

Mitteilungsblatt

MIT AMTLICHEN HINWEISBEKANNT MACHUNGEN DER GEMEINDE

Neunkirchen-Seelscheid

66. Jahrgang

Freitag, den 06. Februar 2026

Woche 6

Jede Woche in Ihrem Briefkasten

Ist ein mitreißendes
Saxophonsolo
ein Klangwunder?

Entdecken Sie das Wunder
der Klänge neu:
Phonak Paradise mit
unvergleichbarer
Klangqualität.



- Frischer natürlicher Klang
- Brillantes Sprachverständen
- Personalisierte Störgeräuschunterdrückung



Phonak Audéo™ Paradise

So klingt das Paradies.

Jetzt Termin vereinbaren und unverbindlich Probe tragen!

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

HÖRGERÄTE
JEX



Filiale Seelscheid
Zeithstraße 138a, 53819 Neunk.-Seelscheid
Tel.: 02247 / 745174, Fax: 02247 / 9238228
Filiale Neunkirchen
Hauptstraße 74, 53819 Neunk.-Seelscheid
Tel.: 02247 / 9007622
Filiale Siegburg
Wilhelmstraße 55-63, 53721 Siegburg
Tel.: 02241 / 26527-0, Fax: 02241 / 26527-45

HNO-Arzt im Hause!

SIEGBURGMED

MEDIENBERATERIN

Daniela Kessler

FON 02241 260-131

E-MAIL d.kessler@rautenberg.media



MEDIENBERATERIN

Sabine vom Scheidt

FON 02241 260-142

E-MAIL s.vomscheidt@rautenberg.media



Kindersprechstunde

Liebe Kinder,
am **13. April 2026** findet meine Kindersprechstunde statt. Ich freue mich darauf, mit euch über eure Ideen und Wünsche für unsere Gemeinde zu sprechen.

Was gefällt euch bei uns besonders gut? Was würdet ihr gerne verändern? Habt ihr Vorschläge für Spielplätze, Freizeitangebote oder andere Dinge, die euch wichtig sind? Ich bin ge-

spannt auf eure Ideen!
Wenn ihr mit mir sprechen möchtet, meldet euch bitte vorher mit euren Eltern im Vorzimmer unter der Rufnummer **02247/303-400** oder per E-Mail unter

vorzimmer@neunkirchen-seelscheid.de
an.
Ich freue mich auf euch!
Euer Guido Vierkötter
Bürgermeister

Ende: Der Bürgermeister informiert

66. Jahrgang | Freitag, 06. Februar 2026 | Nr. 6 / 2026



AMTLICHE HINWEISBEKANNTMACHUNGEN

Hinweisbekanntmachung

Der Zedernweg in Hülscheid wird gemäß § 6 des Straßen- und Wegegesetzes als Gemeindestraße dem öffentlichen Verkehr gewidmet.

Die Bekanntmachung erfolgt durch Aushang am Rathauseingang in Neunkirchen und im Bürgerbüro Seelscheid, Driescher Straße 2. Au-

Berdem ist die Bekanntmachung auf der Internetseite der Gemeinde Neunkirchen-Seelscheid (www.neunkirchen-seelscheid.de) einzusehen.

Neunkirchen-Seelscheid, den 29.01.2026

Der Bürgermeister

Vierkötter

Hinweisbekanntmachung

Der Regenwasserkanal im Zedernweg ist betriebsfertig hergestellt.
Die Fertigstellung wird öffentlich bekanntgemacht durch Aushang am Rathauseingang in Neunkirchen und im Bürgerbüro Seelscheid, Driescher Straße 2. Außerdem ist der Bekanntmachungstext auf der Internetseite der Gemeinde Neunkirchen-Seelscheid (www.neunkirchen-seelscheid.de) einzusehen.

Der Text des Aushangs lautet wie folgt:

Fertigstellung des Regenwasserkanals im Zedernweg

Der Regenwasserkanal im Zedernweg ist betriebsfertig. Planunterlagen, aus denen die Lage der Kanäle und der Hausanschlüsse ersichtlich sind, können während der Dienststunden im Bauamt, Zimmer 110, Hauptstraße 78 in Neunkirchen eingesehen werden.

Grundstücke mit einem Wohngebäude oder einem sonstigen Gebäude sind innerhalb von drei Monaten nach dieser Bekanntmachung an den Regenwasserkanal anzuschließen. Bei Neu- und Umbauten kann der Anschluss an den Kanal vor Benutzung der baulichen Anlage vorgenommen werden.

Von der Anschluss- und Benutzungspflicht ausgenommen sind Grundstücke, für die gemäß § 10 Abs. 3 der Entwässerungssatzung der Gemeinde Neunkirchen-Seelscheid, vom 30.11.2018 in der Fassung der Änderung vom 13.02.2025, eine Freistellung von der Niederschlagswasserüberlassungspflicht erteilt wurde. Voraussetzung hierfür ist der Nachweis gegenüber der zuständigen Behörde (Rhein-Sieg-Kreis), dass das Niederschlagswasser ganz oder teilweise gemeinwohlerträglich auf dem Grundstück versickert oder ortsnah in ein Gewässer

eingeleitet werden kann. Liegt dieser Nachweis der Gemeinde vor, entscheidet diese über den Antrag. Mit Erteilung der Freistellungserklärung geht die Niederschlagswasserüberlassungspflicht widerruflich auf den Grundstückseigentümer über.

Alle der Anschlusspflicht unterliegenden Grundstückseigentümer (Erbbauberichtigte sind Eigentümern gleichgestellt) haben ihre Grundstücke mit den zur ordnungsgemäßen Entwässerung erforderlichen Einrichtungen zu versehen. Die Anschlüsse bedürfen der vorherigen Zustimmung durch die Gemeinde Neunkirchen-Seelscheid. Rechtzeitig vor Beginn der Anschlussarbeiten ist der Gemeinde der vorgesehene Anschluss anzuzeigen. Die hierzu erforderlichen Formulare erhalten Sie bei der Gemeinde Neunkirchen-Seelscheid.

Für Schäden, die durch eine missbräuchliche oder satzungswidrige Benutzung der Abwasseranlagen entstehen, sind die Verursacher gemäß der Entwässerungssatzung für die Gemeinde Neunkirchen-Seelscheid schadensersatzpflichtig.

Ich weise ausdrücklich darauf hin, dass in die Kanäle nur Regenwasser eingeleitet werden darf.

Sollten Sie Fragen zu Ihrer Grundstücksentwässerung haben, stehen Ihnen die Mitarbeiter/-innen der Gemeinde gerne zur Verfügung:

Frau Krauß Tel.: 0 22 47 / 303 - 232

Herr Krämer Tel.: 0 22 47 / 303 - 215

Neunkirchen-Seelscheid, den 29.01.2026

Der Bürgermeister

Vierkötter

Widmung der Straße „Zedernweg“ gemäß § 6 des Straßen- und Wegegesetzes

Das Grundstück Gemarkung Eischeid, Flur 1, Flurstück 109 in Hülscheid (vgl. die Darstellung im beigelegten Lageplan) wird gemäß § 6 Abs. 5 des Straßen- und Wegegesetzes des Landes Nordrhein-Westfalen (StrWG NRW) in der Fassung der Bekanntmachung vom 23.09.1995 (GV NW S. 1028), zuletzt geändert durch Gesetz vom 10.12.2024 (GV.NRW S. 1184) mit dem Tag der öffentlichen Bekanntmachung **als Gemeindestraße** (§ 3 Abs. 1 Nr. 3 StrWG NRW) **mit dem Benutzungs-**

zweck Anliegerstraße dem öffentlichen Verkehr gewidmet.

Eine Beschränkung des Widmungsinhaltes findet nicht statt.

Rechtsmittelbelehrung:

Gegen diesen Bescheid in Form der Allgemeinverfügung kann innerhalb eines Monats nach Bekanntgabe Klage beim Verwaltungsgericht in 50667 Köln, Appellhofplatz, erhoben werden. Die Klage ist entweder schriftlich oder zur Niederschrift des Urkundsbeamten der Geschäfts-



AMTLICHE HINWEISBEKANNTMACHUNGEN

stelle einzulegen. Wird die Klage schriftlich erhoben, so sollen ihr Abschriften für die übrigen Beteiligten beigefügt werden.

Die Klage kann auch in elektronischer Form erhoben werden. Die elektronische Form wird durch Übermittlung eines elektronischen Dokuments gewahrt, das für die Bearbeitung durch das Gericht geeignet ist und von der verantwortenden Person qualifiziert elektronisch signiert ist und auf einem zugelassenen elektronischen Übermittlungsweg gemäß § 4 Abs. 1 der Verordnung über die technischen Rahmenbedingungen des elektronischen Rechtsverkehrs und über das besondere elektronische Behördenpostfach (Elektronischer-Rechtsverkehr-Verordnung - ERVV) oder von der verantwortenden Person signiert und von ihr selbst auf einem sicheren Übermittlungsweg gemäß § 55a Abs. 4 Verwaltungsgerichtsordnung (VwGO) eingereicht wird.

Weitere Voraussetzungen, insbesondere zu den zugelassenen Dateiformaten und Übermittlungswegen, sowie zur qualifizierten elektronischen Signatur, ergeben sich aus der ERVV in der jeweils gültigen Fassung. Über das Justizportal des Bundes und der Länder (www.justiz.de) können weitere Informationen über die Rechtsgrundlagen, Bearbeitungsvoraussetzungen und das Verfahren des elektronischen Rechtsverkehrs abgerufen werden.

Für den Fall, dass die Frist durch das Verschulden eines von Ihnen Bevollmächtigten versäumt werden sollte, würde dessen Verschulden Ihnen zugerechnet werden.

Neunkirchen-Seelscheid, den 29.01.2026

Der Bürgermeister
Vierkötter



Widmung des Regenwasserkanals im „Zedernweg“

Der auf dem Grundstück Gemarkung Eischeid, Flur 1, Flurstück 109 in Hülscheid (vgl. die Darstellung im beigefügten Lageplan) errichtete Regenwasserkanal wird im Rahmen der der Gemeinde obliegenden Abwasserbeseitigungspflicht gemäß § 56 des Gesetzes zur Ordnung des Wasserhaushalts (WHG) vom 31.07.2009 (BGBl. I S. 2585), zuletzt geändert durch Gesetz vom 09.01.2026 (BGBl. 2026 I Nr. 4) in Verbindung mit § 46 des Wassergesetzes für das Land Nordrhein-Westfalen (Landeswassergesetz - LWG) vom 25.06.1995, zuletzt geändert durch Gesetz vom 17.12.2021 (GV. NRW. S. 1470), mit dem Tag der öffentlichen Bekanntmachung **als öffentliche Abwasseranlage** dem öffentlichen Gebrauch gewidmet.

