ingelheimer Konfettis am **Sonntag, 27. November**, einmal um **14 Uhr** und einmal um **17.30 Uhr** (Einlass jeweils 30 Minuten vorher) im Kulturzentrum Hardtberg statt.

Der Kartenverkauf erfolgt am Samstag, 29. Oktober, in der Zeit von 14.30 bis 16.30 Uhr, im Kulturzentrum Rochusstraße 276. Soweit danach noch Karten vorhanden sind, erfolgt der Kartenverkauf ab 2. November in „Anja's Teestübchen“, Rochusstraße 216 sowie an der Kasse vor Beginn des Konzerts. CSH

Stadtverwaltung warnt vor unseriösen Kanalfirmen

Derzeit sind im Bonner Stadtgebiet **unseriöse Kanalfirmen unterwegs, die unaufgefordert an Haustüren klingeln und mit Falschbehauptungen Sanierungen von Hausanschlüssen verkaufen.**

Hierzu sind in den vergangenen Tagen mehrere Hinweise beim Tiefbauamt der Stadt Bonn eingegangen. Demnach bieten die unseriösen Kanalfirmen zunächst eine Untersuchung der Hausanschlussleitung an. Anschließend wird behauptet, die Stadt Bonn verhängt Strafen, wenn die Anschlussleitung nicht geprüft

und saniert werde.

Diese Behauptung trifft nicht zu. Für Hauseigentümer besteht keine Pflicht, ihre Anschlüsse prüfen zu lassen, stellt die Stadtverwaltung klar.

Die Stadt rät allen Betroffenen, die Personen abzuweisen. Hauseigentümer/innen können sich, wenn sie unsicher sind, an die Beratungsstelle Grundstücksentwässerung des Tiefbauamtes, Telefon 0228 - 77 41 34 und 77 41 43, wenden. Außerdem kann die örtliche Polizeidienststelle informiert werden.

Town & Country HAUS **W.U.B. GmbH**
Town & Country Lizenz-Partner



Eigenheim statt Miete - und es geht doch!

Sie können sich die hohen Energiekosten in der Mietwohnung zwar leisten, aber Sie ärgern sich täglich darüber. Investieren Sie lieber in Ihr neues Eigenheim, als in die Energieversorger.

Niedrige Energiekosten im energiesparenden TC-Haus fangen die höhere Rate fast auf.

☎ 02241 / 95809 - 13

Jetzt informieren

www.SicherInsHaus.de



HAUSTÜREN VOM PROFI!



SCHÜCO
Partner

über 45 Jahre Erfahrung!

Einbruchhemmende und energiesparende Türen und Fenster vom Meisterbetrieb.

Sprechen Sie uns an oder besuchen Sie unsere Ausstellung.

Wir beraten Sie gerne!

Ingenieurbetrieb
Eichwald
Metallbau

53757 Sankt Augustin - Am Siemansbach 2-4
www.metallbau-eichwald.de

✉ info@metallbau-eichwald.de

☎ Telefon: 02241-3979 80

Friedhöfe werden für die Gedenktage hergerichtet

Auf den Friedhöfen herrscht aktuell die geschäftigste Zeit des Jahres: Die Mitarbeitenden des Amtes für Umwelt und Stadtgrün richten die 40 städtischen Anlagen mit ihren rund 105.000 Grabstellen für Allerheiligen und die Totengedenktage im November her. Für besonders viele Angehörige sind die Gedenktage Anlass für einen Friedhofsbesuch, außerdem finden vor Ort verschiedene Gedenkveranstaltungen statt. Bis zu 100 städtische Mitarbeitende säubern derzeit die Anlagen, pflegen 32 Hektar Wege, schneiden die Hecken, entfernen das Laub und mähen knapp 20 Hektar Rasen und Wiesen.

Außerdem werden alle Bänke und Abfallkörbe überprüft. An Allerheiligen werden auf dem Nord- und dem Südfriedhof zahlreiche Wachsschalen aufgestellt, welche die Hauptachse der beiden Friedhöfe bei einsetzender Dämmerung in stimmungsvolles Licht tauchen. Zur Gedenkveranstaltung für die Opfer von Krieg und Gewaltherrschaft am Volkstrauertag, Sonntag, 13. November, wird die Ehrenanlage auf dem Nordfriedhof mit Feuerschalen geschmückt und hergerichtet. Für Grabpflegearbeiten auf dem Alten Friedhof ist das sonst verschlossene Tor an der Thomastraße am Samstag,

29. Oktober, in der Zeit von 9 bis 13 Uhr für Besucher/innen geöffnet. Montags bis donnerstags zwischen 8 und 15.30 Uhr sowie freitags von 8 bis 12 Uhr sind Friedhofsmitarbeitende vor Ort und telefonisch unter 0160 - 90 64 17 00 erreichbar, so dass das Tor ebenfalls bei Bedarf geöffnet werden kann. Aufgrund der aktuellen Vandalismusfälle in der Rochusstraße in Duisdorf wird der Alte Friedhof Duisdorf in der Halloween-Nacht vom 31. Oktober auf 1. November verschlossen. An Allerheiligen sind die beiden Friedhofstore zur Rochusstraße ab spätestens 9 Uhr wieder geöffnet.

Friedhofsabfälle werden auf den Bonner Friedhöfen getrennt gesammelt. Die Friedhofsbesucher*innen werden gebeten, die Friedhofsabfälle in Restmüll und Grünabfälle zu trennen. Kränze und Gestecke sind aufgrund des hohen Kunststoffanteils in den Restmüllbehältern zu entsorgen. Für Fragen bezüglich der Pflegearbeiten steht das Amt für Umwelt und Stadtgrün telefonisch unter 0228 - 77 42 56 zur Verfügung. Fragen zu einzelnen Grabstätten, zum Beispiel zu Nutzungsrechten und deren Ablauf, beantwortet die Friedhofsverwaltung unter bestattungswesen@bonn.de.

Ausstellung „Mensch? Mensch!“ im Kulturzentrum

Hardtberg. Im Kulturzentrum Hardtberg ist zur Zeit die Ausstellung: Ausstellung „Mensch? Mensch!“ zu sehen. Für diese Ausstellung haben sich Britta Contzen (Fotografie), Brendan Martin (Malerei und Zeichnungen) und Norbert Göring (Bronze- und

Holzobjekte) zusammengetan. Auf unterschiedliche Art interpretieren sie den Menschen als Ganzes, sein Sein, sein Schaffen, seine Beziehungen: Britta Contzen will mit ihrer Kamera den Blick der Betrachterin und des Betrachters auf den Zauber des Nebensäch-

lichen lenken. Brendan Martin zeigt mit seinen Gemälden und Zeichnungen die Gemeinsamkeiten, auf die wir uns alle als Menschen berufen. Norbert Göring fertigt seine Objekte vorwiegend in Bronze, manchmal schlägt er sie aus dem Holz. Neben dem gestalterischen

Moment ist ihm das handwerkliche Schaffen wichtig. Die Ausstellung ist bis 6. November während der öffentlichen Veranstaltungen zu besichtigen. Der Eintritt ist frei. Es gelten die aktuellen Corona-Regeln. CSH

**Nie mehr Schimmel.
Nie mehr nasse Wände.**

Selbst bei Druck- und Stauwasser

- **Gesund Abdichten von innen**
- **60% günstiger als Ausbaggern**
- **Kostenlose Analyse & Angebot**

Tel.: 0224 | 26 15 980

www.drefit.de
Ingenieurbüro DreFit Eu UG
(haftungsbeschränkt)

Ingenieurbüro DreFit

30 Jahre Garantie

30 Jahre Garantie auf die Wirkungsweise der Abdichtungsprodukte
„Die Druckwasserprofis“

Veranstaltungen des Nachbarschaftszentrum

Das Nachbarschaftszentrum möchte auf folgende Veranstaltungen hinweisen:
Dienstag, 25. Oktober, von 10 bis 12 Uhr Gemeinsam frühstücken in gemütlicher Runde. Dabei mit den Nachbar/innen ins Gespräch kommen, sich kennenlernen und wiedertreffen. Kosten: 5 Euro
Noch Plätze frei sind beim Kurs Ganzheitliches Gehirntaining, der am 27. Oktober bis 15. Dezember jeden Donnerstag von 9.45 bis 10.45 Uhr stattfindet. Kosten: 120 Euro
Nähere Informationen und Anmeldung für beide Veranstaltungen bitte im Nachbarschaftszentrum, Tel.: 0228/298096 oder per Email: nachbarschaftszentrum.brueserberg@dw-bonn.de.

Achtsam in den Tag starten..., z.B. mit einer kleinen Meditation
Möglichkeiten für eine kleine Auszeit kennenlernen, können Sie vom 28. Oktober bis 16. Dezember, jeden Freitag von 9.15 bis 10.15 Uhr. Der Kurs kostet 135 Euro und umfasst neun Termine.
Hier bitte Anmeldung: Tel.: 0160/96337788, info@ines-lennart.de, www.ines-lennart.de
Für alle Veranstaltungen in den Räumen des Nachbarschaftszentrums gilt: wer seine FFP2-Maske am Platz ablegen möchte, muss einen negativen Corona-Test vorlegen, der jedoch vom Diakonischen Werks gestellt wird, falls kein eigener vorhanden ist.

MARKISENHERBST 2022 MIT VORTEILSPREISEN

Ihr Vorteil:
Vor der Preisanpassung 2023
jetzt noch unsere günstigen
aktuellen Preise sichern!

Anrufen & Termin vereinbaren
0228 - 46 69 89

TRADITIONELL
INDIVIDUELL
INNOVATIV

70 JAHRE
FAMOUS
MARKISENMANIFAKTUR

FRANZ AACHEN
ZELTE UND PLANEN GMBH

MARKISEN UND MARKISENTÜCHER, WINTERGARTEN-
BESCHATTUNGEN, GLASDÄCHER, TEXTILE KONFEKTION

Röhlfeldstr. 27 · 53227 Bonn-Beuel, BAB 59 Abf. Pützchen
Mo.-Fr. 8-17 Uhr, Sa. 9-13 Uhr · www.franz-aachen.com

Fragen zur Verteilung?

HERR FALK
mail@regio-pressevertrieb.de

www.regio-pressevertrieb.de

REGIO PRESSE VERTRIEB GmbH
Die Zeitungszeitungsgesellschaft der RAUTENBERG MEDIA KG

• nützlich • zielgerichtet • lokal

Langsamer – Ruhiger – Bewusster Leben – Innere Stabilität und Sicherheit

Das neue Statussymbol einer achtsamen Gesellschaft während und nach Corona und den aktuellen Krisen!



Starten Sie jetzt ihren Weg in eine neue und erfüllende berufliche Zukunft!

Werden sie Therapeut/-in für mentales Training, Entspannungs- und Gesundheitslehre

Gerade jetzt in den Zeiten von Corona und gefühlten Bedrohungen durch Krieg und Inflation, sind die Menschen kollektiv von Ängsten, Sorgen und geistiger Erschöpfung geprägt. Die Zukunft wird Menschen brauchen, die Andere darin unterstützen sowohl die Körperliche wie auch die Geistigen und mentalen Kräfte zu aktivieren und somit wieder zu innerem Frieden und Angstfreiheit zu kommen. Da unser Körper aus reiner Energie und Bewusstsein besteht, ist es wichtig den Menschen eine neue Sichtweise über Gesundheit und Wohlbefinden zu vermitteln.

Es wird eine Zeit nach Corona und den Krisen geben und es zeichnet sich schon jetzt ab, dass es neue Berufsfelder geben wird, die mehr Empathie und Menschlichkeit benötigen. Diese Felder werden besonders stark im mentalen Gesundheitsbereich sein, den mittlerweile ist es nachgewiesen, dass unser Denken und unsere Einstellungen die wir im Leben haben mehr Einfluss auf unsere Gesundheit und unser Leben haben als wir es je für möglich halten.

Die Ausbildung richtet sich an alle Menschen, die ein neues zukunftsorientiertes Berufsfeld suchen und

ein Konzept erlernen wollen, welches Stress und Ängste abbaut, das Wohlbefinden steigert und den inneren Frieden stärkt.

Die Ausbildung dauert 10 Monate und findet in Hennef, jeweils an einem Wochenende im Monat statt.

Start der Ausbildung:
20./21 Mai 2023.

Sie beinhaltet verschiedene Themen, wie z. B. Grundlagen des mentalen Trainings, Organ- und Energietherapie, Einführung in die Körperanatomie, Achtsamkeits-Entspannungs- und Meditationstechniken, PMR (Progressive Muskelrelaxation), Trance- und Fantasiereisen, Stressbewältigung, Energiemassagetechniken, therapeutische Kommunikation,

NLP, Bewusstseinsförderung, Reflexion sowie das Vermitteln von Seminartechniken und den Aufbau von Kursen

Das Konzept wurde entwickelt von Uwe Trevisan (Autor, Therapeut für mentales Training, Coach, Konflikt- und Deeskalationstrainer mit 25 Jahren Berufserfahrung und Weiterbildung in Kinesiologie, Bewegungslehre und Meditation).

Er arbeitet seit 25 Jahren mit Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen an Schulen, Familienbildungswerken und leitet Seminare und Ausbildungen in den Bereichen Meditation und Entspannung, gewaltfreie Kommunikation, Selbstbewusstsein, mentales Training und Persönlichkeitsentwicklung.

Sie wollen mehr erfahren? Lassen Sie sich kostenlos beraten oder Reservieren Sie sich jetzt einen der begrenzten Plätze, zum unterhaltsamen Informationsseminar mit Uwe Trevisan, da die Teilnehmerzahl aufgrund der Sitzplätze zum Infonachmittag begrenzt ist!

Kostenloser Infonachmittag:
So 20. November 2022 von 14:00 bis 16:00 Uhr

Ausbildung zum/r Therapeut/-in für mentales Training, Entspannungs- und Gesundheitslehre

Kostenloser Infonachmittag zur Ausbildung:
So. 20. November 2022 von 14:00-16:00 Uhr

Ort:

Euro Park Hotel, Reutherstraße 1c, 53773 Hennef

Anmeldung unter:

Telefon 0 26 83 - 99 99 777 oder
trevisan@safety-energetics.de

www.safety-energetics.de

Lebensglück / innerer Frieden
selbstbestimmt leben

Seminare / Ausbildung / Coaching





Sicherheitscheck zum Tag des Einbruchschutzes

Polizeiliche Kriminalstatistik: Sicherungsmaßnahmen lohnen sich

Pünktlich zur Umstellung auf die Winterzeit begeht Deutschland den „Tag des Einbruchschutzes“. Rund um diesen Termin, der 2022 auf den 30. Oktober fällt, machen Polizei und Sicherheitsanbieter auf die nach wie vor hohe Einbruchgefahr in private Häuser und Wohnungen aufmerksam. Zwar verzeichnet die bundesweite Polizeiliche Kriminalstatistik für 2021 einen deutlichen Rückgang bei Wohnungseinbrüchen. Grund zur Entwarnung ist dennoch nicht unbedingt vorhanden. Denn „ein Grund für die gesunkenen Zahlen dürfte die Corona-Pandemie sein, in deren Folge mehr Menschen auch tagsüber zu Hause waren“, gibt Alexander Balle zu bedenken, der als Sicherheitsexperte bei Telenot, einem vielfach ausgezeichneten Hersteller elektronischer Sicherheitstechnik, arbeitet. Tatgelegen-

heiten durch Abwesenheit der Bewohner ergaben sich dadurch deutlich seltener.

Sicherheitstechnik und umsichtiges Verhalten schützen

Ein auffälliges Ergebnis der Statistik ist, dass fast 50 Prozent der Einbruchsversuche scheitern und im Versuchsstadium stecken bleiben. Daraus lässt sich schlussfolgern, dass sich richtiges Verhalten, aufmerksame Nachbarn und nicht zuletzt die intelligente Sicherheitstechnik, zum Beispiel Alarm- und Überwachungsanlagen, auszahlen. Die Planung elektronischer Sicherungssysteme sollte in die Hände erfahrener Fachbetriebe für Sicherheitstechnik wie den Autorisierten Telenot-Stützpunkten gelegt werden. Die Fachleute können in einem Sicherheitscheck die Schwachpunkte an Türen, Fenstern oder Nebeneingängen im

Gebäude ermitteln. Unter www.telenot.de gibt es dazu weitere Infos sowie eine deutschlandweite Fachbetriebssuche.

Sparen mit maßgeschneiderten Systemen und Zertifizierung

Der Check bietet eine gute Basis für die Entwicklung eines Sicherungskonzepts, das dem Gebäude und den Sicherheitsbedürfnissen seiner Bewohner gerecht wird. Zudem können durch die intelligente Vernetzung der Sensorik aus der Sicherheitstechnik mit Heizung und Licht positive Effekte zur Einsparung von Energie- und Heizkosten erzielt werden. Bei der fachgerechten Planung und Installation bekommen die Haus- und Wohnungsbesitzer zudem die Gewähr, dass alle Komponenten und das gesamte System die wichtige VdS-Zertifizierung besit-



Wer sich auf den Schutz einer zertifizierten Alarmanlage verlassen kann, schläft ruhiger.
Foto: djd/Telenot

zen - sie steht für zuverlässig hohen Schutz sowie für mögliche Vergünstigungen bei den Prämien verschiedener Schadenversicherer. (djd)

Einbruchsicherung

- + Eingetragener Errichterbetrieb
- + Mitglied im Netzwerk „Zuhause sicher“
- + Qualifizierte Beratung und Montage

Schreinerei
JAKOBS®
ZUVERLÄSSIG UND SAUBER

WWW.JAKOBS-BONN.DE



📍 Christian-Lassen-Straße 16, 53117 Bonn

☎ 0228 422 446-0

✉ info@jakobs-bonn.de

TAG DES EINBRUCHSCHUTZES

Eine aufmerksame Nachbarschaft schützt vor Einbrechern

Zum „Tag des Einbruchschutzes“ am 30. Oktober klärt die Polizei verstärkt zu effektiver Sicherungstechnik auf. Wichtig sei auch eine aufmerksame Nachbarschaft, so die Experten. Der 2012 ins Leben gerufene „Tag des Einbruchschutzes“ soll Bürgerinnen und Bürger auf die Gefahr vermehrter Einbruchdelikte, die mit der früher einsetzenden Dunkelheit einhergehen, hinweisen und sie entsprechend sensibilisieren. In diesem Jahr findet der Tag des Einbruchschutzes am 30. Oktober statt.

Wenn es abends wieder früher dunkel wird, steigt das Einbruchsrisiko. Aber wie kann man sich gegen ungebetene Gäste im eigenen Heim schützen? Technische Sicherungsmaßnahmen beispielsweise an Türen oder Fenstern sind gut und richtig, aber es gibt auch Vorkehrungen, die kein Geld kosten.

„Ebenso wichtig wie eine geeignete Sicherungstechnik ist ein sicherheitsbewusstes Verhalten. Auch ein gutes nachbarschaftliches Verhältnis, bei dem miteinander vereinbart wird, gegenseitig ein Auge auf die Wohnung oder das Haus nebenan zu haben, schützt vor Einbrechern“, sagt Dr. Stefanie Hinz, Vorsitzende der Polizeilichen Kriminalprävention der Länder und des Bundes anlässlich des Tags des Einbruchschutzes. „Wichtig sind vorherige Absprachen und Vereinbarungen in der Nachbarschaft, sodass sich niemand gestört fühlt oder seine Privatsphäre verletzt sieht“, so Hinz weiter.

Folgende Maßnahmen bieten sich für Absprachen mit den Nachbarn oder im Wohnviertel an: Veranstalten Sie ein Nachbarschaftstreffen und laden Sie dafür ggf. Vertreterinnen und Vertreter der Polizei und der Kommune mit ein.

Tauschen Sie untereinander Rufnummern, telefonische Erreichbarkeiten, Autokennzeichen und vielleicht auch Anschriften aus, falls Sie eine längere Zeit nicht zu Hause sein sollten.

Sind Sie oder Ihre Nachbarn im Urlaub, können Sie vorab mündlich oder schriftlich die Übernahme

bestimmter Aufgaben vereinbaren; zum Beispiel Wohnungen betreuen, Briefkästen leeren und Kontrollgänge organisieren. Halten Sie den Hauseingang auch tagsüber geschlossen. Prüfen Sie, wer ins Haus will, bevor Sie öffnen.

Weitere Informationen für größtmögliche Sicherheit in der Nachbarschaft lesen Sie in unserem Faltblatt „Mehr Sicherheit in unserem Viertel“, das kostenlos bei den (Kriminal-) Polizeilichen Beratungsstellen erhältlich ist oder hier heruntergeladen werden kann: <https://www.polizei-beratung.de/medienangebot/detail/16-mehrsicherheit-in-unserem-viertel/> Unabhängig von einer aufmerksamen Nachbarschaft und allgemein sicherheitsbewusstem Verhalten empfiehlt die Polizei auch die Installation von einbruchhemmenden Vorrichtungen. Die Erfolgchancen sind für Einbrecher sehr viel schlechter, wenn Fenster und Türen spezielle mechanische Sicherungen aufweisen. Einen guten Schutz bieten Türen und Fenster nach DIN EN 1627 (mindestens Widerstandsklasse RC 2). Gitterroste und Kellerschächte können durch spezielle Abhebesicherungen wirksam geschützt werden. Eine nützliche Ergänzung bieten zudem Alarmanlagen.

Weitere Informationen zum Einbruchschutz sowie Informationen zur staatlichen Förderung erhalten Sie unter www.k-einbruch.de. Um Sie persönlich und unabhängig zum Einbruchschutz zu beraten, kommen (Kriminal-)Polizeiliche Fachberaterinnen und Fachberater auf Anfrage zu Ihnen nach Hause, ohne dass Ihnen Kosten entstehen. Eine Beratungsstelle in Ihrer Nähe finden Sie ganz einfach mit unserer Beratungsstellensuche, ebenfalls auf der Informationsplattform im Internet (www.k-einbruch.de/beratungsstellensuche). Gleiches gilt für polizeilich empfohlene Hersteller und Fachbetriebe (www.k-einbruch.de/herstellereuche bzw. www.k-einbruch.de/fachbetriebssuche). Zusätzlich erfahren Leserinnen und Leser, wieso ein Smart Home nur eine Ergänzung zum Einbruchschutz sein kann.



Foto: www.k-einbruch.de

Allgemeine Verhaltenstipps zum Einbruchschutz gibt Kristina Vogel, Botschafterin unserer Einbruchschutzkampagne K-EINBRUCH: <https://www.polizei-beratung.de/startseite-und-aktionen/aktuelles/detailansicht/olympiasiegerin-kristina-vogel-unterstuetzt-k-einbruch/>

Polizeiliche Kriminalprävention



MIT SICHERHEIT IHR TISCHLER

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



Tobias Gregor
TISCHLERMEISTER

Beratung | Planung | Ausführung

Birkenweg 9 · 53347 Alfter
fon 02 28/3 69 58 03

info@tobiasgregor.de · www.tobiasgregor.de

Kalt überrascht

Eismobil bei der Bonner Tafel e.V.

Der Sommer hat dem Herbst Platz gemacht, aber leckeres Eis schmeckt auch, wenn die Tage kühler und kürzer werden. Davon konnten sich jetzt Groß und Klein bei der Bonner Tafel überzeugen. Wie auch schon im vergangenen Jahr hatte sich das Eismobil von Becher & Hörnchen vom Adelheidsplatz in Bonn-Pützchen erneut auf den Weg zur Bonner Tafel in die Nordstadt gemacht. Dank einer großzügigen Spende von Sabine Thiemann hatte ihr Sohn Tim zahlreiche Eisspezialitäten in den unterschiedlichsten Geschmacksrichtungen in der Kühltheke im Eismobil und versüßte so den zahlreichen Kunden der Bonner Tafel im wahrsten Sinne des Wortes die Wartezeit bis zur nachmittäglichen Lebensmittelausgabe. Aber nicht nur die Kunden zeigten sich von dieser Aktion freudig überrascht, sondern auch die Kinder aus dem benachbarten



Kindergarten und die ehrenamtlich Mitarbeitenden der Bonner Tafel, denn das Eismobil hatte für

alle genügend Eis mitgebracht. Eine großartige Aktion, die hoffentlich auch im nächsten Jahr

wieder fortgesetzt wird, so die einstimmige Meinung aller kleinen und großen Schleckermäulchen.