Der Regenwasserkanal dient ausschließlich der Ableitung von Niederschlagswasser.

Eine Beschränkung des Widmungsinhaltes findet nicht statt.

Rechtsmittelbelehrung:

Gegen diesen Bescheid in Form der Allgemeinverfügung kann innerhalb eines Monats nach Bekanntgabe Klage beim Verwaltungsgericht in 50667 Köln, Appellhofplatz, erhoben werden. Die Klage ist entweder schriftlich oder zur Niederschrift des Urkundsbeamten der Geschäftsstelle einzulegen. Wird die Klage schriftlich erhoben, so sollen ihr Abschriften für die übrigen Beteiligten beigefügt werden.

Die Klage kann auch in elektronischer Form erhoben werden. Die elektronische Form wird durch Übermittlung eines elektronischen

Dokuments gewahrt, das für die Bearbeitung durch das Gericht geeignet ist und von der verantwortenden Person qualifiziert elektronisch signiert ist und auf einem zugelassenen elektronischen Übermittlungsweg gemäß § 4 Abs. 1 der Verordnung über die technischen Rahmenbedingungen des elektronischen Rechtsverkehrs und über das besondere elektronische Behördenpostfach (Elektronischer-Rechtsverkehr-Verordnung - ERVV) oder von der verantwortenden Person signiert und von ihr selbst auf einem sicheren Übermittlungsweg gemäß § 55a Abs. 4 Verwaltungsgerichtsordnung (VwGO) eingereicht wird.

Weitere Voraussetzungen, insbesondere zu den zugelassenen Dateiformaten und Übermittlungswegen, sowie zur qualifizierten elektronischen Signatur, ergeben sich aus der ERVV in der jeweils gültigen Fassung. Über das Justizportal des Bundes und der Länder (www.justiz.de) können weitere Informationen über die Rechtsgrundlagen, Bearbeitungsvoraussetzungen und das Verfahren des elektronischen Rechtsverkehrs abgerufen werden.

Für den Fall, dass die Frist durch das Verschulden eines von Ihnen Bevollmächtigten versäumt werden sollte, würde dessen Verschulden Ihnen zugerechnet werden.

Neunkirchen-Seelscheid, den 29.01.2026
Der Bürgermeister
Vierkötter

Hinweiskanntmachung

Widmung des Regenwasserkanals im „Zedernweg“

Der Regenwasserkanal im Zedernweg wird als öffentliche Abwasseranlage dem öffentlichen Gebrauch gewidmet.

Die Bekanntmachung erfolgt durch Aushang am Rathauseingang in Neunkirchen und im Bürgerbüro Seelscheid, Driescher Straße 2. Au-

Berdem ist die Bekanntmachung auf der Internetseite der Gemeinde Neunkirchen-Seelscheid (www.neunkirchen-seelscheid.de) einzusehen.

Neunkirchen-Seelscheid, den 29.01.2026

Der Bürgermeister

Vierkötter

ENDE amtliche Hinweiskanntmachungen

Jugendeinrichtungen der Gemeinde

Jugendtreff Seelscheid

Breite Straße 26
(im Untergeschoss der Schulaula)
Telefon: 0 22 47 / 900 25 80
OT-Neunkirchen@t-onlinede
Öffnungszeiten: Montag 13.00 - 18.00 Uhr Dienstag 13.00 - 18.00 Uhr Mittwoch 13.00 - 18.00 Uhr Donnerstag 13.00 - 18.00 Uhr Freitag geschlossen Sonntag 10.00 - 14.00 Uhr (jeden 2. u. 4. Sonntag)

Jugendzentrum Neunkirchen

Ohlenhohnstr. 21
(Ortsteil Neunkirchen)
Telefon: 0 22 47 / 75 74 00
OT-Neunkirchen@t-onlinede
Öffnungszeiten: Montag 13.00 - 18.30 Uhr Dienstag 13.00 - 18.30 Uhr Mittwoch geschlossen Donnerstag 13.00 - 18.30 Uhr Freitag 13.00 - 18.30 Uhr Sonntag geschlossen

Öffnungszeiten der Gemeindebüchereien

Öffnungszeiten der Bücherei in Neunkirchen,

Schulstraße 1

(Tel.: 02247/ 8771):

Dienstag: 15.00 - 18.00;
Mittwoch: 09.00 - 14.00;
Donnerstag: 14.00 - 18.00;
Freitag: 14.00 - 19.00;
Samstag: 10.00 - 13.00
Buecherei-neunkirchen@einrg-nks.de

Öffnungszeiten der Bücherei in Seelscheid,

Driescher Str. 2

(Tel.: 02247/69900):

Montag: 09.00 - 12.00 und 15.00 - 18.00;
Dienstag: 14.00 - 16.00;
Mittwoch: 15.00 - 18.00;
Freitag: 09.00 - 12.00 und 15.00 - 18.00.
Buecherei-seelscheid@einrg-nks.de.



Öffnungszeiten an Karneval

Die närrische Zeit steht vor der Tür!

Auch in diesem Jahr möchten wir Sie bitten die folgenden angepassten Öffnungszeiten zu beachten:

Rathaus

Von Weiberfastnacht bis einschließlich Rosenmontag ist das Rathaus geschlossen.

Gemeindebücherei

An Weiberfastnacht und Rosenmontag hat die Bücherei in Neunkirchen und am Rosenmontag in Seelscheid geschlossen.

Jugendeinrichtungen

Die Jugendzentren in Neunkirchen und in Seelscheid sind von Weiberfastnacht bis Veilchendienstag geschlossen. Es befinden sich Jugendkontaktstellen auf den Karnevalsumzügen am Samstag in Seelscheid und am Rosenmontag in Neunkirchen.

Aquarena Schwimmhalle

Weiberfastnacht: 6:30-8:30 Uhr und 19:00 - 21:30 (jeweils Bahnen schwimmen.)

Rosenmontag: geschlossen
Aschermittwoch: 6:30 - 21:30 Uhr

Öffnungszeiten Aquarena Schwimmhalle

Montag 13:00 Uhr bis 21:30 Uhr

Dienstag 6:30 Uhr bis 21:30 Uhr

Mittwoch 6:30 Uhr bis 21:30 Uhr

Donnerstag 6:30 Uhr bis 21:30 Uhr

Freitag 6:30 Uhr bis 21:30 Uhr

Samstag 8:00 Uhr bis 18:00 Uhr

Sonntag 8:00 Uhr bis 16:00 Uhr

Hinweise:

Kurzzeitige Teil- oder Ganzsperrungen aufgrund von Kursen, Vereins- und Schwimmkursen möglich!

Nähere Informationen auf der Homepage der AQUARENA

Öffnungszeiten Rathaus

Liebe Bürgerinnen und Bürger, wir sind zu den regulären Öffnungszeiten persönlich für Sie da. Gerne können Sie uns alternativ auch per E-Mail oder telefonisch erreichen.

Für die Bürgerbüros in Neunkirchen und Seelscheid haben Sie die Möglichkeit, Termine **online** zu vereinbaren: www.nk-se.de/buergerservice/termine-online-buchen/. Für alle anderen Bereiche kann die Terminvereinbarung direkt mit dem/der zuständigen Mitarbeiter*in erfolgen. Die Kontaktdataen finden Sie auf der Homepage der Gemeinde unter www.nk-se.de/buergerservice/virtuelles-rathaus/anliegen-a-z/ oder sie können bei Bedarf auch telefonisch, bzw. per E-Mail erfragt werden:

Tel: 02247 303-0

E-Mail: gemeinde@neunkirchen-seelscheid.de

Sie wollen nichts Aktuelles aus dem Rathaus mehr verpassen? Dann empfehlen wir Ihnen, unseren Newsletter zu abonnieren.

Diesen finden Sie ganz einfach unter **Bürgerservice -> Newsletter abonnieren**. Es erscheint eine

Anmeldemaske, in welcher Sie dann Ihre E-Mail angeben und die gewünschten Themen auswählen können, über die Sie regelmäßig informiert werden möchten.

Außerdem können Sie uns auch auf unseren Social-Media-Kanälen (Instagram: [@neunkirchenseelscheid/](https://www.instagram.com/@neunkirchenseelscheid/); Facebook: <https://www.facebook.com/nkse.de/>) finden, auf denen wir Sie stets mit den wichtigsten Informationen aus der Gemeindeverwaltung Neunkirchen-Seelscheid versorgen.

Öffnungszeiten des Rathauses:

Montag, 08.30 - 12.00 Uhr und 14.00 - 18.00 Uhr

Dienstag, 08.30 - 12.00 Uhr

Mittwoch 08.30 - 12.00 Uhr

Donnerstag 08.30 - 12.00 Uhr und 14.00 - 16.00 Uhr

Freitag, 08.30 - 12.00 Uhr, Bürgerbüro bereits ab 07.00 Uhr geöffnet

Hausanschrift:

Hauptstraße 78,
53819 Neunkirchen-Seelscheid
Telefon: 0 22 47 / 303-0;
Telefax: 0 22 47 / 303-114
E-mail: gemeinde@neunkirchen-seelscheid.de
Web: www.nk-se.de

Kleinprojektförderung 2026 - neuer Projektaufruf im begehrten Förderprogramm!

In der LEADER-Region „Vom Bergischen zur Sieg“ (Eitorf, Hennef, Lohmar, Much, Neunkirchen-Seelscheid, Ruppichteroth und Windhöfchen) können sich u.a. Vereine, Kommunen und lokale Initiativen wieder für die sogenannte Kleinprojektförderung bewerben.

Gefördert werden vergleichsweise rasch umsetzbare **Vorhaben mit öffentlichem Nutzen**, die zur regionalen Entwicklung beitragen. Die Projekte sollten der Allgemeinheit zugutekommen und die Lebensqualität sowie das Gemeinschaftsleben vor Ort verbessern.

Die förderfähigen **Gesamtkosten der Projekte dürfen 20.000 Euro nicht überschreiten**. Die **Förderung beträgt bis zu 80%** der Kosten, also maximal 16.000 Euro. Ausgewählte Projekte müssen innerhalb von drei bis fünf Monaten umgesetzt sein.

Vorbehaltlich der Förderzusage durch das zuständige Ministerium steht der Region hierzu wieder ein Förderbudget von bis zu 200.000 Euro für 2026 zur Verfügung.

Projekte aus den Themenbereichen lebendige Dörfer, Kultur-

raum, junge Generationen sowie Klima und Naturschutz können gefördert werden. In den vergangenen Jahren sind so z.B. bauliche Maßnahmen auf Dorfgemeinschaftsplätzen, die Ausstattung einer mobilen Umweltlehrstation, Erneuerungen von Sitzbänken an Wanderwegen, Neugestaltungen von Büchereien, der Bau einer Boulderwand, eines Backes oder die verbesserte Ausstattung von Spielplätzen ermöglicht worden. Die **Bewerbungsfrist endet am 20. März 2026**. Alle Infos und Unterlagen rund um

den Förderaufruf sowie Bilder und Berichte zur Vielzahl der bereits geförderten Projekte finden Sie unter www.bergisch-sieg.de. Nutzen Sie rechtzeitig die Möglichkeit zur Beratung und melden sich beim Regionalmanagement der LEADER-Region: Region Bergisch-Sieg e.V. Regionalmanagement Florian Grünhäuser Mail: florian.gruenhaeuser@bergisch-sieg.de Tel.: 0173 5226689 Web: www.bergisch-sieg.de

Baumfällarbeiten an der Wenigerbachstraße

Straßensperrung am 11. und 12. Februar

Aufgrund notwendiger Baumfällarbeiten wird die Wenigerbachstraße am 11. und 12. Februar 2026 gesperrt.

Die Fällungen sind erforderlich, da mehrere Eschen an Eschentriebsterben in unterschiedlichen Stadien erkrankt sind - von fast vollständig abgestor-

ben bis erkennbar erkrankt. Das Eschentriebsterben, auch Eschenwelke genannt, ist eine schwere Baumkrankheit, die durch den aus Ostasien eingeschleppten Pilz *Hymenoscyphus fraxineus* verursacht wird. Die Erkrankung führt häufig zum Absterben der Bäume und stellt

ein Sicherheitsrisiko dar. Von der Sperrung betroffen sind die Haushalte an der Wenigerbachstraße sowie Bonnenwiese. Die Anwohner, die direkt betroffen sind, werden von der Verwaltung persönlich informiert. Eine Umleitung ist laut verkehrsrechtlicher Anordnung des

Kreises nicht erforderlich. Die Straße bleibt ausschließlich während der Arbeitszeiten gesperrt. Bei Fragen zu den Baumfällarbeiten können sich Bürgerinnen und Bürger an die Mitarbeiter Frau Violetta Tuschy oder Herr Bruno da Silva wenden.

Wir suchen Sie!

Zum nächstmöglichen Zeitpunkt suchen wir eine/n Tiefbauingenieur/in (w/m/d)

Entgeltgruppe E11 TVöD, Vollzeit, zunächst befristet

→ www.nk-se.de/karriere

Wir suchen Sie!

Zum nächstmöglichen Zeitpunkt suchen wir eine/n Mitarbeiter/in (w/m/d) für den Außendienst im Ordnungsamt

Entgeltgruppe E9a TVöD bzw. Besoldungsgruppe A8, Vollzeit, unbefristet

→ www.nk-se.de/karriere

Sprechtag in der Gemeinde Neunkirchen-Seelscheid

Vermittlung von Kindertagespflegeplätzen und allgemeine Fragen zur Kindertagespflege

Jugendhilfenzentrum für Neunkirchen-Seelscheid, Much und Ruppichteroth
Fachberatung

Kindertagespflege
Pamela Billotin
Telefon 02247 9215-5546,
Mo - Do 8:30 - 12:30 Uhr

pamela.billotin@rhein-sieg-kreis.de
Ausführliche Informationen zur Kindertagespflege finden Sie auf

rhein-sieg-kreis.de/kindertages-pflege.
Für Rückfragen stehe ich Ihnen gerne zur Verfügung.

Rückbau der Teichanlagen im Eischeider Tal

Erste Maßnahmen beginnen

Seit vielen Jahren ist klar, dass die Teichanlagen im Dreisbachtal dringend saniert werden müssen. Die Teichanlagen (insbesondere die Dämme) sind nicht mehr standsicher und müssten hinsichtlich der Vorgaben der DIN 19700 ertüchtigt werden. Im Jahr 2022 wurde bereits der Damm des Jahlsseifen durch das THW in einer Notaktion geschlitzt, um einen Dammbruch zu verhindern.

Eine intensive Abstimmung mit allen Projektbeteiligten ergab, dass die Renaturierung - also der Rückbau der Teichanlagen und die naturnahe Umgestaltung des Fließgewässers- die sinnvollste und auch für die Gemeinde kostengünstigste Maßnahme ist, da hierfür unterschiedliche Förder-

mittel in Anspruch genommen werden können.

Nachdem sowohl die Gemeinde Neunkirchen-Seelscheid als auch der Aggerverband seit mehreren Jahren versucht haben, über unterschiedliche (Förder-)Programme Gelder für die Renaturierung des Eischeider Tals zu erhalten, erhielt der Aggerverband als Maßnahmenträger Mitte 2025 einen positiven Förderbescheid zur Förderung des Vorhabens im Rahmen der Förderrichtlinie „Hochwasserrisikomanagement und Wasserrahmenrichtlinie“ (FöRL HWRM/WRRL).

Während der Antragstellung wurde sowohl die Gemeinde Neunkirchen-Seelscheid als Grundstückseigentümer als auch der Verkehrs- und Verschönerungsver-

ein Neunkirchen als Pächter des „Naturparks“ beteiligt. Die Pläne wurden in den zuständigen Fachausschüssen vorgestellt.

Der Fördermittelbescheid ist bis zum 31.12.2027 befristet, sodass die Arbeiten zeitnah beginnen müssen. Im Zuge der Maßnahme werden die Teichanlagen zurückgebaut und Jahlsseifen und Dreisbach - beginnend im „Naturpark“ - naturnah umgestaltet. Der Förderbescheid schreibt, auf Grundlage der wasserrechtlichen Planenehmigung inkl. Anlagen (Landschaftspflegerischer Begleitplan, Artenschutzprüfung, etc.), genau vor, zu welchem Zeitpunkt welche Maßnahme zu erledigen ist, um negative Auswirkungen insbesondere auf Umweltgüter wie z.B. die Fauna zu vermeiden.

Aktuell findet die Ausführungsplanung durch das beauftragte Ingenieurbüro statt, wobei noch eine nachträgliche Prüfung des Bodenmanagements zu erfolgen hat. Ziel ist es, möglichst wenig Boden aus wirtschaftlichen Aspekten zu beseitigen.

Bis Ende Februar 2026 sind erste Gehölzmaßnahmen im Bereich des Jahlsseifen geplant. In enger Abstimmung mit der Gemeinde werden nur die unbedingt notwendigen Fällungen vorgenommen. Betroffen sind überwiegend Fichten (nicht standortgerechte Gehölze) und Eschen - der wertvolle Eichenbestand soll erhalten bleiben. Zusätzlich müssen ggf. kranke Exemplare in Absprache mit dem Baumkontrolleur des gKU gefällt werden.

Karnevalsumzüge in Neunkirchen-Seelscheid

Seelscheid,

Samstag, dem 14.02.2026,

Beginn um 14.00 Uhr (Aufstellung ab 13.00 Uhr)

Zugweg: Am Grasgarten - Breite Straße - Josef-Lascheid-Platz - Am Ehrenmal - Bergstraße - Zeithstraße - Breite Straße - Josef-Lascheid-Platz

Auflösung am Josef-Lascheid-Platz: ca. 17.00 Uhr.

Zu beachten ist, dass der Josef-Lascheid-Platz mit einem Parkverbot am Veranstaltungstag verse-

hen ist, um eine reibungslose Zugauflösung zu gewährleisten. Zudem bestehen bei EDEKA und NETTO in Seelscheid keine Parkmöglichkeiten bzw. keine Ausfahrtmöglichkeiten bis zur Freigabe der Straße nach der Reinigung.

Empfehlung für Auswärtige: Parkplatz an der Sportanlage Breitscheid, Buscher Str. und mit dem SB 56 bis Haltestelle Seelscheid Post fahren. Der Bus verkehrt im Halbstundentakt.

Pohlhausen,

Samstag, dem 14.02.2026,

Beginn um 16.00 Uhr (Aufstellung ab 15.30 Uhr)

Zugweg: Heckenhofstraße - Im Kernengarten - Kleinfeldstraße - Nussbaumstraße - Heckenhofstraße

Auflösung: ca. 18.00 Uhr

Wolperath / Neunkirchen, am

Rosenmontag, dem 16.02.2026,

Beginn um 14.00 Uhr (Aufstellung ab 13.00 Uhr)

Zugweg: Schöneshofer Straße -

Hennefer Straße - Hauptstraße - Rathausstraße

Auflösung: ca. 17.00 Uhr

Der Parkplatz am Antoniusplatz ist ebenso wie die öffentlichen Parkflächen an der Hauptstraße am Veranstaltungstag mit einem Parkverbot versehen.

Öffentliche Parkplätze bestehen an der AQUARENA in der Prälat-Lewen-Straße, am Friedhofsweg, in der Rathausstraße sowie in der Walzenrather Straße an der Gesamtschule

Ende: Rathaus-Informationen



HÖCHSTE ZEIT FÜR SOMMER.

Frühbucher
sparen jetzt
bis zu **40%**

TUI
Live Happy



Hipotels Hipocampo Playa **** Mallorca / Cala Millor

Gepflegtes Hotel in direkter Strandlage, vielfältiges Unterhaltungsangebot mit Spiel, Sport und Shows
7 Nächte, Doppelzimmer, Halbpension inkl. Flug z.B. am 04.05.2026 ab Flughafen Köln

pro Person ab **€ 726***

1 Kind (bis 12 Jahre alt) bei
zwei Vollzahlern ab € 215

Club Tuana **** Südtürkische Ägäis / Fethiye

Familienfreundlicher Club in traumhafter Strandlage, weitläufiger Garten, viel Sport und Unterhaltung
7 Nächte, Doppelzimmer, All Inclusive, inkl. Flug z.B. am 04.05.2026 ab Flughafen Düsseldorf

pro Person ab **€ 812***

1 Kind (bis 11 Jahre alt) bei
zwei Vollzahlern ab € 298

*Gilt für ausgewählte Flugpauschalreisen ab 3 Nächten und für Hotel-Buchungen ab 1 Nacht. Aufenthalt im Reisezeitraum 01.04. bis 31.10.26 (letzte Rückreise). Die Ersparnis ist z.B. abhängig von Reisedatum, Abflughafen, Verpflegung, Begrenztes Kontingent. Preise unterliegen stetig aktualisierten Anpassungen. Buchbar bis 02.03.26 für TUI oder airtours. TUI Deutschland GmbH, Karl-Wiechert-Allee 23, 30625 Hannover.