Konzert mit Wave Of Joy

Zum nächsten Termin unseres Gospelchors laden wir herzlich zum Konzert ein. Bonner Gospelchor Wave Of Joy Samstag, 5. November, 18 Uhr St. Maria Rosenkranzkönigin Am Bollwerk 5, 53343 Wachtberg-Berkum Der Lions Förderverein Meckenheim-Wachtberg e.V. hat den Bonner Gospelchor Wave Of Joy eingeladen, ein Benefiz-Konzert zugunsten von bedürftigen Kindern und Senioren aus Wachtberg und Meckenheim zu bestreiten. Der stimmgewaltige

Chor unter der musikalischen Leitung von Angelika Rehaag wird dabei auch einige neue Gospel präsentieren. Wave Of Joy wird am Piano einfühlsam begleitet von Lukasz Flakus. Der Eintritt ist frei. Der Erlös geht zu 100% an die Weihnachtsgeschenktion 2022. (Begünstigung von bedürftigen Kindern und Senioren aus Meckenheim und Wachtberg) Erlös zu 100% für die Weihnachtsgeschenktion 2022 (Begünstigung von bedürftigen Kindern und Senioren aus Meckenheim und Wachtberg)

Weihnachtspäckchenaktion der Stiftung Kinderzukunft - Bonn macht mit

Die Stadtbibliothek beteiligt sich wieder an der Spendenaktion für Kinder

Die Stadtbibliothek Bonn beteiligt sich auch in diesem Jahr an der Weihnachtspäckchen-Aktion der Stiftung Kinderzukunft. Vom 25. Oktober bis 26. November können Päckchen in allen neun Einrichtungen der Stadtbibliothek abgegeben werden. Die Päckchen sollten mit einem Aufkleber versehen werden, ob es sich um ein Geschenk für einen Jungen oder ein Mädchen handelt und für welches Alter es geeignet ist. „Die Schirmherrschaft für die Weihnachtspäckchen-Aktion der Stiftung Kinderzukunft übernehme ich sehr gerne. Bereits seit über 25 Jahren sorgt die Aktion beim Auspacken der Päckchen für leuchtende Kinderaugen in Osteuropa. Ich bin begeistert, dass zahlreiche Helfer mit anpacken, um Kindern in Not eine Freude zu machen. Machen Sie mit und schenken Sie einem Kind ein Lächeln!“, so Lisa Paus, Bundesministerin für Familie, Senioren,

Frauen und Jugend, und Schirmherrin der Weihnachtspäckchen-Aktion. Die gespendeten Weihnachtspäckchen werden an bedürftige Kinder in Osteuropa verteilt. Weitere Informationen zu Aktion sowie Tipps zum Packen eines Päckchens unter <https://www.kinderzukunft.de/wie-wir-helfen/weihnachtspaeckchen-aktion.html>

Fragen zur Verteilung?

HERR FALK
mail@regio-pressevertrieb.de

www.regio-pressevertrieb.de **REGIO** PRESSE VERTRIEB GmbH Die Zeitungszustellgesellschaft der RAUTENBERG MEDIA KG

Von **3.00 Uhr**
auf **2.00 Uhr**
Nicht vergessen: Sonntag, den 30. Oktober 2022 wird die Sommerzeit auf die Winterzeit umgestellt!



„Systemabdichtung DreFit natura“ macht Ihr Haus fit für den Klimawandel

„Mehr als 100 l/m² Regen fielen in weniger als 4 Stunden“, das sind Schlagzeilen, die immer häufiger erscheinen. Die Starkregensituation hat sich verändert. Es fällt teilweise so viel Regen, dass die Wassermassen nicht mehr einfach versickern. Die Folge sind Stau und Druckwasser, nasse Wände, feuchte Keller und gesundheitsschädlicher Schimmel. Wetterextreme zeichnen sich nicht nur durch Starkregen aus. Sondern, auch wie in den letzten Sommern, durch Hitzeperioden und Dürre. Bei Grundwasserabsenkungen und/oder durch Bäume und Sträucher, die das Wasser aus tiefen Bodenschichten saugen, kommt es zu einem Absacken des Bodens und somit zu einer Lageveränderung des Hauses, die Riss- und Fugenbildungen zur Folge haben. Das drückende Wasser dringt dann durch undichte Stellen ins Kellermauerwerk ein und zieht die Wände hoch. Schwarzab-

dichtungen von außen halten in der Regel ca. 30 Jahre. Sie verlieren ihre Dichtigkeit, weil die Bitumenanstriche durch Mikroorganismen im Boden angegriffen werden. Eine große Schwachstelle ist auch der „Spalt“ zwischen Bodenplatte und den aufsitzen den Wänden, der Wand-Boden-Anschluss. Was kann man tun, damit die Kellerwände dauerhaft dicht bleiben und ein gesundes Wohnklima herrscht? Ausbaggern, Sperrputze und Horizontalsperren lösen keine Druckwasserprobleme. Ausbaggern von außen ist eine sehr aufwendige Maßnahme. Oftmals werden Gartenareale zerstört, damit eine teure Außenabdichtung erfolgen kann. Das Problem: Man kann nicht unter dem Haus freibaggern. Druckwasserprobleme können somit nicht hundertprozentig gelöst werden. Sperrputze von innen bringen wenig. Werden Sperrputze aufgetragen, lösen sich diese zumeist nach einer

gewissen Zeit. Die Wand bleibt nämlich weiter nass. Da Sperrputze bei der Trocknung immer schwinden, entstehen feine Risse, die der Feuchtigkeit neue Angriffsziele bieten. Eine Horizontalsperre ist ebenfalls nicht geeignet. Sie verhindert zwar Feuchtigkeit durch kapillar aufsteigendes Wasser, hilft aber nicht bei drückendem Wasser. Eine garantierte Druckwasserdichtigkeit bietet aber die „Systemabdichtung DreFit natura“. Die Wände werden geheilt, weil die mineralische Systemabdichtung mit dem Wasser in der Wand reagiert und sich Fadenkristalle bilden. Diese Fadenkristalle wachsen in ihrer Reaktion auf Feuchtigkeit von innen nach außen in die Wand. Sie verbleiben anschließend dauerhaft im Baukörper, so dass



das Wasser keine Chance mehr hat. „Man kann schon sagen, dass die Abdichtung gegen Druckwasser die Königsdisziplin ist. Der große Vorteil ist, dass die „Systemabdichtung DreFit natura“ mineralisch ist und keine chemische Ausdünstung verursacht“. Auf die Langzeit erprobte Abdichtungstechnologie der Druckwasserprofis vom Ingenieurbüro DreFit setzen unter anderem die Uniklinik Köln und auch Q-Park, zweitgrößter Parkhaus- und Parkplatzbetreiber in Europa.



Mit diesem vorgelegten Wertgutschein erhalten Sie

10 % Rabatt

auf Aufträge, die bis zum 30.11.2022 erteilt werden.

Zusätzlich wird in diesem Zeitraum die DreFit Eu UG nach jeder ausgeführten Schadensanalyse **€ 15,00** und von jedem abgeschlossenen Auftrag eine nachweisliche **Spende** in Höhe von **€ 150,00** für die Menschen im Kriegsgebiet aus der Ukraine tätigen.



Wertgutschein
10%

Sichern Sie sich 10% Rabatt. Einlösbar, wenn es zum Sanierungsauftrag kommt.



Kein Ausbaggern. Günstige & effektive Gebäudeabdichtung von innen.

Weil es Ihr Zuhause ist 1A Wohnklima-Komfort.

Nie mehr Nässe und Schimmel!

Selbst bei Druck- und Stauwasser.
100% Wirkung. Ohne Ausdünstung.
Effizient. Günstig. Nachhaltig.
Mit Langzeitgarantie.

Unsere Ingenieure und Bausachverständigen helfen Ihnen mit viel Energie und moderner Messtechnik.

Kostenlose Schadens- und Ursachenanalyse, inklusive Feuchtigkeitsmessung und Angebotserstellung.
Jetzt Termin vereinbaren
unter Tel.: 02241 - 261 5980




Ingenieurbüro DreFit
Die Druckwasserprofis

www.drefit.de



30 Jahre Langzeitwirkung durch aktive mineralische Abdichtung

Zertifiziert für Feuchte-/Schimmelpilzsanierung, Innendämmung & Abdichtung. Mitglied des HochwasserKompetenzCentrums.

Ingenieurbüro Drewel (hb)

Ingenieurbüro DreFit Eu UG (hb)

Godesberger Straße 12 | 53842 Troisdorf

Tel.: +49 2241 2615980 | E-Mail: info@drefit.de



Zu Ihrer Sicherheit: Unsere Mitarbeiter werden wöchentlich getestet.

Bonner Skatenight startet am 30. Oktober am Alten Zoll

Zur Skatenight lädt das Sport- und Bäderamt der Stadt Bonn am Sonntag, 30. Oktober, ab 15 Uhr ein. Start und Ziel sind am Alten Zoll. Teilnehmen können alle interessierten Inline-Skates-, Rollschuh-, Rollstuhl- oder Skateboard-Fahrer/innen jeden Alters. Eine Anmeldung ist nicht notwendig, die Teilnahme ist kostenfrei.

Ab 14 Uhr sammeln sich die Teilnehmenden am Alten Zoll. Inline-Skates und Helme können in begrenzter Anzahl ausgeliehen werden.

Bewegung, Spaß, Kommunikation und das Gruppenerlebnis auf Rollen stehen im Vordergrund bei der Neuauflage der Bonner Skatenight. Die Tour über öffentliche Straßen dauert circa zwei Stunden mit einer Streckenlänge von rund 14 Kilometern.

Die Strecke verläuft über die Adenauerallee, die Simrockstraße und einige Kilometer weiter Richtung Süden nach Bad Godesberg. Gewendet wird an der Elsässerstraße und über die Alleen geht es wieder zurück zum Alten Zoll.

Zwischendurch gibt es Sammelstopps mit Getränken und einem Snack für eine Stärkung.

Die Straßen entlang des Streckenverlaufs sowie die einbiegenden Querstraßen werden während der Hin- und Rückfahrt vorübergehend für andere Verkehrsteilnehmende gesperrt. Die Veranstalter rechnen damit, dass die Sperrungen jeweils nur wenige Minuten dauern werden.

Passend zu Halloween sind kostümierte und/oder geschminkte Teilnehmende willkommen. Die besten Outfits werden prämiert. Der Veranstalter ist „Skateline

Münster“ im Auftrag des Sport- und Bäderamtes. Die Inline-Skating Schule aus Münster hat in den vergangenen Jahren rund 200 Skateveranstaltungen erfolgreich umgesetzt. Für die Skatenight in Bonn hat Skateline Münster den Verein Sport- und Skizunft Bonn (SSZ-Bonn) und den Trend- und Allgemeinsportverein Bonn (TAV), der langjährige Erfahrung bei Sportereignissen mitbringt, in die Organisation eingebunden.

Für alle Teilnehmenden bis 16 Jahren besteht Helmpflicht und sie dürfen nur in Begleitung eines Erziehungsberechtigten teilnehmen.

Die Sicherheit und Gesundheit aller Teilnehmenden hat oberste Priorität.

Deshalb empfehlen die Veranstalter während der Skate-Tour geeignete Schutzausrüstung zu tragen. Eine komplette Schutzausrüstung besteht aus Helm, Knie-, Ellenbogen- und Handgelenkschoner.

Da die Skater/innen gegen Ende der Tour in die Dunkelheit hineinfahren, sind reflektierende Kleidung, Leuchtbänder, Blinkys und Stirnlampen für die Sicherheit durch Sichtbarkeit wichtig.

Skatenight könnte zukünftig regelmäßig stattfinden

Die Skatenight wird mit Mitteln aus der städtischen Sportförderung finanziert. Mit der Auftaktveranstaltung will die Stadt erste Erfahrungen sammeln und

anschließend das Feedback auswerten. Sollte das Angebot gut angenommen werden, soll die Skatenight zukünftig mehrmals im Jahr stattfinden. Damit wird ein Leitmotiv aus dem Bonner Gutachten zur Sportentwicklung „Sportstadt für alle Menschen“ umgesetzt, das Angebotsvielfalt und Innovation fordert.

Der Streckenverlauf im Detail:

Start: Alter Zoll

1. links Adenauerallee
 2. rechts Simrockstraße
 3. links Kaiserstraße
 4. weiter Katharina-Focke-Straße
 5. weiter Straßburger-Weg
 6. weiter Joseph-Beuys-Allee
 7. weiter Oscar-Romero-Allee
 8. weiter Nahum-Goldmann-Allee
 9. weiter August-Bebel-Allee
 10. weiter Martin-Luther-Allee
 11. rechts Hochkreuzallee
 12. links Südstraße
 13. weiter Sankt-Augustinus-Straße
 14. Elsässerstraße - WENDE-PUNKT Streckenverlauf zurück
 15. rechts Sankt-Augustinus-Straße
 16. weiter Südstraße
 17. rechts Hochkreuzallee
 18. links Martin-Luther-Allee
 19. weiter August-Bebel-Straße
 20. weiter Nahum-Goldmann-Allee
 21. weiter Oscar-Romero-Allee
 22. weiter Joseph-Beuys-Allee
 23. weiter Straßburger-Weg
 24. weiter Katharina-Focke-Straße
 25. weiter Kaiserstraße
 26. rechts Simrockstraße
 27. links Adenauerallee
- Ziel: Alter Zoll



Liebe Vereine,

ihr wollt über eure Aktivitäten, Ankündigungen, Nachrichten oder Ausblicke auf die nächsten Monate berichten?!

Wir sind für euch da!

Ob Sportberichte, Veranstaltungshinweise oder Termine. In unseren lokalen Zeitungen könnt ihr eure Vereinsmitteilungen allen Leserinnen und Lesern kundtun.