Wunschlos glücklich den Urlaub genießen.
Ob Palmenstrand in der Karibik, Wanderurlaub in den Bergen oder Urlaub am schönen Mittelmeer, buchen Sie jetzt Ihren Sommerurlaub und sichern Sie sich bis zu 40% Frühbucher-Ermäßigung.

Herzlichst, Ihr Team vom TUI ReiseCenter in Hennef.

TUI ReiseCenter

TUI ReiseCenter – Martius Reisen GmbH · Frankfurter Str. 73 · 53773 Hennef
Tel. 02242/4288 · E-Mail: hennef1@tui-reisecenter.de · www.tui-reisecenter.de/hennef1

In eigener Sache

Liebe Leserinnen und Leser,

seit einiger Zeit organisieren wir die Zustellung unserer Zeitungen - **MITTEILUNGSBLATT EITORF**, **MITTEILUNGSBLATT MUCH**, **MITTEILUNGSBLATT NEUNKIRCHEN-SEELSCHEID**, **MITTEILUNGSBLATT RUPPICHTEROOTH** sowie das **MITTEILUNGSBLATT WINDECK** (und viele andere) - über die Post. Hintergrund dieser Entscheidung ist die zunehmend schwierige Suche nach zuverlässigen Zustellerinnen und Zustellern für alle unsere Verteilbezirke.

Die Zustellung über die Post bietet grundsätzlich einen hohen Qualitätsstandard. Gleichzeitig erfordert sie jedoch auch sehr präzise Zeitfenster in der Produktion und deutlich längere Vorlaufzeiten. In den vergangenen Wochen kam es trotz der uns bekannten und eingehaltenen Einlieferungstermine in den Postzentren leider zu verspäteten oder vereinzelt sogar ausgebliebenen Zustellungen.

Da wir unsere Zeitungen weiterhin mit größter Sorgfalt, Aktualität und in gewohnter Qualität produzieren, ist es unser erklärtes Ziel, dass diese auch pünktlich und zuverlässig in Ihren Briefkästen ankommen. Wir investieren hierfür erhebliche Mittel und haben unsere internen Abläufe konsequent an die Anforderungen der Post angepasst. Dennoch zeigte sich, dass die bisherigen Vorlaufzeiten nicht ausreichten. Auf Wunsch der Post müssen diese nochmals verlängert werden.

Konkret bedeutet dies:

Der **Annahmeschluss ist künftig jeweils dienstags, die garantierte Zustellung erfolgt am Mittwoch der darauffolgenden Woche**.

Diese Regelung tritt **erstmals ab dem 1. Februar** in Kraft.

Uns ist sehr bewusst, dass diese Information vergleichsweise kurzfristig erfolgt. Bitte seien Sie versichert: Wir haben bis zuletzt intensiv geprüft, ob alternative Lösungen möglich sind. Letztlich haben wir

uns jedoch bewusst für diesen Schritt entschieden - lieber mit etwas mehr Vorlaufzeit, um dafür Ihr **MITTEILUNGSBLATT** wieder **pünktlich, frisch und zuverlässig** mit aktuellen Terminen und Veranstaltungen in Ihren Briefkasten zu liefern.

Für die Unannehmlichkeiten und die holprige Phase der vergangenen Wochen möchten wir uns bei Ihnen ausdrücklich entschuldigen. Umso mehr freuen wir uns darauf, Sie nun wieder regelmäßig zu „infotainen“ - mit lokalen, relevanten und liebenswerten Themen aus Ihrer unmittelbaren Umgebung. Alle Ausgaben erscheinen inzwischen **im zweiwöchentlichen Rhythmus an alle Haushalte** (ausgenommen Werbeverweigerer) sowie **ebenfalls alle zwei Wochen als Abonnement-Ausgabe**. So erscheinen **alle MITTEILUNGSBLÄTTER** nach wie vor **wöchentlich**. Herzlichen Dank für Ihr Verständnis und Ihre Treue.

Mit freundlichen Grüßen



Siri Rautenberg-Otten
RAUTENBERG MEDIA

Seit über 20 Jahren in Troisdorf

Altinbas
Gold An- & Verkauf
86

Altgold Silber Feingold
Zahngold Platin Goldbarren
Brudergold Münzen Goldschmuck

Batteriewechsel 4,00 €

Neue Öffnungszeiten:
Mo. - Fr. 09.30-13.00 Uhr und 14.00-16.30 Uhr
Sa. 10.00-14.00 Uhr
Termine nur nach Vereinbarung

GOLD UND SILBER ANKAUF

Sofortige Barauszahlung

**Fragen Sie uns – Verkaufen Sie ihr Gold
nicht ohne Vergleichsangebot!
VERGLEICH MACHT REICH!**

**Für Goldankauf bitte
einen Termin vereinbaren!**

Infos unter: 02241 - 9744761

Batteriewechsel 4,00 €

**Große Auswahl an Trau- und
Verlobungsringen vor Ort www.trauringe4u.de**

**Altgold-Silber-Platin-Barren-Münzen-Besteck
Medaillen und Zahngold (auch mit Zähnen)**

**Ankauf von versilbertem Besteck (80 / 90 / 100 Auflage)
Ankauf von Marken-Uhren**

Gerne Hausbesuche nach Terminvereinbarung! Kein Weg ist mir zu weit!

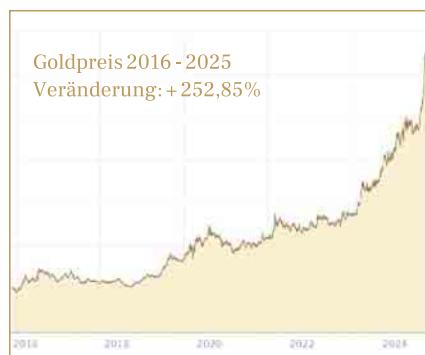
Kölner Straße 86 (gegenüber der Kreissparkasse) • Telefon: 02241/9744761

Höchster Goldpreis aller Zeiten!!!

Zahngold, nicht schön aber wertvoll!!!

Der Goldpreis, der im bisherigen Jahresverlauf **fast 50 Prozent** zulegte, erstrahlt wieder im Glanz. **Gold** erhält derzeit von mehreren Seiten Zulauf. Sei es durch die Aussicht auf Zinssenkungen der US-FED oder die Handelskonflikte der USA mit China, Europa und dem Rest Welt um die Zoll- und Technologiestreit. Was aber in den letzten Wochen einen enormen Schub beim Gold verursacht hat, sind die geopolitischen Risiken im Nahen Osten und in der Ukraine und trugen auch dazu bei, dass wir aktuell den höchsten Goldpreis aller Zeiten haben.

Allein in den vergangenen 6 Jahren hat sich der Goldpreis verdreifacht.
Viele Kunden nutzen den hohen Gold-



kurs, um aus ihrem alten Goldschmuck Bares zu machen. „Ich habe immer wieder gelesen, dass der Goldpreis wieder sein Allzeithoch erreicht hat und dachte mir, Omas alter Schmuck und **Zahngold** liegt noch in der Schublade,“ sagt Steffi Hahn. **Verkaufspreis ihrer Schätzung: 3.400€.**

Seit Wochen erreichen die Goldpreise ständig neue Rekordhöhen. Viele von ihnen entdecken dabei wahre Schätze, die sie schnell in Geld umwandeln können. So auch Helga Durm: „Da ich in den letzten Wochen immer wieder von Rekordpreisen für Gold gelesen habe, entschied ich, jetzt zu verkaufen.“ **Wert des Goldschatzes: 4.250 Euro.**

Wer keinen seriösen Goldankauf in seiner Nähe findet, um dort sofort Bargeld mitzunehmen, sollte bei „**DAS GOLDHAUS LOHMAR**“ Filiale in der **Hauptstraße 65 in Lohmar** vorbeischauen, denn wer direkt ins Geschäft kommt, kann mit Bargeld nach Hause fahren. Ob Ringe, Broschen, Zahnkronen oder sonstiges Altgold – Gold zu versilbern, Gold zu barem Geld zu machen, liegt im Trend. Wer bisher unschlüssig war, ob

sich ein Altgoldverkauf auszahlt, für den ist jetzt der richtige Zeitpunkt, um zum Beispiel Goldschmuck aus Großmutter's Zeiten, Zahngold, defektes Gold oder Münzen zu verkaufen.

Wer keine Verwendung mehr für sein Altgold hat, für den ist der richtige Zeitpunkt zum Verkauf gekommen. Auch Antikschmuck, Markenuhren oder Silber werden in der „**DAS GOLDHAUS LOHMAR**“ Filiale auf der **Hauptstr. 65 in Lohmar**, Tel: 02246/9259600 entgegengenommen. Neben einer seriösen und kompetenten Wertermittlung ist eine fachkundige Beratung selbstverständlich bei uns.

Profitieren Sie von über 15 Jahren Erfahrung des Goldhaus Lohmar.
Weitere Fragen beantwortet Ihnen „Das Goldhaus“ Team gerne vor Ort bei einer Tasse Kaffee und einem netten Gespräch.



DAS GOLDHAUS

Goldankauf

Batterie-
wechsel
5 €

Barzahlung! Wir kaufen:

DAS GOLDHAUS
Goldankauf

Hauptstraße 65
53797 LOHMAR

lohmar@das-goldhaus.de

Geschäftszeiten:
Mo.-Fr. 11:00-16:00 Uhr
Sa. geschlossen

Telefon: 02246 / 9259600
www.das-goldhaus.de

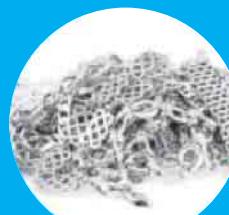
Goldschmuck



Luxus-Uhren



Silberschmuck



Silberbesteck



Münzen-Barren



Zahngold



NOTDIENSTE

WIR SIND RUND UM DIE UHR FÜR SIE DA!



110 POLIZEI

112 FEUERWEHR



A POTHEKEN-NOTDIENST

Apotheken-Notruf 0800 00 22833

Freitag, 6. Februar**Herz Apotheke**

Hauptstraße 253, 51503 Rösrath, 02205/1323

Samstag, 7. Februar**die Linden-Apotheke**

Zeithstraße 109, 53819 Neunkirchen-Seelscheid, 02247/97510

Sonntag, 8. Februar**Löwen-Apotheke**

Hauptstraße 55, 51491 Overath, 02206/2223

Montag, 9. Februar**Burg Apotheke**

Dr.-Wirtz-Straße 5, 53804 Much, 02245/91650

Dienstag, 10. Februar**Falken-Apotheke**

Königstraße 112-114, 53757 Sankt Augustin, 02241/203216

Mittwoch, 11. Februar**Max und Moritz Apotheke**

Hauptstraße 8, 53819 Neunkirchen-Seelscheid, 02247/300707

Donnerstag, 12. Februar**Bergische Apotheke OHG**

Hauptstraße 44-46, 53804 Much, 02245/1498

Freitag, 13. Februar**Sülztal-Apotheke in Rösrath**

Hauptstraße 19, 51503 Rösrath, 02205/2580

Samstag, 14. Februar**Linden-Apotheke**

Hauptstraße 55, 53797 Lohmar, 02246/4380

Sonntag, 15. Februar**Siegatal-Apotheke**

Hauptstraße 110, 53721 Siegburg, 02241/383897

(ab 9 Uhr bis 9 Uhr Folgetag)

Angaben ohne Gewähr

GEGEN GEWALT

Menschen, die Gewalt erleben oder erlebt haben.

- Telefon-Nummer für Frauen
116 016
- Telefon-Nummer für Männer
0800 12 39 900

Not- und Bereitschaftsdienste

Allgemeine Notdienste

Polizei-Notruf: 110

Feuerwehr/Rettungsdienst: 112

Ärztlicher Bereitschaftsdienst:

116 117

Notruf Vergiftungsfälle:

0228/192 40

Opfer-Notruf: 116 006

Not- u. Bereitschaftsdienste der Gemeinde**Rufbereitschaft****Wasser und Abwasser:**

0800 / 77 666 55

Rufbereitschaft für alle kommunalen Liegenschaften:

0151 / 12500206

Rat- und Hilfe**Der Lotsenpunkt**

Das Team des Lotsenpunktes unterstützt und begleitet Sie in schwierigen Lebenslagen (Geldsorgen, Erziehungsprobleme, Lebenskrisen, Schwierigkeiten bei Behördengänge oder Antragstellungen usw.).

Die Gespräche sind vertraulich und kostenfrei. Der Lotsenpunkt steht Hilfesuchenden aus Much, Ruppichteroth und Neunkirchen-Seelscheid zur Verfügung.

Beratungszeiten:

Jeden 1. und 3. Donnerstag im Monat von 15 - 17 Uhr
Klosterstraße 8 (Pfarrheim),

53804 Much

Tel.: 02245 / 44 18

<https://www.kath-kirchen-much.de>**Schuldnerberatung**

Siegburg:

Tel. 02241 177816

Krebsinformationsdienst:

0800 420 30 40,

www.krebsinformationsdienst.de**Neubürgerbeauftragter**des Rhein-Sieg-Kreises:
02241/13-0**Behindertenbeauftragte**Neunkirchen-Seelscheid:
02247 303 105**Möbel-Börse**Neunkirchen-Seelscheid (Möbel abzugeben?/Möbel gesucht?):
02247 / 303-0**Tierärztlicher Ringnotdienst****Rhein-Sieg**<https://tierarzt-notdienst-rhein-sieg-kreis.de>**• 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



Komm vorbei!

SPANNDECKEN

morgen schöner wohnen

Die 4-Säulen einer Spanndecke

- Schöne Optik • Beleuchtung
- Weiche Akustik • IR-Heizung

Plameco live Erleben

Immer für Sie vor Ort!
Dienstags von 14:00 - 18:00 Uhr
Freitags von 11:00 - 15:00 Uhr

Plameco Spanndecken
Frankfurter Str. 493
51145 Köln Porz-Urbach
0176-56056949
plameco.de/koeln

Ruf an oder komm in die Ausstellung

ALLGEMEINE NOTDIENSTE

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

10

Mitteilungsblatt Neunkirchen-Seelscheid – 06. Februar 2026 – Woche 6 – www.mitteilungsblatt-neunkirchen.de

Evangelische Kirchengemeinde Neunkirchen

Sonntag, 8. Februar

15 Uhr - Einführungsgottesdienst von Pfarrer Dr. Uwe Riekse mit Pfarrerin Ute Krüger - im Anschluss Sektempfang und Imbiss

Montag, 9. Februar

10 Uhr - Eltern-Kind-Treff

19 Uhr - Kirchenchor

Dienstag, 10. Februar

16 Uhr - Konfi 2026

19:30 Uhr - AA- Gruppe (Gastgruppe)

Mittwoch, 11. Februar

10 Uhr - Seniorenfrühstück

Freitag, 13. Februar

17 Uhr - Jugendtreff

Wochenspruch

Hebräer 3, 15

Heute, wenn ihr seine Stimme hören werdet, so verstockt eure Herzen nicht.

Ankündigung

Sonntag, 15. Februar

10 Uhr - Familiengottesdienst

„Lasst uns feiern - Mit Pauken, Tanz und Gott im Herzen“ - im Anschluss Kirchcafé im Karnevalsstil

Evangelische Kirchengemeinde Seelscheid

Evangelisches Familienzentrum Seelscheid

Liebe Gemeindeglieder!

Herzlich Grüße ich Sie mit dem Wochenspruch aus Hebräer 3,15: „Heute, wenn ihr seine Stimme hört, so verstockt eure Herzen nicht.“

Ihre Pfarrerin

Selma Gieseke-Hübner

Sonntag, 8. Februar - kein Gottesdienst in der Dorfkirche!

Herzliche Einladung im Kooperationsraum zur Einführung des neuen Pfarrers Dr. Uwe Rieske in der Evangelische Kirche Neunkirchen um 15 Uhr!

Montag, 9. Februar

9-11 Uhr - Mutter-Kind-Gruppe

12 Uhr - Suppen-Eintopf-Tag

Dienstag, 10. Februar

10 Uhr - Frauenfrühstückskreis

11-13 Uhr - Beratung „Suchtmo-

bil“ der Diakonie

14-16 Uhr - Probe „Minimusical“ in der Kirche

14-15:30 Uhr - Tafelausgabe und Begegnungscafé

19-20:30 Uhr - Vokalensemble Seelscheid

20 Uhr - Gospelchor „Good News“

Mittwoch, 11. Februar

8.15 Uhr - Schulgottesdienst in der Dorfkirche

15:30-17 Uhr - Elterncafé

17-18 Uhr - Katechumenen-Unterricht

Kein Kirchenchor!

Donnerstag, 12. Februar

9 Uhr - Esperanza

9-11 Uhr - Mutter-Kind-Gruppe

11 Uhr - Karneval in der Kita

18:30 -20 Uhr - Posaunenchor

Freitag, 13. Februar

9:30-11:30 Uhr - Mutter-Kind-Gruppe

Kein Abendmahlsgottesdienst im Altenheim!

Herzliche Einladung zum Mit-

mach-Konzert mit Jörg Sollbach am Samstag, 28. Februar, ab 11 Uhr in der Evangelischen Dorfkirche. Zur Planung bitte unter seelscheid@ekir.de anmelden.

Wir trauern um unser ehemaliges Vorstandsmitglied

Heinz-Werner Oberhäuser

* 25. Juni 1943 † 18. Januar 2026

Heinz-Werner Oberhäuser war 45 Jahre stellvertretender Vorsitzender des Verschönerungsvereins Neunkirchen.

Er war einer der ersten ehrenamtlichen Helfer bei der Anlage, der Pflege und Erhaltung des Naherholungsgebietes „Eischeider Tälchen“ und des Naturparks „Kirchsieben“. Die Pflege und Füttern der Soya-Schafe waren ihm ein großes Anliegen.

Der Verstorbene war stets hilfsbereit und Vorbild für alle, die seine Aufgaben übernommen haben und sich auch heute noch in seinem Sinne weiterhin ehrenamtlich engagieren.

Wir werden Heinz-Werner sehr vermissen und ihm ein ehrendes Andenken bewahren.

Verschönerungsverein Neunkirchen e.V.

Der Vorstand

Jehovas Zeugen

Einladung: Mit Jehovahs Zeugen die Bibel kennenlernen

Vortrag: 8. Februar um 10 Uhr

Adresse: Wersch 65, 53804 Much

Kath. Kirchengemeinde St. Anna

Sonntag, 8. Februar,

5. Sonntag im Jahreskreis

9:30 Uhr - Hl. Messe mit Blasiussegen u. Kerzenweihe

Donnerstag, 12. Februar

18 Uhr - Hl. Messe als Stiftungsmesse Ehel. Heinrich u. Maria Himpeler u. Sohn Dietmar, Birkenfeld

Sonntag, 15. Februar,

6. Sonntag im Jahreskreis

9:30 Uhr - Familienmesse

Mitteilungen

Am Sonntag, 15. Februar, sind wieder besonders Familien zu unserer **Familienmesse** um 9:30 Uhr eingeladen.

Am Donnerstag, 19. Februar, feiern wir die Abendmesse mit der Auseilung des Aschenkreuzes.

In der Fastenzeit laden wir vor der Abendmesse zur Kreuzwegandacht ein.

Die erste Kreuzwegandacht beginnt am 26. Februar um 17:30 Uhr.

Für den Pfarrverband

Der Eine Welt Laden

Am Samstag, 14. Februar, haben Sie wieder Gelegenheit, fair gehandelte Waren vor und **nach der Heiligen Messe in St. Georg** zu kaufen. Durch den Erwerb der Waren können Sie zu ein wenig

>>

abitio

BESTATTUNGSHAUS



„Begegne dem, was auf dich zukommt, nicht mit Angst, sondern mit Hoffnung.“
Franz von Sales

Andreas Höller

Bestattermeister

Eigene Trauerhallen & Räume für Abschiednahme

www.abitio.de

Tel: 02247/96 99 79

360° Besichtigung
des Bestattungshauses

Seelscheid

Neunkirchen

Much

Wahlcheid

Breite Str. 31

Friedhofsweg 1

Dr.-Wirtz-Str. 6

Wahlcheid Str. 38





BESTATTUNGEN
KLINK
& FRINGS

Filiale Seelscheid: 02247/6505 · Filiale Neunkirchen: 0171 / 740 46 24
www.bestattungen-klink.de

Ein Abschied mit Persönlichkeit!
Wir gestalten ihn für Sie und mit Ihnen!