Das geht ganz einfach per E-Mail an **redaktion@rautenberg.media** oder registriert euch gleich für unser Redaktionssystem:

<https://redaktion.rautenberg.media>

Euer Team von RAUTENBERG MEDIA



Akkreditieren Sie sich auch auf **www.unserort.de** – denn dort ist Ihr Artikel nach der Erscheinung „schon drin“. Dort können Sie dann ihre Artikel mit Fotos (bis zu 25 Stück pro Artikel) erweitern.

Gleichzeitig können dann alle Mitglieder und Interessierten IHREN VEREIN ABONNIEREN und bleiben so up-to-date über alle Neuigkeiten, die Sie in der Zeitung, auf **e-paper** und auf **www.unserort.de** veröffentlichen.



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





Vom Hormontief ins Stimmungstief

Ein Testosteronmangel kann Männer depressiv machen

Rund jeder fünfte Mann über 50 hat Beschwerden aufgrund eines zu niedrigen Testosteronspiegels, bei den über 65-Jährigen ist es im Schnitt sogar jeder Vierte. Die bekanntesten Symptome sind Erektionsprobleme, sexuelle Unlust oder körperliche Leistungsschwäche. Weniger bekannt ist, dass auch depressive Verstimmungen oder Depressionen ein Zeichen dafür sein können, dass es am Männerhormon mangelt. Denn Testosteron wirkt nicht nur auf den Körper, sondern auch auf die Psyche, indem es mentale Stärke, Zuversicht und Durchsetzungskraft fördert. Sind die Testosteronwerte zu niedrig, können vermehrt depressive Verstimmungen und Antriebslosigkeit auftreten, die sich oft erst nach und nach einschleichen. Liegt den Beschwerden ein Testosteronmangel zugrunde, kann man diesen durch die ursächliche Beseitigung des Hormonmangels mittels Testosterontherapie behandeln.

Einfacher Selbsttest gibt Anhaltspunkt

Insbesondere Männer ab 40 Jahren, die sich über längere Zeit niedergeschlagen, traurig oder antriebslos fühlen oder deren Selbstvertrauen spürbar gesunken ist, sollten deshalb rechtzeitig aktiv werden. Denn mit der richtigen Behandlung können sie

nicht nur für sich selbst eine höhere Lebensqualität erreichen, auch die Familie, Freundschaften und das Arbeitsumfeld profitieren. Als ersten und einfachen Schritt kann man unter www.mannvital.de online einen einfachen, anonymen Selbsttest durchführen und so schnell abklären, ob möglicherweise ein Testosteronmangel die Ursache sein könnte. Trifft dies zu, sollte als zweiter Schritt der Hausarzt beziehungsweise ein Urologe oder Androloge aufgesucht werden. Dieser kann mit einem Bluttest den Hormonspiegel bestimmen. Liegt er zu niedrig, lässt sich durch eine Testosteronbehandlung Abhilfe schaffen. In der Praxis bewährt haben sich insbesondere Testosteron-Gele zum Auftragen auf die Haut oder intramuskuläre Testosteron-Spritzen.

Wirksamkeit in Studien belegt

Verschiedene Studien haben gezeigt, dass bei Männern mit Testosteronmangel und Depressionen die Stimmungslage durch eine Therapie mit dem männlichen Sexualhormon deutlich verbessert werden kann. An diese Möglichkeit sollte deshalb immer gedacht werden, bevor zu voreilig oder gar irrtümlich mit Antidepressiva behandelt wird. Aber auch dann, wenn sich der Verdacht eines Testosterondefizits nicht bestätigen sollte, ist es wichtig,



Depressive Verstimmungen bei Männern können durch einen Mangel an Testosteron bedingt sein. Diese Ursache wird aber oft nicht erkannt.
Foto: djd/DR. KADE/BESINS/Getty Images/RapidEye

seelische Tiefs beim Arztbesuch anzusprechen. Das fällt gerade Männern oft schwer, doch es lohnt sich. Denn für die meisten psy-

chischen Probleme gibt es effektive Behandlungsmöglichkeiten, mit denen das Leben wieder schöner und leichter wird. (djd)



Trübe Aussichten oder guter Ausblick? Die Bewertung kann auch vom Testosteronspiegel im Blut abhängen. Foto: djd/DR. KADE/BESINS/Getty Images/PierreDesrosiers

COSMETIC-INSTITUT
BIRGIT BREUCH
- Birgit Ruland -

2. Platz
gloria
Cosmetische
Fachzeitschrift
2019

18. UND 19. NOVEMBER 2022

HERBST-VERKAUFSTAGE

JEWELNS VON 12:00 - 16:00 Uhr

10%
RABATT AUF BB-VERKAUF

GRATIS HAUTTEST
AM 18.11.

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

labiocom® KLAPP LAILIQUE MAXXIMAS by LAILIQUE

Bild der Woche



Die Gewinnung des "weißen Goldes" im Tagebau ist ein mühevolles Geschäft. Im südostasiatischen Küstenstaat in der Provinz Khanh Hoa ist vor allem Handarbeit gefragt, bis das Salz in die Fabriken in der Umgebung gebracht und aufgearbeitet wird.

Rezept



Saftiges Rindergulasch

Zutaten:

- 3 Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Tomaten
- 1 kg Rindergulasch
- 2 EL Öl
- Salz
- Pfeffer
- Chili
- Zucker
- 1 EL Tomatenmark
- 2 gehäufte EL Mehl
- 300 ml trockener Rotwein
- krause Petersilie

Die Zwiebeln und Knoblauch schälen und beides fein würfeln. Die Tomaten waschen und in kleine Stücke schneiden. Das Gulasch trocken tupfen. Öl in einem Bräter erhitzen und das Gulasch darin portionsweise (sonst wird das Fleisch nicht braun) bei starker Hitze kräftig anbraten. Beim Anbraten der letzten Fleischportion zum Schluss Zwiebeln und Knoblauch mit braten. Das gesamte Fleisch wieder in den Bräter geben und mit Salz und Pfeffer kräftig würzen. Tomatenmark einrühren und alles kurz anschwitzen. Das Fleisch mit Mehl bestäuben und unter Rühren ebenfalls kurz anschwitzen. Den Wein und ca. 1/2 l Wasser zugießen und die Tomaten unterheben. Alles aufkochen und dann zugedeckt bei schwacher Hitze ca. 2 1/2 Stunden schmoren, bis das Fleisch weich ist und zerfällt. Eventuell etwas Wasser nachgießen. Abschließend das Gulasch mit Salz, Pfeffer, Chili und 1 Prise Zucker abschmecken. Die Petersilie waschen und trocken schütteln, hacken und über das Gulasch streuen. Dazu schmecken Nudeln oder Stampfkartoffeln.

Haushaltstipp



Mikrowelle mit Zitrone reinigen

Die Mikrowelle kommt beim Hausputz oft zu kurz. Dabei hinterlässt die regelmäßige Nutzung schnell ihre Spuren. Damit sich weder Keime noch unangenehme Gerüche bilden, lässt sich auch die Mikrowelle mit einer Zitrone reinigen. Dazu eine mikrowellengeeignete Schüssel mit Wasser füllen, den Saft einer Zitrone auspressen und zusammen mit den Zitronenhälften dazugeben. Die Mikrowelle auf höchster Stufe zwei Minuten laufen lassen. Anschließend fünf Minuten warten um die Türe zu öffnen, damit der Dampf die Verschmutzungen lösen kann. Mit einem Tuch auswischen und trocknen lassen.

Sudoku



Spielanleitung

Füllen Sie die leeren Felder so aus, dass in jeder waagerechten Zeile und in jeder senkrechten Spalte alle Zahlen von 1 bis 9 stehen. Dabei darf auch jedes 3 x 3 Quadrat nur je einmal die Zahlen 1 bis 9 enthalten.

	9	1		7				
	5		4					6
						2		
6				3		9		
			1					
2								
3					2			
			8			1		
							5	

Mitmachen

Teilen Sie Ihre Tipps für den Haushalt, Ideen für Rezepte, Anleitungen zum Selbermachen!

Für die bunten Informations- und Unterhaltungsfelder suchen wir die altbewährten und die neuen Tipps für Küche, Haushalt, Wohnen, Garten, Gesundheit und Basteln. So geben Sie Ihr praktisches Wissen weiter: senden Sie Ihre Texte in der Länge von 540 bis 740 Zeichen per E-Mail mit Betreff „Unterhaltungsseite“ an redaktion@rautenberg.media Geben Sie Ihren Namen und Wohnort an, dann wird Ihr Tipp mit Quellenangabe veröffentlicht. Wir freuen uns auf Ihre Einsendungen.

Vielen Dank



Nur fliegen ist schöner



Ein Flugzeug landet auf einem Flughafen. Der Pilot bremst so hart wie nur möglich. Und schließlich, einen halben Meter bevor die Rollbahn zu Ende ist, kommt das Flugzeug zum Stehen. Der Pilot wischt sich den Schweiß aus dem Gesicht und sagt: "Verdammt, das ist die kürzeste Landebahn auf der ich je aufgesetzt habe." Der Copilot sieht nach rechts aus dem Fenster; dann nach links aus dem Fenster und sagt: "Aber dafür ist sie mindestens 3000 Meter breit."

BRSNW startet die #RouteVersParis

Behinderten- und Rehabilitationssportverband Nordrhein-Westfalen e.V. (BRSNW)

Zwei Jahre vor Beginn der Paralympischen Spiele in Paris 2024 startet der Behinderten- und Rehabilitationssportverband Nordrhein-Westfalen (BRSNW) die #RouteVersParis. Auf dem Weg zu den Paralympics will der größte Landesverband im Deutschen Behindertensportverband ein besonderes Projekt umsetzen. Am 28. August 2024 werden in Paris die XVII. Paralympischen Sommerspiele eröffnet. Auf der Seine werden sich bei der Eröffnungsfeier die Athlet*innen der Nationen aus aller Welt präsentieren. In den folgenden elf Wettkampftagen richten sich alle Augen auf die außergewöhnlichen Sportstätten am Eiffelturm, im Stade de France oder am Schloss Versailles. Der BRSNW hofft, dass wieder eine Vielzahl der Athlet*innen des Team Deutschland Paralympics aus NRW kommen. Mehr als ein Drittel aller deutschen Medaillen wurden in London, Rio und Tokio von NRW-Sportler*innen gewonnen. An die

sportlichen Erfolge will der BRSNW anknüpfen und hat noch mehr vor. Zwei Jahre vor Beginn der Paralympischen Spiele in Paris 2024 startet der BRSNW die #RouteVersParis. Auf dem Weg zu den Paralympics will der BRSNW mit einem vielfältigen Projekt die Aufmerksamkeit für den Para Sport sowie für die gesamte Vielfalt des Sports von Menschen mit Behinderung erhöhen. „Mit Paris 2024 finden die Paralympics in unserer unmittelbaren Nachbarschaft statt. Das ist für uns eine große Motivation, die Begeisterung für Para Sport in jede Region NRWs zu tragen“, erklärt der Verbandsvorsitzende Reinhard Schneider zur ambitionierten Zielsetzung des Projekts. „Für uns ist es wichtig, dass wir unsere Vereine mitnehmen und gleichzeitig eine große Öffentlichkeit erreichen, um sowohl auf die außergewöhnlichen Leistungsfähigkeiten unserer Athlet*innen als auch auf die Faszination des Sports für

Menschen mit Behinderung aufmerksam zu machen“, fügt Schneider, der seit 20 Jahren Vorsitzender des BRSNW ist, an. Die Projektleitung wurde Laura Löffler übertragen. Gemeinsam mit ihrem Team hat die Bereichsleiterin für Sportorganisation im BRSNW in den vergangenen Monaten erste Projektbausteine entwickelt und die Möglichkeiten der Umsetzung von verschiedensten Maßnahmen durchgespielt. „Alle wollen nach Paris. Wir wollen das auch, doch für uns hat auch der Weg dahin eine große Bedeutung“, sagt Löffler. „Unser Projekt soll nachhaltige Wirkung hinterlassen. Wir wollen den Zugang zum Sport für Menschen mit Behinderung verbessern. Das gelingt uns nur mit wirkungsvollen Maßnahmen und starken Partnern. Wir führen derzeit viele Gespräche, damit NRW als Zentrum des Para Sports in Deutschland die großen Möglichkeiten rund um Paris 2024 bestmöglich ausnutzt“, erklärt Löffler

zum aktuellen Projektstand. Der Startschuss für die Umsetzung der Projektmaßnahmen soll zu Beginn des Jahres 2023 fallen. „Das Jahr 2023 ist als Startpunkt für dieses Projekt ganz besonders gut geeignet“, freut sich Schneider. Der BRSNW feiert im nächsten Jahr sein 70-jähriges Bestehen. „Wie könnten wir unser Jubiläumsjahr besser feiern als mit der Präsentation der Vielfalt des Sports für Menschen mit Behinderung in möglichst vielen Regionen unseres Bundeslandes?“ Über den BRSNW Der Behinderten- und Rehabilitationssportverband Nordrhein-Westfalen e.V. (BRSNW) ermöglicht seit 1953 Menschen mit oder mit drohender Behinderung oder mit chronischer Erkrankung die Teilnahme an Bewegungs-, Spiel- und Sportangeboten. Über eine halbe Millionen Menschen nehmen in rund 2000 Vereinen in Nordrhein-Westfalen die Angebote beider Verbände wahr.