Olaf und Nicole Jansen
Rundweg 19, Hauptstraße 88
53819 Neunkirchen-Seelscheid
www.bestattungen-klink.de

mehr Gerechtigkeit für die Erzeuger der „Eine Welt Artikel“ aus den ärmeren Ländern der Welt beitragen, damit diese ihre Waren weiter anbauen und herstellen können. Vielen Dank für Ihre Unterstützung.

Herzliche Einladung zur **Taizé-Wortgottesfeier in der Fastenzeit** am **Freitag, 20. Februar, um 19 Uhr in der Pfarrkirche St. Georg in Seelscheid**.

Nach der Wortgottesfeier sind alle zu einem Getränk, guten Gesprächen und Zeit für einander eingeladen.

Ihre Chorgemeinschaft St. Georg
Wir sammeln weiterhin für die **Tafel** haltbare Lebensmittel. Wir bedanken uns herzlich für Ihre Unterstützung!

Pfarrbüro St. Anna
Öffnungszeiten und Erreichbarkeit:

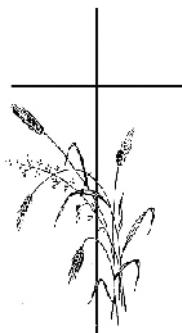
Wir weisen darauf hin, dass am Donnerstag, 12. Februar (Weiberfastnacht) das **Büro nicht besetzt** ist. Von Donnerstag bis Rosenmontag sind alle Büros im Pfarrverband geschlossen.

Donnerstag von 9 bis 11 Uhr
Tel.: 02247-2477

oder über das Pastoralbüro in Neunkirchen
Tel.: 02247-2333
per E-Mail: pastoralbuero.neunkirchen@Erzbistum-Koeln.de
Homepage: www.pfarrbverband-nk-se.de

statt Karten

Manchmal bist du in unseren Träumen,
oft in unseren Gedanken
und immer in unseren Herzen.



Horst Hautkappe

* 16. September 1943 † 17. Dezember 2025

HERZLICHEN DANK

möchten wir allen sagen, die sich in stiller Trauer mit uns verbunden fühlten und ihre Anteilnahme in so liebevoller und vielfältiger Weise zum Ausdruck brachten.

Marlene
Matthias

Much-Kreuzkapelle, im Februar 2026

Überall sind Spuren Deines Lebens, Gedanken,
Bilder, Augenblicke und Gefühle.
Sie werden uns immer an Dich erinnern.



Siegrid May

* 8. August 1933 † 17. Januar 2026

Klaus-Dieter
Sylvia
Thomas
Matthias
Enkel und Urenkel

Die Trauerfeier findet am Samstag, den 21.02.2026 um 11 Uhr auf dem Friedhof Dorf Seelscheid statt. Im Anschluss wird die Urne beigesetzt. Adresse zur Navigation: Frauenstr. 30, 53819 Neunkirchen-Seelscheid. Anstelle freundlich zugeschalteter Kranz- und Blumengrüße freuen wir uns über eine Spende an das Tierheim Troisdorf, IBAN: DE40 3706 9520 1303 2890 18, Kennwort: Siegrid May.

Kondolenzadresse: Familie May, c/o Bestattungshaus abitio, Breite Str. 31, 53819 Nk-Seelscheid

**Kath.
Kirchen-
gemeinde
St. Georg,
Seelscheid**

Samstag, 7. Februar

16:30 Uhr - Beichtgelegenheit
17 Uhr - Sonntagvorabendmesse, mit Blasiussegen und Kerzenweihe, Jahrgedächtnis Hans Albus, Heilige Messe für die Leb. u. Verst. der Familien Krumm und Straßfeld, Heilige Messe für Karl-Heinz Schneider und Viktor Malter, Heilige Messe für die Lebenden und Verstorbenen der Familie Roth, Heilige Messe für Heinz Schreckenberg und Peter Schreckenberg

Sonntag, 8. Februar,

5. Sonntag im Jahreskreis
15 Uhr - Tauffeier für Jayden Brian Hofbauer

Samstag, 14. Februar,

Valentinstag

Eine Welt Laden

17 Uhr - Sonntagvorabendmesse

Mitteilungen

Herzliche Einladung der Bücherei zum Karnevalsbasteln für Kinder ab 5 Jahren am 11. Februar von 16:30 bis 18 Uhr im Pfarrhaus.

Der Eine Welt Laden

Am **Samstag, 14. Februar**, haben Sie wieder Gelegenheit, fair gehandelte Waren vor und nach der Heiligen Messe zu kaufen. Durch den Erwerb der Waren können Sie zu ein wenig mehr Gerechtigkeit für die Erzeuger der „Eine Welt Artikel“ aus den ärmeren Ländern der Welt beitragen, damit diese ihre Waren weiter anbauen und herstellen können. Vielen Dank für Ihre Unterstützung.

Herzliche Einladung zur **Frauenmesse in St. Georg** am Dienstag, 17. Februar, um 9 Uhr in unserer Pfarrkirche.

Herzliche Einladung am **Aschermittwoch, 18. Februar, um 19 Uhr** in St. Margareta Neunkirchen zur Hl. Messe mit Austeilung des Aschenkreuzes.

Die nächste **Familienmesse in St. Georg** findet am **Samstag, 21. Februar, um 17 Uhr** in unserer Pfarrkirche statt. Herzlich Einladung besonders an alle Familien mit Kindern.

Bitte beachten Sie, dass das Pfarrbüro am **16. Februar (Rosenmontag)** nicht besetzt ist und das **Pastoralbüro vom 12. bis einschl. 16. Februar auch nicht geöffnet ist**. Herzliche Einladung zur **Taizé-Wortgottesfeier in der Fastenzeit**

am **Freitag, 20. Februar, um 19 Uhr** in der Pfarrkirche St. Georg

in Seelscheid. Nach der Wortgottesfeier sind alle zu einem Getränk, guten Gesprächen und Zeit für einander eingeladen. Ihre Chorgemeinschaft St. Georg **Ferienfreizeit 2026 für Kinder u. Jugendliche von 10 bis 16 Jahren** in der 6. Sommerferienwoche (22. bis 30. August) erwartet dich eine unvergessliche Woche voller Spaß, Action und Gemeinschaft! Freu dich auf ein abwechslungsreiches Programm mit vielen Highlights, darunter: Rafting, Klettern, Wandern, Therme, Ausflug nach Salzburg, Mountaincard, Sport, Spiele und vieles mehr (Programmänderungen vorbehalten). Eine Woche voller Abenteuer, neuer Erfahrungen und toller Erlebnisse

- sei dabei! Du bist neugierig geworden oder kennst jemanden, der mitfahren möchte? **Verschaffe dir einen Überblick über die vergangenen Freizeiten auf unserer Homepage**

„www.ferienfreizeit-nks.de“ und lade dir dort unsere Anmeldung für die kommende Ferienfreizeit runter. Alternativ bekommst du diese in den Pfarrbüros des Pfarrverbands ausgehändigt. **Anmeldungen werden per E-Mail unter pastoralbuero.neunkirchen@erzbistum-koeln.de oder in einem der drei Pfarrbüros des Pfarrverbands entgegengenommen.**

Wir sammeln weiterhin für die **Tafel** haltbare Lebensmittel und auch andere wichtige Dinge für den täglichen Gebrauch. Schon jetzt ein herzliches Dankeschön.

Kath. Kirchengemeinde St. Margareta, Neunkirchen

Sonntag, 8. Februar, 5. Sonntag im Jahreskreis

11 Uhr - Hl. Messe mit Blasiussegen und Kerzenweihe, Sechswochenamt für Karl Hubert Krämer, 17. Jahrgedächtnis Helga Neubauer, 2. Jahrgedächtnis für Marlies Lukas u. Martin Lukas u. Johann u. Michael Lukas, Jahrgedächtnis Johannes Küpper, Niederwennerseid, Heilige Messe für Hubert und Katharina Lehnens, Söntgerath, Heilige Messe für die Familien Rosauer u. Demmer u. Karl-Hubert Krämer, Heilige Messe für Christa Herchenbach und verstorbene Angehörige, Heilige Messe für die Leb. u. Verst. der Familie Krämer und für die Eheleute Christel u. Friedrich Wingen, Heilige Messe für Gerhard u. Gertrud Kuna u. Leo Fest, Hl. Messe für Heinrich und Veronika Schmidt u. verst. Angehörige, Hl. Messe für Pfr. Waldemar Wazynski

15 Uhr - Wortgottesdienst Einführung Pfarrer Dr. Uwe Rieske in der Evangelische Kirche Neunkirchen

Freitag, 13. Februar

9 Uhr - Frauengemeinschaftsmesse, anschließend Frühstück, Heilige Messe die Lebende und Verstorbene der Familien Pieruschka, Rostowski, Hebrom und arme Seelen, Heilige Messe für Marlies Lukas u. Maria Merten

Sonntag, 15. Februar,

6. Sonntag im Jahreskreis

11 Uhr - Hl. Messe, Jahrgedächtnis für Peter u. Maria Kolf u. Enkel Ingo, Heilige Messe für die Verstorbenen der Familien Bernhard und Kaufmann, Heilige Messe für die Eheleute Peter u. Maria Kolf, Heilige Messe Josef Manczyk, Heilige Messe für Wilhelmine Schneider in besonderer Meinung, Stiftungsmesse als JA f. Anton Hohn u. Maria Mailänder, Wolperath

Mitteilungen

Bitte beachten Sie, dass das **Pastoralbüro am 16. Februar (Rosenmontag)** nicht besetzt ist.

Herzliche Einladung am **Aschermittwoch, 18. Februar, um 19 Uhr** zur Hl. Messe mit Austeilung des Aschenkreuzes.

Ganz herzlich wollen wir Sie zu den diesjährigen Kreuzwegandachten ab dem **20. Februar** jeweils **freitags um 19 Uhr in St. Margareta** einladen.

Für den Pfarrverband

Bitte beachten Sie, dass das **Pastoralbüro vom 12. bis einschl. 16. Februar (Rosenmontag)** nicht besetzt ist.

Ferienfreizeit 2026 für Kinder u. Jugendliche von 10 bis 16 Jahren in der 6. Sommerferienwoche (22. bis 30. August) Verschaffe dir einen Überblick über die vergangenen Freizeiten auf unserer Homepage „www.ferienfreizeit-nks.de“ und lade dir dort unsere Anmeldung für die kommende Ferienfreizeit runter. Alternativ bekommst du diese in den Pfarrbüros des Pfarrverbands ausgehändigt. **Anmeldungen werden per E-Mail unter pastoralbuero.neunkirchen@erzbistum-koeln.de oder in einem der drei Pfarrbüros des Pfarrverbands entgegengenommen.**

Herzliche Einladung zur **Taizé-Wortgottesfeier in der Fastenzeit am Freitag, 20. Februar, um 19 Uhr in der Pfarrkirche St. Georg in Seelscheid**. Ihre Chorgemeinschaft St. Georg **Erreichbarkeit im Pastoralbüro** (02247-2333): www.pfarrverband-nk-se.de Montag, Dienstag, Donnerstag und Freitag von 9 bis 11 Uhr, Donnerstag von 17 bis 18 Uhr E-Mail: pastoralbeuero.neunkirchen@erzbistum-koeln.de

Herzliche Einladung zur **Taizé-Wortgottesfeier in der Fastenzeit am Freitag, 20. Februar, um 19 Uhr in der Pfarrkirche St. Georg in Seelscheid**.

Ihre Chorgemeinschaft St. Georg **Erreichbarkeit im Pastoralbüro** (02247-2333):

www.pfarrverband-nk-se.de Montag, Dienstag, Donnerstag und Freitag von 9 bis 11 Uhr, Donnerstag von 17 bis 18 Uhr E-Mail: pastoralbeuero.neunkirchen@erzbistum-koeln.de

Stärken stärken: Einführung von Pfarrer Dr. Rieske

Die Evangelische Kirchengemeinde Neunkirchen hat seit Jahresbeginn Dr. Uwe Rieske als neuen Gemeindepfarrer - am Sonntag, 8. Februar, wird er in dieses Amt auch offiziell eingeführt. Die Einführung übernimmt Pfarrerin Ute Krüger, die 1. stellvertretende Skriba des Evangelischen Kirchenkreises An Sieg und Rhein. Der Einführungsgottesdienst beginnt um 15 Uhr in der Evangelischen Kirche Neunkirchen, Dahlerhofer Straße 3, 53819 Neunkirchen-Seelscheid.

Das Presbyterium hat sich in der einstimmigen Wahl für einen erfahrenen Pfarrer entschieden. Rieske, 1961 in der Hansestadt Lübeck geboren, hat Evangelische Theologie in Bethel, Bonn und an der Universität Hamburg studiert. In Hamburg wurde er promoviert und hat sich habilitiert. Zu seinen beruflichen Stationen im Pfarrdienst gehörten zunächst die Citykirchenarbeit in Aachen und ein Schulpfarramt an einem Bonner Gymnasium. Von 2011 bis 2018 war

Rieske Landespfarrer für Notfallseelsorge der Evangelischen Kirche im Rheinland. Rieske war insbesondere nach dem Tsunami in Thailand 2004, der Loveparade-Katastrophe in Duisburg 2010 und am Düsseldorfer Flughafen nach dem Germanwings-Absturz 2015 notfallseelsorglich aktiv. Ab 2018 wirkte er in Bonn und dann in Nörvenich in der Militärseelsorge. Der verheiratete Vater von sechs Kindern macht u. a. auch seit langem regelmäßig Rundfunkandachten.

In Neunkirchen, wo er die Nachfolge der nach Overath gewechselten Pfarrerin Angela Pollmann antritt, hat Rieske direkt „viel positiven Spirit“ gespürt. Er versteht seine Rolle beziehungsweise Aufgabe darin, „Stärken zu stärken, zu integrieren und zu koordinieren“. Er will das evangelische Leben „zukunftsfähig ausrichten“, und das auch in Kooperation mit den Nachbarkirchengemeinden Seelscheid und Much. Web: ev-kirche-9kirchen.de



Wussten Sie schon, wie Gewürze lange halten?



Sie stehen in fast jeder Küche: Getrocknete Gewürze wie Pfeffer, Paprika, Kümmel oder Currysüpperver. Damit sie ihr volles Aroma lange behalten, ist die richtige Lagerung entscheidend. „Gewürze mögen es dunkel, trocken und möglichst kühl“, erklärt Brigitte Becker, Leiterin der Beratungsstelle der Verbraucherzentrale

NRW in Bergisch Gladbach. „Allerdings gehören sie nicht in den Küchenschrank, denn dort sorgen Feuchtigkeit und Temperaturschwankungen dafür, dass Gewürze schneller verderben.“

Auch Regale über dem Herd sind ungünstig: Aufsteigender Wasserdampf begünstigt Schimmel, und die ätherischen Öle können

sich durch zu hohe Temperaturen verflüchten. Ideal sind luftdicht verschließbare Behälter aus Metall, Keramik oder dunklem Glas. Sie schützen den Inhalt vor Licht, Luft und Feuchtigkeit und bewahren so das Aroma. „Ganze Gewürze wie Pfefferkörner oder Zimtstangen bleiben länger frisch als gemahlene

Varianten. Zerkleinert man sie erst direkt vor der Verwendung, bleibt ihr Geschmack besonders intensiv“, so Becker. Getrocknete Gewürze halten bei richtiger Aufbewahrung oft mehrere Jahre. Trockene Kräuter sind empfindlicher - sie sollten möglichst innerhalb eines Jahres verbraucht werden.



Wir freuen uns auf Sie

seit 40 Jahren

NACHHALTIG. REGIONAL. LECKER.

www.bauerngut-schiefelbusch.de

Bauerngut
Schiefelbusch

Schiefelbusch 3
53797 Lohmar • 02205 / 8 35 54

Sülzaue 1
53797 Lohmar • 02205 / 91 96 375

Rosenmontagszug der IG Rosenmontag e. V.

Unser diesjähriges Motto lautet „Alle unter einem Hut“ und genau so möchten wir auch durch die Session ziehen, mit allen und auch um zu versuchen, alle unter einen „Hut“ zu bekommen. Wir hoffen, das wird uns gelingen und gerade in dieser kurzen Session ist das wichtig.

Rosenmontag ist im Jahr 2026 bereits an 16. Februar und der Zug wird ab 14 Uhr seinen Weg ab Wolperath nach Neunkirchen nehmen (Kreisel ca. 15:15 Uhr) und uns reichlich mit Kamelle besecken.

Lasst uns im Jahr des Ehrenamtes nicht nur unter unseren Motto, sondern auch unter geringer Abänderung des Kölner Mottos „Alaaf mer dun es für Nüngkir-

che“ allen Ehrenamtlichen danken, die zur Gestaltung und Durchführung des Rosenmontagszuges beitragen. Seien Sie Zugteilnehmer, Eltern die helfen, Wagenengel, das Mitglieder der DRK, Vereinsmitglieder und allen denen die noch vor oder hinter den Kulissen arbeiten - ein herzliches Dankeschön.

Dies gilt natürlich auch für das Ordnungsamt & Jugendamt der Gemeinde, die örtliche Polizei, die Feuerwehr und den Bauhof der Gemeinde Neunkirchen-Seelscheid & Much, die Firma Kuchem, die wieder Lkw zu Verfügung stellt zur Absicherung - auch Ihnen allen ein herzliches Dankeschön. Mögen wir auch in diesem Jahr in Neunkirchen einen wunderschö-

nen Familienzug ohne laute Musik und viel Lärm, friedlich, lustig, bunt und vergnügt bei bestem Wetter erleben. Die Verhaftung (Straßensammlung) ist in vollem Gang. Die Sammler ziehen von Haus zu Haus und bitten um einen Spenden für den Rosenmontagszug. Doch was wird mit dem Geld gemacht? Es werden Kamelle für den Rosenmontagszug gekauft und an die Gruppen verteilt, um den Kindern dabei ein Lächeln auf die Gesichter zu zaubern. Was wollen wir mehr, als in glückliche Kinderäugen zu schauen?

Nach dem Zug in Neunkirchen findet in der Aula der Gesamtschule „Loss mer fiere... Die Party!“ statt. Dort wird mit DJ Jürgen und ei-

nem Auftritt der Tambourcorps Wolperath, Rosenmontag bei guter Musik und viel Stimmung noch mal richtig gefeiert werden können.

Eintritt 10 Euro, für Zugteilnehmer freier Eintritt - gesponsert durch die IG Rosenmontag.

Gerne könnt Ihr auch Mitglied der IG Rosenmontag e. V. werden und damit das Brauchtum in Neunkirchen erhalten und fördern. Auch stehen alle Informationen auf der Homepage der IG Rosenmontag unter www.ig-Rosenmontag.de. Lasst uns gemeinsam das Brauchtum auch in schwierigen Zeiten weiter voranbringen.

Eure
IG Rosenmontag

Mechanische Musikinstrumente

Der HGV im Bergischen Drehorgelmuseum

In der ehemaligen Dorfkirche in Marienheide-Kempershöhe werden mechanische Musikinstrumente aus drei Jahrhunderten gezeigt. Es erklingen Musikuhren, Walzen und Plattenspieler, Drehorgeln und noch vieles mehr. Während der Führung hören wir Geschichten, Anekdoten und Lieder - wer möchte, kann mitsingen.

Im Anschluss kehren wir ins Hofcafe „Kaffeekännchen“ ein. Der Heimat- und Geschichtsverein bietet am **Samstag, 21. Februar**, eine Führung im Bergischen

Drehorgelmuseum an. Der Unkostenbeitrag (Eintritt) beträgt 10 Euro für Mitglieder (Nichtmitglieder 12 Euro).

Treffpunkt: 21. Februar um 13 Uhr am Antoniusplatz in Neunkirchen (ggf. Bildung von Fahrgemeinschaften)

Anmeldung bei Antje Fischer (Telefon: 02247/ 6581 oder

antje.fischer67@gmxde)
Wir freuen uns auf Sie.

Hans-Jürgen Parpart,
1. Vorsitzender
Heimat - und Geschichtsverein



Bild: Drehorgelmuseum

KIRSCHBAUM in Neunkirchen-
Seelscheid

wünscht allen
Jecken
eine tolle
Karnevalszeit !