Welcher Müll kommt in welche Tonne?



Wie war das früher mit dem Müll?



Wie kann ich Abfall vermeiden?



SO GEHT DAS MIT DEM ABFALL!

Das RSAG-Infomaterial gibt's hier!







[RSAG.DE/UMWELTBILDUNG](https://rsag.de/umweltbildung)





Reifenwechsel rückenschonend



Zwei Mal im Jahr sollten bei einem Auto die Reifen gewechselt werden - mindestens. Wenn man selbst Hand anlegt, sollte man Rücken-Tipps beherzigen. Foto: RS-Studios/stock.adobe.com/mid/ak-o

Zwei Mal im Jahr sollten bei einem Auto die Reifen gewechselt werden - mindestens. Laut einer forsa-Umfrage aus dem Jahr 2020 legen etwa 24 Prozent der Deutschen selbst Hand an, der Rest lässt wechseln, entweder bei Freunden oder beim Profi. Das bedeutet, dass sich etwa jeder Vierte der Gefahr aussetzt, seinem Rücken zu schaden. Beherzigen Sie ein paar Tipps, dann kann aus einem Kraftakt des Alltags ein

wahres Kinderspiel werden. Die Aktion Gesunder Rücken e.V. (AGR) verrät Ihnen, wie's geht. Beim Reifenwechsel geht nichts ohne das entsprechende Werkzeug. So empfiehlt zum Beispiel auch der ADAC einen hydraulischen Wagenheber, der die Arbeit deutlich erleichtert. Des Weiteren sollte folgendes auf der Checkliste stehen, bevor es endlich losgehen kann: Wagenheber, Unterstellbock, Radkreuz,

Drahtbürste, Behältnis für Schrauben bzw. Radmuttern und Drehmomentschlüssel. Neben den klassischen Regeln wie dem Überprüfen der Reifen selbst auf etwaige Schäden oder dem ordnungsgemäßen Festziehen der Reifen ist vor allen Dingen auf die richtige Vorgehensweise zu achten, um den Rücken so gut es geht zu schonen und keineswegs falsch zu belasten. Sind Radkappe oder Schraubenabdeckung gelöst, knien Sie sich am besten parallel zum Rad und setzen den Radmutter Schlüssel mit der Kraft aus der Rumpf- und Armmuskulatur ein. So wird die Wirbelsäule geschont. Das neue Rad lässt sich am besten mit Hilfe einer weiteren Person aufsetzen. Hebt man allein, unbedingt darauf achten, dass Sie aus den Knien heben und nicht etwa nur den Rücken aufrichten. Auf diese Weise wird der Druck auf die Bandscheiben minimiert. Nehmen Sie also einen breitbeinigen Stand ein und gehen

Sie in die Hocke. Der Rücken sollte möglichst gerade sein. Umgreifen Sie den Reifen mit beiden Händen, ziehen Sie das Gewicht nah an den Oberkörper und drücken Sie sich nach oben.

Die Radmuttern müssen beim Festschrauben keineswegs kräftezehrend angezogen werden. Beim Drehmomentschlüssel den richtigen, fahrzeugindividuellen Wert einstellen und festziehen, bis dieser das Erreichen des Wertes signalisiert. Selbstverständlich nach ein paar gefahrenen Kilometern nochmal nachziehen. Generell sollten Sie eine kleine AGR-Faustregel beherzigen. Mit der BHK-Regel können Sie nicht nur beim Reifenwechsel, sondern auch bei vielen anderen alltäglichen Aufgaben rückengerecht vorgehen. Die BHK-Regel der AGR bei körperlich schweren Aufgaben lautet: Wenn möglich beim Bücken - Heben - Knien - die Kraft aus den Beinen und nicht aus dem Rücken ziehen! (mid/ak-o)

Ihre Alternative für Bonn! Citroën-Service

Autohaus Schiffmann
GmbH & Co. KG

Kölnstr. 333 • 53117 Bonn

Telefon: (0228) 555 89-0

Fax: (0228) 67 83 53

citroen@auto-schiffmann.de



CITROËN

www.autohaus-schiffmann.de

Wann darf ich hupen?

Für das Hup-Konzert im Straßenverkehr gibt es Regeln. Die engen Grenzen der Hup-Erlaubnis haben nicht zu überhörende Gründe: Eine Hupe erreicht in einer Entfernung von sieben Metern 105 Dezibel. Zu viel, denn Lärm beeinträchtigt auf Dauer die Gesundheit nachhaltig: Er schädigt das Gehör und löst körperlichen Stress aus.

Die Weltgesundheitsorganisation WHO und das Umweltbundesamt sehen die Zielwerte für die Lärmbekämpfung bei 65 Dezibel tagsüber und bei 55 Dezibel nachts.

Grundsätzlich ist Hupen laut Paragraphen 16 der Straßenverkehrsordnung (StVO) innerorts nicht erlaubt, außer es besteht eine berechnigte Gefahrenlage, die einen Unfall nach sich ziehen könnte. Dies gilt auch außerorts - mit einer weiteren Ausnahme: Der nachfolgende Verkehrsteilnehmer möchte überholen und zeigt dies durch ein Hupsignal an. Die verschlafene Grünphase hingegen zählt als Verkehrsverzögerung und rechtfertigt keine Betätigung der Hupe. Wer nun zur Lichthupe greift, verhält sich ebenfalls ordnungswidrig. Stattdessen könnte versucht werden, mit Hilfe von Winken auf die grüne Ampel hinzuweisen.

Wer unerlaubt ein Schallzeichen abgibt, muss mit einem Bußgeld in Höhe von fünf Euro rechnen, werden zusätzlich andere dadurch belästigt, sind zehn Euro fällig. Fühlt sich jemand durch das Hupen genötigt, kann der oder die Belästigte eine Anzeige stellen. Wer zu oft wegen unsachgemäßen Hupens ein Bußgeld kassiert, kann zur Medizinisch-Psychologischen Untersuchung (MPU) geschickt werden.

Die Lieblingsmannschaft gewinnt



In Deutschland sind kreative Installationen von Schallerzeugern am Privatfahrzeug verboten.
Foto: Harald Matern/pixabay.com/mid/ak-o

den Pokal oder der Neffe hat gerade geheiratet? Autokorsos mit wiederholtem Hupen sind rechtlich Lärmbelästigung und damit ebenfalls nicht erlaubt, oft wird aber ein Auge zugeknippt. Wer es übertreibt, kann dennoch ein Bußgeld erhalten. Übrigens: Auch ein unerlaubtes oder mangelhaftes Schallzeichen, wie eine Melodie als Hupsignal, kann ein Bußgeld in Höhe von 15 Euro nach sich ziehen. Die Hupe muss ein akustisches Signal mit gleichbleibender Grundfrequenz erzeugen. Ausgenommen von dieser Regel sind Fahrzeuge mit Blaulicht, wie Polizei- und Feuerwehrautos. (mid/ak-o)

Bosch Car Service Kopp

Profi KFZ-Werkstatt für Reparaturen und Serviceleistungen für alle Marken.

Unser Bosch Service besticht durch faire Preise und original Bosch-Ersatzteile.

Alljährliche Inspektion oder eine Abgasuntersuchung? Kein Problem, wir sind der starke Partner an Ihrer Seite!

- Transparenz, guter Service & super Bosch-Qualität
- Inspektion und Wartung • Elektronik Service
- Bremsen Service • Heizung Klima • Motorservice

Komplettradwechsel PKW
ab **29,00 €**

Einlagerung Radsatz PKW
pro Halbjahr ab **30,00 €**



Schöntalweg 15
53347 Alfter-Oedekoven
Tel.: 02 28 / 62 32 01
Fax: 02 28 / 62 46 72

Öffnungszeiten
Montag - Donnerstag
von 8.00 - 18.00 Uhr
Freitag von 8.00 - 16.00 Uhr

Reparatur-Annahme/Verkauf
geöffnet ab 7.30 Uhr
Samstag Notdienst
von 9.00 - 12.00 Uhr



Fragen zur Verteilung?

HERR FALK
mail@regio-pressevertrieb.de

www.regio-pressevertrieb.de

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

NOTDIENSTE

WIR SIND RUND UM DIE UHR FÜR SIE DA!



110 POLIZEI

112 FEUERWEHR



APOTHEKEN-NOTDIENST

Apotheken-Notruf 0800 00 22833

Samstag, 29. Oktober

Quellen-Apotheke

Chateaufstraße 7, 53347 Alfter (Oedekoven), 0228/640050

Sonntag, 30. Oktober

Zedern-Apotheke

Rheinweg 159, 53129 Bonn (Kessenich), 0228/233170

Montag, 31. Oktober

Apotheke Sonnenschein

Ziegelweg 1, 53347 Alfter, 0228/9024520

Dienstag, 1. November

Engel-Apotheke

Rochusstr. 192, 53123 Bonn (Duisdorf), 0228/622618

Mittwoch, 2. November

Burg Apotheke Endenich OHG

Erich-Hoffmann-Str. 10, 53121 Bonn (Endenich), 0228/621772

Donnerstag, 3. November

Apotheke am Brüser Berg

Borsigallee 4, 53125 Bonn (Brüser Berg), 0228/255200

Freitag, 4. November

Roncalli Apotheke

Roncallistr. 43, 53123 Bonn (Lessenich), 0228/647092

Samstag, 5. November

Mühlenhof-Apotheke

Im Mühlenbach 2, 53127 Bonn (Lengsdorf), 0228 257577

Sonntag, 6. November

Königs-Apotheke

Prinz-Albert-Str. 34, 53113 Bonn (Zentrum / Südstadt), 0228/210755

Montag, 7. November

Bären-Apotheke

Am Herrenwingert 6, 53347 Alfter, 02222/5068

Dienstag, 8. November

Ellerhof-Apotheke

Vorgebirgsstr. 43, 53119 Bonn (Zentrum), 0228/690417

Mittwoch, 9. November

Sonnen-Apotheke

Pützstr. 29, 53129 Bonn (Kessenich), 0228/232228

Donnerstag, 10. November

Sonnen-Apotheke

Kronenstr. 6, 53347 Alfter, 02222/93320

Freitag, 11. November

St. Hubertus-Apotheke OHG

Endenicher Str. 319a, 53121 Bonn (Endenich), 0228/621646

Samstag, 12. November

German-Apotheke

Hubertusstr. 54, 53125 Bonn (Ückesdorf), 0228 9180606

Sonntag, 13. November

Hausdorff Apotheke

Hausdorffstr. 187, 53129 Bonn (Kessenich), 0228/9239595

Angaben ohne Gewähr

ÖRTLICHE NOTDIENSTE

Zahnärztlicher Notdienst

01805 / 98 67 00

Kinderärztlicher

Bereitschaftsdienst

0228 / 24 25 444

Krankenhäuser

Universitätskliniken,

Venusberg

0228 / 287-0

Tierärzte

Tierärztliche Klinik für

Kleintiere Windeck

02292 / 50 51

Tierärztliche Klinik für Pferde

Aggertal, Lohmar-Wahlscheid

02206 / 91 04 10

Giftnotruf-Zentrale Bonn

(Uni-Klinik)

0228/28733211

0228/19240

Allgemeine Notdienste

Elektronotdienst

Telefon: 0800/5424828

Giftnotruf-Zentrale Bonn (Uni-

Klinik)

Telefon: 0228/28733211 oder

Telefon: 0228/19240

Ärztlicher Bereitschaftsdienst

In den **sprechstundfreien** Zeiten

in der Woche, ist der ärztliche

Bereitschaftsdienst

aller

Fachrichtungen

für die

Stadtbezirke Hardtberg/Duisdorf,

Vorgebirge, montags, dienstags

und donnerstags von 19 bis 7 Uhr,

mittwochs von 13 bis 7 Uhr,

freitags von 14 bis 7 Uhr und am

Wochenende: samstags, sonntags

und an Feiertagen **von 7 bis 7 Uhr**

unter der Rufnummer:

0228/6481-9191 zu erreichen.

Anschrift der Notfallpraxis: Von-

Hompesch-Str. 1, 53123 Bonn

(Helios-Klinik)

Im Notdienstbezirk Bonn 1

(Stadtmitte) wechseln sich die

Arztpraxen mit den Notdiensten

ab, so dass Sie die aktuelle

Notfallpraxis unter der bundes-

weit einheitliche Rufnummer

116117 erfragen müssen.

In den Notdienstbezirken Bonn-

Beuel (Bonn 3) und Bonn-Bad-

Godesberg/Wachtberg (Bonn 2)

• Heimweg-Telefon

Für alle, die sich vom mulmigen Gefühl auf ihrem nächtlichen Weg mit einem netten Gespräch ablenken lassen möchten.

030 120 74 182

So. - Do. 20:00 - 24:00 Uhr

Fr. - Sa. 22:00 - 4:00 Uhr

POÉTES

Kanaltechnik

www.poeteskanaltechnik.de

Euskirchen: 02251 - 51067

Rheinbach: 02226 - 91 13 10

Notdienst: 0700 - 47 06 47 06

(zum Ortstarif)

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

ABFLUSS | KANALTECHNIK | MÜLLER

Abflussreinigung | Kanalreinigung

Dichtheitsprüfung

Kanalsanierung | Kanalortung

Kanal-TV

0228 - 946 977 00

www.akm-abflussreinigung.de

Broichstraße 77
53227 Bonn

24Std
Notdienst



Mitglied im VDRK e.V. | Zertifizierter Fachbetrieb nach §61 LWG/SüwVo Abwasser

NOTDIENSTE 110 POLIZEI 112 FEUERWEHR

gibt es eine zentrale Notdienstpraxis:
am St.-Josef-Hospital in Beuel (0228/407333) und am ev. Waldkrankenhaus in Bonn-Bad Godesberg (0228/316633).

Notfallpraxis
Bad Godesberg & Wachtberg
0228 / 38 33 88 oder
0180 / 50 44 100
Im Evangelischen Waldkrankenhaus
Waldstraße 73,
53177 Bonn-Bad Godesberg
www.notfallpraxis-
badgodesberg.de

**Kinderärztlicher
Bereitschaftsdienst**
In den sprechstundenfreien Zeiten
in der Woche, am Wochenende
und an Feiertagen ist der kinder-
ärztliche Bereitschaftsdienst für
den Bonner Raum unter der
Rufnummer: 0228/2425444 zu
erreichen.
Anschrift der Notfallpraxis:
Kinder- und Jugendärztliche
Notfallpraxis Bonn (am St.-
Marien-Hospital), Robert-Koch-
Straße 1, 53115 Bonn

**Hilfetelefon für
„Schwangere in Not“**
Die vertrauliche Geburt als
Alternative zur anonymen Form
der Kindsabgabe. Das bereits im
1. Mai 2014 in Kraft getretene
Gesetz gilt zum Schutz von
Neugeborenen und zur Hilfe für
Frauen in ungeplanten Schwan-
gerschaften.
Das Hilfetelefon „Schwangere in
Not“ ist rund um die Uhr,
kostenfrei, vertraulich, sicher, in
18 Sprachen [Bundesamt für
Familie und zivilgesellschaftliche
Aufgaben (BAFzA)] erreichbar:
„Schwangere in Not“
Telefon: 0800 / 40 40 020.

Apothekennotdienste
Weiterhin können auch die
bundesweit einheitlichen Not-
dienstservices der ABDA genutzt
werden: Unter der Nummer
0800 00 22 8 33 sind die
notdiensthabenden Apotheken rund
um die Uhr abrufbar. Aus dem
Festnetz ist der Anruf unter Tel. 0800

00 22833 kostenlos, per
Mobiltelefon ohne Vorwahl unter
Telefon: 22833 kostet jeder Anruf
pro Minute sowie jede SMS 69 Cent.
Weitere Informationen finden Sie
unter
www.abda.de/notdienst.html.

Krankennotruf
Wenn Sie für einen Sterbenden
die Krankensalbung und die
Sterbesakramente wünschen und
nicht Ihren Ortpfarrer (für Alter
Telefon: 2585) erreichen, steht
Ihnen ein Priester aus dem
Seelsorgebereich (Oedekoven,
Witterschlick) zur Verfügung.
Er ist über die Handynummer
0171/4167278 erreichbar.

**116 116:
Wer kennt diese Nummer?**

Der positive Trend hält an: Fast 40
Prozent der Bundesbürger geben
an, den Sperr-Notruf 116 116 zu
kennen, so die neuesten
Ergebnisse der aktuellen Markt-
forschung. Somit ist der
Bekanntheitsgrad der 116 116 in
den letzten vier Jahren um neun
Prozent gestiegen. Wie schon in
den Vorjahren zeigt sich, dass
Menschen mit zunehmendem Alter
eher vertraut sind mit dem Sperr-
Notruf. Allerdings wird durch die
Umfrage auch klar, dass manche
den Sperr-Notruf 116 116 weiter-
hin nicht von der Rufnummer
116 117, der Kassenärztlichen
Vereinigung, unterscheiden
können.

Zahlungskarten wie girocards
oder Kreditkarten, Personalaus-
weise, Online-Banking und SIM-
Karten - all diese können über
die 116 116 gesperrt werden. Für
Verbraucher ist die Nutzung des
Sperr-Notrufs unkompliziert, denn
eine Registrierung oder Anmel-
dung ist nicht nötig. Der Service
ist zudem kostenlos, ein Anruf bei
der 116 116 aus dem deutschen
Festnetz ist gebührenfrei, aus dem

Mobilnetz und aus dem Ausland
können Gebühren anfallen. Wer
möchte, kann sich auch die
kostenlose Sperr-App herunterla-
den: Hier können die Daten der

Zahlungskarten sicher gespei-
chert und girocards direkt aus der
App gesperrt werden, sofern das
teilnehmende Institut Zugang
durch diese Applikation gewährt.



NOTFALLSCHUBLADE

Das gehört in eine gut erreichbare **Notfall-
schublade** 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
• Gewalt gegen Frauen	0800 011 60 16
• Opfer-Notruf	116 006



Bestattungen Vitt

Familienbetrieb seit 1875

Freundlich und kompetent. – An Ihrer Seite.

Thomas Reitelbach
Bestattermeister

0228 - 62 68 68
Rochusstraße 176
53123 Bonn-Duisdorf
www.bestattungen-vitt.de



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.



Härder Berg · Duldorf · Langsdorf · Miedinghausen
unser tägliches Leben · Lössen · Mütten · Seckendorf

www.wir-hardtberger-online.de



MEDIENBERATERIN

Stefanie Atan

FON 02644 80191

MOBIL 0171 1876924

E-MAIL st.atan@
rautenberg.media

Energieeffizienz **RAUTENBERG MEDIA** Unser Weg zur Klimaneutralität.

Das Thema Nachhaltigkeit durchzieht alle Bereiche des Lebens und hat eine riesige Bedeutung für uns und alle folgenden Generationen. Wir von RAUTENBERG MEDIA gehen die Herausforderung ebenfalls an und wirken mit nachhaltigen Lösungen dem Klimawandel entgegen. Auf unserem Weg zur Klimaneutralität haben wir in 2022 verschiedene Maßnahmen umgesetzt.



NEUE ENERGIEEFFIZIENTE KOMPRESSOREN

Durch energieeffizientere Druckluftkompressoren für unseren Maschinenpark, können wir seit diesem Jahr 31.400 Kilowattstunden Strom einsparen.



LED-UMRÜSTUNG

Auch in unseren Büroräumen haben wir in 2022 umgerüstet. Unsere Leuchtmittel sind nun fast vollständig auf LED umgestellt. Allein hier sparen wir Strom von umgerechnet fast 6 Zwei-Personen-Haushalten im Jahr ein.



NEUE KLIMAFREUNDLICHERE DRUCKPLATTEN

Durch die Verwendung von Druckplatten, die noch recht neu auf dem Markt sind, können wir 65% unseres Wasserverbrauchs einsparen.



INSTALLATION EINER SOLARANLAGE

Unsere in 2022 neu installierte Solaranlage mit einer Fläche von 1.800 Quadratmetern, wird rund 40% unseres gesamten Stromverbrauchs abdecken.

STARK MIT GRÜNER ENERGIE



**RAUTENBERG
MEDIA**



Attraktiver & cleverer Lüftungskomfort in der Küche

Dicke Luft und unangenehme Essensgerüche, die sich während des Kochens und Bratens überall verteilen, müssen nicht sein. „Dagegen helfen effiziente Abluft- und Umluft-Lüftungssysteme: Von der smarten, blickfangenden Design-Attraktion über einer Kochinsel bis zu dezenten oder fast völlig unsichtbar integrierten Lösungen für Lifestyle-(Wohn)Küchen“, so Volker Irle, Geschäftsführer der AMK - Arbeitsgemeinschaft Die Moderne Küche e.V.

Forelle blau. Ein sehr würziger Eintopf oder Auflauf. Überbackene Zwiebelsuppe. Scharf angebratenes Fleisch. Käsefondue. Pizza Quattro Formaggi. So köstlich das fertige Gericht auch schmeckt, während des Kochens, Bratens, Backens oder Grillens und insbesondere danach soll die Luft in der (Wohn)Küche wieder geruchsfrei und angenehm frisch sein. Das managen Dunstabzüge mit leisen, sparsamen, leistungsstarken und langlebigen Motoren plus einer sehr effizienten Filtertechnik, sodass die umgebenden Möbel vor Fett-/Ölpartikeln und Dampfschwaden geschützt sind und unangenehme Gerüche aus der Luft entfernt werden. Beispielsweise auch mithilfe optionaler Umluft-Hochleistungsfilter mit ihrer sehr hohen Geruchsreduzierung. Sie halten übrigens auch luftgetragene Pollen zurück und deaktivieren Allergene im Filter, was für alle Allergiker eine besondere Erleichterung ist. Oder wartungsfreie, selbstreinigende Umluftfiltersysteme, die sich z. B. auf der Basis eines thermokatalytischen Verfahrens regenerieren und so für gute Luft sorgen. „Das Schöne an den neuen Lüftungskonzepten ist darüber hinaus, dass für jeden Lifestyle, jedes Haushalts-Budget und jede Raumgröße etwas dabei ist“, sagt AMK-Geschäftsführer Volker Irle. Das kann - je nach persönlichem Einrichtungs- und Lebensstil - ein Hingucker über der Kochinsel in einer offenen Wohnküche sein wie z. B. eine attraktive Insel- oder Deckenhaube mit Liftfunktion. Neben einer effizienten Lüftung und Geruchsbeseitigung ziehen

sie aufgrund ihrer außergewöhnlichen Optik schnell die Blicke auf sich. Integrierte Effekt- und Ambiente-Beleuchtungen unterstreichen ihre Eigenschaft als ikonisches Designobjekt. „Die zunehmende Urbanisierung und damit verbundene Verdichtung in Ballungsräumen führt dazu, dass Wohnräume in Zukunft kleiner ausfallen“, konstatiert Volker Irle. Hier sind platzsparende, funktionale Lösungen gefragt, beispielsweise dezente bis nahezu unsichtbar integrierte Lüftungskonzepte: z. B. vollintegrierte Dunstabzugshauben, die flächenbündig in einen Oberschrank über dem Kochfeld eingebaut werden. Bei geschlossener Möbelfront (mit Schranktür oder praktischem Klappensystem) sind sie nicht zu sehen - sozusagen undercover. Erst bei Inbetriebnahme werden sie sichtbar und zeigen dann, was so alles in ihnen steckt. Zum Kochen, Braten & Dünsten wird einfach ihr eleganter Glasschirm mit integrierter TouchControl-Bedienung ausgeklappt und schon sind Lüftung und Beleuchtung aktiviert. Beim Zuklappen schalten sich die vollintegrierten Dunstabzugshauben dann wieder aus. Diese neuen Einbaumodelle können sich in Höhe, Tiefe und Materialstärke flexibel den jeweiligen Abmessungen der Küchenmöbel anpassen. Und der Oberschrank lässt sich trotz flächenbündigem Einbau sogar noch nutzen, da rechts und links vom Kamin Stauraum in Form von Ablagen zur Verfügung steht. Sehr raffiniert: Die Dunstabzugshaube verbirgt sich unsichtbar in einem decken- oder wandhängenden Regalsystem. Es besteht aus Modulen in wählbarer Höhe und Breite. Die Regal-Module lassen sich beliebig erweitern und anhand eines umfangreichen und integrierbaren Zubehörsortiments ganz auf den persönlichen Bedarf abstimmen. Außerdem können sie - wie der Dunstabzug - mit integrierten LED-Leuchtpaneeelen ausgestattet werden. Wahlweise kühle, weiße oder wärmere Lichtnuancen sorgen dann für die gewünschte Arbeits- oder Wohlfühlumgebung. Dies und mehr lässt sich übrigens auch per

App einstellen oder mit einem Sprachassistenten. Einen sehr dezenten und effizienten Lüftungskomfort bieten auch Kochfelder mit integriertem Dunstabzug, die in verschiedenen Breiten erhältlich sind, je nachdem wie viel Platz zur Verfügung steht. Das muss nicht viel sein (ab 60 cm), denn diese 2in1-Lösungen lassen sich auch in kleinen Küchen realisieren. Mit so einem Downdraftsystem erwirbt man gleich zwei leistungsstarke Performer in einem Einbaugerät: ein leicht und intuitiv zu bedienendes Induktionskochfeld mit einem Abzug, der die Schwaden und Gerüche direkt am Ort des Entstehens nach unten absaugt. In offenen Wohnküchen sind solche Planungen ebenfalls sehr beliebt, da Kochfeld und Abzug eine kompakte Einheit bilden, die sich überall einplanen lässt. „Ob Umluft- oder Abluftbetrieb ist Geschmackssache sowie abhängig von den architektonischen Gegebenheiten, baulichen Möglichkeiten und auch vom Nutzerverhalten“, sagt AMK-Chef Volker Irle. „Wir empfehlen, sich in einem Küchenfachgeschäft, Küchenstudio oder



Prämierte, kompakte 2in1-Einheit, z. B. ideal für Kochinseln, ausgestattet mit einem leistungsstarken, energieeffizienten Lüftungskonzept und einem regenerativen Filtersystem. Optional mit schicker Drehknebelsteuerung. (Foto: AMK)

Möbelhaus mit Küchenfachabteilung ganzheitlich beraten zu lassen. So findet man gemeinsam schnell zu seinem persönlichen optimalen Lüftungskomfort.“ Beispielsweise in Form eines außergewöhnlichen Designobjekts an der Wand, Decke oder über einer Insel. Als attraktive, jedoch eher dezente 2in1-Einheit (Kochfeld mit Abzug). Oder clever unauffällig als vollintegrierte Dunstabzugshaube im Oberschrank. (AMK)

Bei allen Gartenarbeiten bin ich Ihr Partner!