02206 5567
02246 8877
02247 6619
02245 1212

„O Du Stille Zeit“

Vokalensemble Seelscheid 1.500 Euro für die Tafel

Am Sonntag, 21. Dezember 2025, trat das Vokalensemble Seelscheid in der voll besetzten Dorfkirche Seelscheid auf. Ihr Programm „O Du Stille Zeit“ eröffneten die elf Sängerinnen und Sänger mit einem frohen und entsprechend klangvoll vorgetragenen „Gaude te“, dem Stück eines unbekannten Komponisten des 16. Jahrhunderts. Stilistisch an kontemplative Mönchsgesänge erinnernd, betrat das Ensemble durch den Mittelgang hindurch die Kirche, um vor dem Altar energiegeladen dieses „Freuet Euch“ anzustimmen. „Die Nummer ist gerade jetzt besonders passend“, befand Yannick Noval, der künstlerische Leiter und Dirigent des Ensembles. „Völlig unabhängig von einer Religionszugehörigkeit ist es doch gerade in dieser Zeit richtig und wichtig, ein Zeichen der Zuversicht zu setzen. Und wir freuen uns sehr, dass dieses Signal offensichtlich von so vielen Menschen so positiv aufgenommen wurde.“

Was folgte, war eine weihnachtliche Reise durch die Jahrhunderte der Musik, aufgeführt in weiteren zwölf Stücken. Das Ensemble beherrschte auf hohem Niveau die gesamte Bandbreite musikalischen Ausdrucks - von der zärtlichen Traurigkeit eines „Noel“ der

SEIT 24 JAHREN IN DER FUßGÄNGERZONE SOFORT BARGELD ALTGOLD



Side Brillant
Ihr Juwelier des Vertrauens
seit 2001



Altgold ◀ Bruchgold ◀ Münzgold ◀ Zahngold ◀ Zuchtperlen
◀ Schmuck ◀ Brillanten ◀ Platin ◀ Silber ◀ Uhren

Side Brillant Juwelier | Kölner Str. 59, 53840 Troisdorf | Tel.: 02241 - 126 08 56 | Mobil: 0177 590 1111

viel zu früh verstorbenen Komponistin Caroline Charrière bis zu einer jazzig-groovend fröhlichen Variante von „Es kommt ein Schiff geladen“. Mit „The Isaiah Carol“ des Norwegers Kim Arnesen und „Tu scendi dalle stelle“ von Alfonso de Liguori bewiesen Kerstin Hense (Sopran) und Dieter Waltherscheid (Tenor) auch solistische Qualitäten, die wunderbar vom Rest der A cappella-Gruppe unterstützt wurden.

Der Auftritt wurde ergänzt und abgerundet durch zwei weihnachtlich-nachdenklich-heitere Wortbeiträge des Ensemble-Mitglieds Walter König sowie von Paul-Reiner Krieger und eine Klavierinterpretation von Heidi Kraus. Belohnt wurde die Darbietung nicht nur vom langen Applaus des Publikums und einer Zugabe. Dank großzügiger Spenden von Zuhörerinnen und Zuhörer können dem eingangs angekündigten Zeichen der Zuversicht auch



Foto: A. Eckes

Taten folgen: 1.500 Euro kamen für die Tafel Neunkirchen-Seelscheid zusammen.

Diesen Betrag konnten Petra Eckes, Walter König und Yannick Noval (rechts) am 20. Januar an die Vorstände der Tafel, Marion Skarpil und Markus Schlimm

(links), übergeben. Von allen Beteiligten nochmals einen herzlichen Dank an die Zuhörerinnen und Zuhörer, die damit den gesellschaftlichen Zusammenhalt in unserer Gemeinde großzügig unterstützt haben. Guntram Ochs

SieDu - Die Taschengeldbörse in Neunkirchen-Seelscheid

An alle Senioren, Familien, Alleinstehende und Tierbesitzer und alle anderen Privatpersonen, die Hilfe gebrauchen können.

- Einkaufen und Haushaltshilfe
- Nachhilfe (z. B. auch per Videotelefonie) aller Fächer von Schüler zu Schüler
- Tierbetreuung / Gassigang
- Gartenarbeit
- Babysitten / Kinderbetreuung
- Hilfe bei PC / Handy / Tablet
- Rhesi-App
- Hilfe bei kleinen Botengängen Post / Arzt / Apotheke
- Sperrmüll rausstellen
- Auto reinigen

Viele weitere Unterstützungen sind möglich.

Sie fühlen sich angesprochen und wollen einen der genannten Jobs vergeben oder haben vielleicht auch eine ganz neue Aufgabe? Gerne nehmen wir Ihre Aufträge entgegen.

Du möchtest gerne einen Job erledigen um dein Taschengeld aufzubessern? Dann melde dich bei uns!

Sie erreichen uns persönlich immer montags von 15 bis 17 Uhr und freitags von 10 bis 12 Uhr unter 015206698333 oder jederzeit im Internet unter

www.siedu.info oder auch per E-Mail: info@siedu.info.

Vorstellungstreffen/Kennenlernen für Jobsucher- und anbieter:

Das nächste Vorstellungstreffen findet am 3. März zwischen 15 und 17 Uhr im Kinderschutzbund **Seelscheid**, Breite Str. 2, 53819 Neunkirchen-Seelscheid statt. Wir bitten um vorherige Anmeldung, da wir unsere Termine im 10-Minuten-Takt vergeben. Das Vorstellungstreffen dient für uns zum Kennenlernen und Anmelden neuer „Jobsucher“ und der Aufnahme von Jobs der persön-

lich zu uns kommenden „Jobanbieter“.

Babysitter aufgepasst!

Ab haben alle, die Interesse daran haben, als Babysitter in Neunkirchen-Seelscheid zu fungieren, die Möglichkeit, sich beim Aktion Kindergarten e. V. in ein zentrales Register aufnehmen zu lassen. Hierfür könnt ihr eine E-Mail an info@aktion-kindergarten.de senden, um im Register aufgenommen zu werden. Dies stellt jedoch keine „Jobgarantie“, sondern ein Vermittlungsportal dar. Euer SieDu-Team der SPD Neunkirchen- Seelscheid

Kinderschutzbund freut sich über Spende

WirNetzwerk, vertreten durch Herrn Radmann-Bender, haben am vergangenen Donnerstag eine großzügige Spende in Höhe von 250 Euro an den hiesigen Kinderschutzbund übergeben.

Vorstandsvorsitzende Theresia Jonas nahm die Spende freudestrahlend entgegen.

Die finanzielle UnterstRützung kommt laut Verein zielgerichtet den Angeboten und Projekten zugute, die sich für den Schutz und das Wohl von Kindern einsetzen.

Die Freude über die Spende verdeutlicht, wie stark das Engagement der WirNetzwerker und der lokalen Wirtschaft die Arbeit zum Schutz von Kindern unterstützt.

Theresia Jonas
1. Vorsitzende



WirNetzwerker

BETTENWOCHE

BEI BETTEN STAR



BODYPUR®
YOUR SLEEP

Tellerrahmen Frame 200

jetzt **499 €**
nicht verstellbar



jetzt **1.199 €**
mit Motor
Größen: 90, 100 x 200 cm



Matratze BS Vital
jetzt **399 €**

Matratze BS Premium
jetzt **999 €**
Größen: 90, 100 x 200 cm
auch in Übergrößen erhältlich



BETTEN
STAR

Beratungstermin sichern

auf www.BETTEN-STAR.de oder www.BODYPUR.de

SIEGBURG Mühlenstraße 20, Tel. 0 22 41 / 5 76 76

BAD HONNEF-ROTTBITZE Himberger Str. 2, Tel. 0 22 24 / 12 21 411





Pflege fair organisieren - auch über räumliche Distanz

Die Betreuung pflegebedürftiger Angehöriger stellt viele Familien vor große Herausforderungen. Besonders belastend ist es, wenn die Verantwortung hauptsächlich bei einer Person liegt, während andere Familienmitglieder weiter entfernt wohnen. Dabei gibt es zahlreiche Möglichkeiten, wie auch Angehörige aus der Distanz zur Entlastung beitragen können.

Unterstützung bei organisatorischen Aufgaben

Pflege umfasst weit mehr als die direkte Versorgung. Viele Aufgaben lassen sich unabhängig vom Wohnort übernehmen. Dazu zählen etwa die Koordination von Arztterminen, das Ausfüllen von Formularen oder die Beantragung von Unterstützungsleistungen. Auch die Planung von Wohnungsanpassungen kann aus der Ferne organisiert werden. Eine strukturierte Aufgabenverteilung hilft, die Belastung gleichmäßiger zu verteilen. Eine sogenannte Helferkonferenz, bei der alle Beteiligten gemeinsam die Zuständigkeiten festlegen, kann dabei sehr hilfreich sein. Digitale Beratungsmöglichkeiten, etwa per Videogespräch, erleichtern die Abstimmung auch über größere Entfernung hinweg.

Soziale Netzwerke aktivieren

Nicht nur Familienmitglieder können zur Entlastung beitragen. Auch Personen aus dem näheren Umfeld wie Nachbarinnen und Nachbarn oder ehrenamtliche Besuchsdienste können eine wertvolle Unterstützung sein. Sie übernehmen kleinere Aufgaben im Alltag oder bieten Gesellschaft. Ange-



gehörige, die weiter entfernt wohnen, können passende Angebote recherchieren und die Kontakt- aufnahme erleichtern.

Emotionale Unterstützung nicht unterschätzen

Neben praktischer Hilfe ist auch das Gespräch ein wichtiger Bestandteil der Unterstützung. Regelmäßiges Zuhören - sowohl gegenüber der pflegebedürftigen Person als auch gegenüber der Hauptpflegeperson - trägt dazu bei, emotionale Belastungen zu verringern und das Gefühl der Isolation zu vermeiden. Kommunikation ist ein zentraler Bestandteil einer gelungenen Pflegeorganisation.



PRAXISÄNDERUNG

Seit dem **01.01.2026** führt mein Sohn,
Dr. Philipp Bernhardt,
unsere bisherige Gemeinschaftspraxis als
allgemeinmedizinisch-internistische Einzelpraxis weiter.

Ich möchte mich von Herzen bei ihm und unserem großartigen, eingespielten Team – Sabine Ludwig, Selina Alefelder und Larissa Bayazitova- bedanken. Mit ihrer Geduld, ihrem Enthusiasmus und ihrem unermüdlichen Einsatz haben sie maßgeblich dazu beigetragen, die Praxis erfolgreich in die nächste Generation zu führen.

Mein Dank gilt ebenso unseren Patientinnen und Patienten für das langjährige Vertrauen, die vielen wertschätzenden Worte, persönliche Gesten und Geschenke, die mich tief berührt haben.

Darüber hinaus möchte ich mich bei meinen ärztlichen Kolleginnen und Kollegen für die über Jahrzehnte hinweg kollegiale und freundschaftliche Zusammenarbeit bedanken.

Mein besonderer Dank gilt auch den