- Gartenpflege aller Art • Gartengestaltung
- Baumfällen mit Fällgutentsorgung
- Heckenschnitt mit Teleskopheckenschere

Rufen Sie mich an!

Manfred Pohl • Tel.: 0228-622155 • Prof. Huber-Str. 10 • 53123 Bonn

Qualität zum Herstellerpreis

Alu-Terrassendach, inklusive 8.76 mm VSG, pulverbeschichtet
inklusive dimmbarer LED-Spots - z. B.: 600 x 300 cm

Optional: Glasdachmarkisen



bonnglas



Inkl. Anlieferung im Gebiet BN-K-SU-BM

JETZT NUR EUR 4.590,-

Der Dachspezialist aus Bonn - Beratung und Angebot: 0178 - 16 53 420



Einfach genial - die neuen Türsysteme in der Küche

Wie sich Grundflächen bestmöglich, effektiv und multifunktional nutzen lassen, um aus dem vorgegebenen Raum so viel wie möglich herauszuholen, das zeigen (Wohn) Küchen mit angrenzenden sowie unsichtbar integrierten Stauraumerweiterungen. Ein wichtiges Gestaltungsmittel hierfür sind clevere Türsysteme und innovative Beschläge. Dahinter lässt sich ganz viel unterbringen, top verstauen und auch bevorraten. Die neuen Multitalente können jedoch noch sehr viel mehr. „Wir benutzen sie jeden Tag, ohne darüber nachzudenken. Und doch sind sie in unserem Leben absolut unverzichtbar - Türen jeglicher Art, Funktion und Größe, Türen in öffentliche und private Lebensräume“, sagt Volker Irlé, Geschäftsführer der AMK - Arbeitsgemeinschaft Die Moderne Küche e.V. So auch in einer Wohnküche, in der viele schöne Aktivitäten stattfinden

wie das Bevorraten leckerer Lebensmittel und Getränke, Kochen, Essen, Wohnen und Leben. Genuss, Austausch, Kommunikation und Geselligkeit. Neuerdings für viele Berufstätige auch ein regelmäßiges Arbeiten von zuhause aus. „Gleichzeitig stellen wir auch eine zunehmende Nachfrage nach einem schnell und direkt zugänglichen, jedoch unsichtbar integrierten Hauswirtschaftsbereich oder zusätzlichen Vorratsraum fest“, so Volker Irlé. In einer Küche ist jedes noch so kleine Detail perfekt durchdacht und hoch funktional. So auch bei den neuen, intelligenten Türsystemen und Beschlägen, die optisch wie funktional vielfältige Aufgaben übernehmen und jedem Grundriss und Käuferanspruch gerecht werden: Angefangen bei traditionellen Schranktüren bis hin zu Sonderausführungen wie den neuen Durchgangstüren,



Eine begehbare Vorratskammer als repräsentatives Raum-in-Raum-Konzept und Verbindung zwischen Kochen, Essen & Entspannen. Der Innenraum des Kubus lässt sich individuell mit Schränken, Auszügen, Schubfächern und Regalen ausstatten - z. B. zum Lagern edler Spirituosen. Foto: AMK

Falttüren, Schiebe- bzw. Gleittüren eröffnen viele planerische Möglichkeiten. So sind sie Diese innovativen Türsysteme beispielsweise ein beliebtes

SANIERUNG HAUER – wir kriegen alles sauber!

Steinreinigung/Fassadenreinigung • Dachreinigung/Dachsanierung • Stein- und Fliesenarbeiten • Sanierung/Trockenlegung



Herbstaktion!

20 % Rabatt auf alle Arbeiten sowie kostenlose An- und Abfahrt bis 30. November 2022



Reinigung ohne Chemikalien auf Bio-Basis:

Steine/Fassaden
Dach/Mauern
Betonstein/Naturstein/Sandstein
Treppen/Terrassen
Kunstharzverfugung

Bis zu
10 Jahren
Garantie!
Nano-
technologie



„ReNew“ Dachbeschichtung mit hervorragenden Eigenschaften. Die Beschichtung schützt Dachziegel gegen Umwelteinflüsse, verlängert die Lebensdauer und minimiert die Oberflächenkorrosion. Diese Dachbeschichtung macht Dachziegel UV-stabil, kälte- & hitzefest, selbstreinigend und extrem wasserabweisend, ohne die Atmungsaktivität zu beeinträchtigen.

Reinigung Beschichtung Ergebnis Kein Unkraut mehr!

- durch Kunstharzverfugung
- wasserdurchlässig
- belastbar bis 7,5 t



Vereinbaren Sie eine kostenlose Probereinigung! Beratung und Kostenvoranschlag gratis! Wir freuen uns auf Sie!

Sanierung Hauer

Kiefernweg 7 • 53340 Meckenheim

Mobil: 01 77/492 64 16 • Büro 0 22 25/9 56 84 12

E-Mail: info@sanierung-hauer.de

www.sanierung-hauer.de



Sanierung & Reinigung aller Art
vom Keller bis zum Dach
www.sanierung-hauer.de

Kiefernweg 7
53340 Meckenheim
Büro: 02225 / 956 84 12
Mobil: 0177 - 492 64 16

RUND UM MEIN ZUHAUSE



Neue Möglichkeiten bei der Raumplanung: Einladende U-förmig angeordnete Wohnküche mit einer praktischen Durchgangstür in Schrankoptik, durch die man in den angeschlossenen und diskret verborgenen Hauswirtschaftsraum gelangt - das Ganze in Kombination mit zwei Hochschränken. Foto: AMK

Stilmittel zur Strukturierung und Neugestaltung von Räumen, um dort verschiedene Lebens-, Wohn- und Arbeitsbereiche geschickt voneinander abzugrenzen. Auch, um sie auf Wunsch sogar gänzlich unsichtbar zu machen - auf eine geradezu geniale Weise. Ein Beispiel hierfür sind die neuen Durchgangstüren - als verbindendes Element zwischen zwei Räumen oder für Raum-in-Raum-Konzepte. Kombiniert mit Hochschränken ergeben sich ganz neue Planungsoptionen. Zudem ermöglichen diese Durchgangstüren direkte, kurze Wege von der Wohnküche in angrenzende, verwandte Bereiche wie einen verborgenen Hauswirtschaftsraum, Vorrats- & Abstellraum oder Homeoffice-Bereich. Das Raffinierte dabei: Die Durchgangstüren, ob mit oder ohne Griff, sind als solche absolut nicht zu erkennen, da sie in dergleichen Frontausführung wie die Hochschränke in der Wohnküche sind plus einem farblich angepassten Sockel. Bei grifflosen Planungen öffnen und schließen sie sich geräuschlos mithilfe einer Öffnungsunterstützung und integrierten Dämpfung. Schiebetür- bzw. Gleittürsysteme bieten interessante Alternativen. Beim Öffnen verschwinden sie entweder platzsparend in der Wand oder gleiten dank eines dezenten Schienensystems schwebelicht daran entlang. Insbesondere kleine Räume profitieren von solchen Lösungen, da keine Grundfläche für aufschwingende Türen freigehalten werden muss. Oder wenn z. B. ein separater Homeoffice- oder Laundry-Bereich in einer Ecke oder Nische in die Wohnküche integriert werden

soll. In Kombination mit Hochschränken und/oder Regalsystemen ergeben sich weitere schicke, architektonische Lösungen: wenn beispielsweise ein paar imposante, großformatige Gleittüren so flexibel ver- und übereinander geschoben werden, dass bestimmte Schrank- & Regalbereiche offen, andere dagegen geschlossen oder nur zum Teil einsehbar sind. Raffinierte Gestaltungs- und Ausstattungsmöglichkeiten ergeben sich auch mit Pocketsystemen, versenkbare Einschubtüren (Pocketdoors) mit integrierter Technik - alles verpackt in einem eigenen schmalen Korpus, der sich nahtlos zwischen andere Korpusse einfügt. Hinter diesen Einschiebetürsystemen lassen sich einzelne Schrankinhalte verbergen, auf Wunsch eine ganze Küchenzeile und vieles mehr wie z. B. ein in die Küche integriertes Wäschepflegecenter, eine Hausbar oder ein Telearbeitsplatz. Die grifflosen Pocketdoors öffnen und schließen sich leichtgängig dank integrierter Öffnungsunterstützung. Sanftes Antippen genügt, um sie komplett im Pocketschrank verschwinden zu lassen. Was den Blicken zuvor verborgen war, ist jetzt bequem zugänglich. Zum Schließen einfach kurz auf die Tür drücken, die daraufhin aus dem Pocketschrank ausgeworfen wird und schon kann der Arbeitsbereich wieder hinter eleganten geschlossenen Möbelfronten versteckt werden. Individuelle, variantenreiche offene sowie geschlossene Frontdesigns in der Küche sowie in anderen Wohn- und Arbeits-

bereichen ermöglichen auch Falttürsysteme - z. B. Schrankfronten mit zwei oder gar vier beweglichen Türflügeln, je nachdem wie breit die Planung sein soll. Im geöffneten Zustand nehmen die sich raffiniert zusammenfaltenden Türen nur wenig Platz weg. „Gerade bei kleineren urbanen Wohngrundrissen sind platzsparende Lösungen gefragt“, sagt Volker Irlé. Hier können die neuen Türsysteme ihre Stärken voll ausspielen. Das gilt ebenso für viele weitere Lebensbereiche wie Kinder-, Gäste- und Badezimmer, Flure mit einer unsichtbar integrierten Garderobe. Zunehmend beliebter werden auch begehbare Kleiderschränke in Schlafzimmern hinter Durchgangs-, Falt-, Schiebe- oder

Einschubtüren. „Da Küchenspezialisten heutzutage nicht nur Traumküchen, sondern auch ganze Wohn- & Lebensräume individuell und ganzheitlich planen, sind sie die idealen Gestalter neuer hybrider Wohnkonzepte. Sie besitzen das Know-how sowie die Erfahrung, wie fest vorgegebene Grundrisse immer wieder neu strukturiert werden können. Wie sich auch kleine Räume effektiv und multifunktional ausstatten lassen. Und wie zusätzliche Stauraumerweiterungen unsichtbar darin integriert werden können“, so der Geschäftsführer der AMK - Arbeitsgemeinschaft Die Moderne Küche e.V., Fach- und Dienstleistungsverband der gesamten Küchenbranche. (AMK)

Wasserschadens
Service





Broichstr. 77 · 53227 Bonn
info@rbs-bonn.de · www.rbs-bonn.de
Tel.: 0228 / 946 944 58 · Fax: 0228 / 946 944 60

Rohrbruchortung · Bautrocknung · Schadenmanagement

SCHÖNE STEINE FÜR
TERRASSE
EINFAHRT
GARTEN, WEGE, PLÄTZE



DER
NEUE
KATALOG
IST DA!



Täglich bis
21 Uhr geöffnet
IDEEN-
GARTEN
Maarstr. 85-87
Bonn



Maarstr. 85-87 · 53227 Bonn
Tel.: 0228 / 4 00 64-0 · www.koll-steine.de

Die nächste Ausgabe erscheint am:
Samstag, 12. November 2022
Annahmeschluss ist am:
07.11.2022 um 10 Uhr

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

IMPRESSUM

WIR HARDTBERGER

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 und Christoph de Vries
Verantwortlich f. d. Anzeigenteil:
Dunja Rebinski

ERSCHEINUNG vierzehntäglich

V.i.S.d.P. FÜR DIE RUBRIK

· Politik

CDU Herbert Frohn

SPD Gabi Mayer

BBB Johannes Schott

Kostenlose Haushaltsverteilung in Bonn-Hardtberg, Zu-
stellung ohne Rechtsanspruch, Einzelbezug über Rauten-
berg Media 5,00 Euro/Stück + Porto. Sind gesetzlich ge-
schützte Warenzeichen nicht gekennzeichnet, erlauben
fehlende Hinweise keine freie Nutzung. Namentlich ge-
kennzeichnete Artikel spiegeln nicht immer die Meinung
der Redaktion wider.

Handhabung für unverlangt hereingegebene Pressematerialien

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

KONTAKT

MEDIENBERATERIN

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

REPORTERIN

Christine Strunck-Heines
Mobil 0152 34 08 56 26
csh-info@onlinehome.de

VERTEILUNG

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

SERVICE Fon 02241 260-112
service@rautenberg.media

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

RAUTENBERG MEDIA ONLINE

rautenberg.media
facebook.de/rautenbergmedia
twitter.de/rautenbergmedia
instagram.de/rautenberg_media
vimeo.com/rautenbergmedia

ZEITUNG

wir-hardtberger-online.de/e-paper
unserort.de/hardtberg

SHOP

rautenberg.media/anzeigen

LOKALER GEHT'S NICHT

Für Nordrhein-Westfalen publiziert Rauten-
berg Media über 80 Städte- und Gemeinde-
zeitungen. Die Zeitungsartikel mit Bildmateri-
al erscheinen auch unter unserort.de, der Social-
Media-Plattform von Rautenberg Media.
Lernen Sie uns als 360° Media-Partner auch
bei DRUCK, WEB und FILM kennen.



- ZEITUNG
- DRUCK
- WEB
- FILM

PRIVATE & GESCHÄFTLICHE KLEINANZEIGEN

ONLINE BESTELLEN

www.rautenberg.media/kleinanzeigen

Angebote

Tiere

Pferde

Exklusive und anspruchsvolle Tier-
Fotografie

www.petram-fotografie.de,
Tel. 0175/5105310

Gesuche

Kaufgesuch

Kaufe Klaviere, Weine & Cognac

Achtung sofort Bargeld für Näh-/
Schreibmasch., Bücher, Tischwäsche,
Rollatoren, Zinn, Tafelsilber, Münzen,
Modeschmuck, Armband-/Taschen-
uhren, Bekleidung D/H! Suche
Rolexuhr für Privat! Tel.: 01634623963
Hr. Braun! Gerne machen wir Ihnen
ein seriöses Angebot. Die Hygiene-
vorschriften halten wir ein.



AUTO & ZWEIRAD

Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen

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



Dienstleistung

Badewannen-Neubeschichtung,
Garantie, Fa. Derichsweiler
Tel. 0221 - 25981779



ANKAUF

Ankauf: Kleidung aller Art, Pelze,
Taschen, Näh- u. Schreibm., Spinn-
räder, Schmuck, Jagdzubeh., Orden,
Kameras, Bernstein, Porzellan, Krüge,
Bleikristall, Puppen, Teppiche,
Gemälde, Zinn, altdt. Möbel, Silber-
besteck, Münzen, Uhren, Lampen, LP's.

Fa. Hartmann 0162-8971806

Familien

ANZEIGENSHOP

FGB 20-13
43 x 90 mm
ab 18,00€

Für alles was wirklich zählt!

shop.rautenberg.media

KLEINANZEIGEN
PRIVAT & GESCHÄFTLICH
ONLINE  BESTELLEN

rautenberg.media/kleinanzeigen

Ihre private*
KLEINANZEIGE

bis 100 Zeichen

in dieser Zeitung

ab **6,99€**

*gewerbliche Kleinanzeige ab 13,99 €

02241 260-400 Telefonische Beratung



RAUTENBERG MEDIA

Fragen zur Verteilung?

HERR FALK

mail@regio-pressevertrieb.de

www.regio-pressevertrieb.de **REGIO** pünktlich · zielgerichtet · lokal
PRESSE VERTRIEB GmbH
Die Zeitungszustellgesellschaft der RAUTENBERG MEDIA KG

H^{wir}Hardtberger
Brüser Berg · Duisdorf · Lengersdorf · Medinghoven
einschließlich: Endenich · Lessenich · Röttgen · Uckerdorf
www.wir-hardtberger-online.de

HALLO PRESSEPRECHER/INNEN PRESSEBEAUFTRAGTE

der **VEREINE – KIRCHEN – SCHULEN** und
anderer Organisationen

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

<https://redaktion.rautenberg.media>



unserort.de

ALLE eingestellten Artikel erscheinen auch
auf www.unserort.de und sind so direkt
online. Ihr Artikel geht damit "lokal"
und kann überall gelesen, „geliked“
werden. Auch können Sie auf
www.unserort.de eine „Gruppe“ für
Ihren Verein anlegen, so dass z.B. die
Mitglieder Ihres Vereins Ihnen „folgen“
können und so immer die aktuellsten
Nachrichten direkt auf PC / Tablet oder Handy erhalten.



Wir freuen uns auf Sie!

- ZEITUNG
- DRUCK
- WEB
- FILM



Die wohl farbenfroheste Ausbildung der Welt

Spezialisten in der Lack- und Druckfarbenindustrie haben glänzende Perspektiven



Foto: Deutsches Lackinstitut/ akz-o

Was kann es Schöneres geben als eine Ausbildung in einem Berufsfeld, das unseren Alltag und unser Umfeld bunt und lebenswert macht? Bei dem man an der Entwicklung und Herstellung von Produkten beteiligt ist, die für die Gestaltung unserer Lebenswelt und den Schutz alltäglicher Gebrauchsgegenstände unentbehrlich sind? Wer daran Spaß und ein Faible für Naturwissenschaften und Technik hat und eine Ausbildung sucht, die Sicherheit und glänzende berufliche Perspektiven bietet, sollte sich das Ausbildungsangebot der Unternehmen der Lack- und Druckfarbenindustrie genauer anschauen. Denn eine Ausbildung als Lacklaborant/in, aber auch als Chemikant/in oder Produktionsfachkraft Chemie in der wohl farbenfrohesten Industriebranche ist abwechslungsreich, modern

und zukunftsorientiert. „Zudem sind gut ausgebildete Fachkräfte in den vielseitigen Berufen auf dem Arbeitsmarkt, insbesondere in der Lack- und Druckfarbenindustrie, sehr gefragt“, erklärt Michael Bross, Geschäftsführer des Deutschen Lackinstituts in Frankfurt.

Mehr Farbe im Leben

Die Ausbildung als Lacklaborant/in ist bunt und abwechslungsreich. Denn anders als in vielen anderen Berufen ist man an allen Phasen der Entwicklung und Herstellung eines Produkts beteiligt. Ob bei der Produktion einer Wand- oder Druckfarbe oder der Entwicklung eines neuen Autolacks: Als Lacklaborant/in prüft man unter anderem Rohstoffe, bringt Ideen in die Entwicklung eines Produkts ein, testet Lackrezepturen und prüft am Ende die Qualität und die Farbtongenaugigkeit der produzierten Farben. Deshalb sind in diesem Beruf ein gutes Farbsehvermögen, gute Beobachtungsgabe und die Bereitschaft zur Teamarbeit gefragt. Neben einem guten Realschulabschluss oder Abitur sind Interesse an Naturwissenschaften und Technik die Grundvoraussetzungen für einen erfolgreichen Berufsweg. Mit der abgeschlossenen Ausbildung als Lacklaborant/in ist das Ende der Karriereleiter noch nicht erreicht. Mit einer Weiterbildung zum Lacktechniker/in oder einem Studium mit dem Abschluss Lackingenieur/in steht einem beruflichen Aufstieg zum Laborleiter oder Entwicklungschef

nichts im Wege. Glänzende berufliche Perspektiven also. Ausführliche Informationen über die entsprechende Berufsbilder,

freie Ausbildungsplätze sowie Hinweise zum Lackingenieur-Studium finden Interessierte unter www.lacklaborant.de. (akz-o)



Foto: Deutsches Lackinstitut/akz-o



Wir sind ein mittelständisches Medienhaus in Troisdorf, Bohmte und Berlin. Lernen Sie uns kennen:

- 360° Media-Partner
- **ZEITUNG:** Zweitgrößter Wochenzeitungsverlag in Deutschland
- **DRUCK:** Hochwertige Druckprodukte von der Visitenkarte bis zum Buch
- **WEB:** Umfassende Web-Präsenzen und Web-Shops
- **FILM:** Erklären, präsentieren, werben mit Filmen
- Seit über 60 Jahren am Markt

Medienberater (m/w/d)

für den RHEIN-SIEG-KREIS/BONN LINKSRHEINISCH gesucht.

Das bieten wir

- eine ausführliche Einarbeitung und einen abwechslungsreichen Vollzeit Arbeitsplatz in der kreativen Medienbranche
- eine 37,5 Stunden Woche sowie flexible Arbeitszeiteinteilung, für eine ideale Work-Life-Balance
- eine attraktive Vergütung in Form von einem Festgehalt plus Provision
- einen sicheren Arbeitsplatz mit familienfreundlichen Rahmenbedingungen
- einen Homeoffice-Arbeitsplatz (100% Homeoffice möglich)

Das sind Ihre Aufgaben

- Umfangreiche Beratung Ihrer Kunden in unseren vier Geschäftsbereichen
- Erarbeiten passender Kommunikationsstrategien für Ihre Kunden
- Pflege der Bestandskunden sowie Neukundenakquise
- Enger Austausch mit Redaktion, Grafik und weiteren Abteilungen in unserem Haus

Das bringen Sie mit

- Sie sind vernetzt, zielstrebig, kundenorientiert und organisiert
- Ein sympathisch-selbstsicheres Auftreten
- Sprechen/schreiben gut/sehr gutes Deutsch
- PC-Kenntnisse (E-Mail-Kommunikation, Office-Programme, etc.)
- Erfahrung im Verkauf (Einzelhandel, Beratung)
- Einen Führerschein der Klasse B

Wir freuen uns darauf, Sie kennenzulernen.

Mailen Sie Ihre ausführliche Bewerbung inkl. Lebenslauf (.pdf) – unter dem Stichwort: „Medienberater (m/w/d) – Rhein-Sieg-Kreis/Bonn linksrheinisch“ an: karriere@rautenberg.media oder bewerben Sie sich **online**.






5 JAHRE
HERSTELLER
GARANTIE*

**Sondermodell
Space Star Select**

Mitsubishi Space Star Select
1.2 Benziner 52 kW (71 PS) 5-Gang
statt ~~13.680~~ EUR¹
nur **12.490 EUR²**

- Klimaanlage
- Licht- und Regensensor

- Infotainment-System mit Bluetooth® und DAB+ u.v.m.

* 5 Jahre Herstellergarantie bis 100.000 km, Details unter www.mitsubishi-motors.de/herstellergarantie

Messverfahren VO (EG) 715/2007, VO (EU) 2017/1151 Space Star Select 1.2 Benziner 52 kW (71 PS) 5-Gang Kraftstoffverbrauch (l/100 km) innerorts 5,4; außerorts 4,0; kombiniert 4,5. CO₂-Emission (g/km) kombiniert 104. Effizienzklasse C. **Space Star** Kraftstoffverbrauch (l/100 km) kombiniert 4,7-4,5. CO₂-Emission (g/km) kombiniert 108-104. Effizienzklasse C. Die Werte wurden entsprechend neuem WLTP-Zyklus ermittelt und auf das bisherige Messverfahren NEFZ umgerechnet. Hinweis: Die Kfz-Steuer wird auf Basis der WLTP-Werte berechnet.

1 Unverbindliche Preisempfehlung Space Star Select 1.2 Benziner 52 kW (71 PS) 5-Gang der MMD Automobile GmbH, ab Importlager, zzgl. Überführungskosten, Metallic-, Perleffekt- und Premium-Metallic-Lackierung gegen Aufpreis. **2** Hauspreis Space Star Select 1.2 Benziner 52 kW (71 PS) 5-Gang, solange Sondermodell-Vorrat reicht.

Abb. zeigt Space Star Select+ 1.2 Benziner 52 kW (71 PS) 5-Gang

Auto Greuel
Wir lieben Kunden.
www.autohaus-greuel.de

Auto Greuel GmbH & Co. KG
Christian-Lassen-Str. 5 | 53117 Bonn-Buschdorf
Telefon: 0228-559050

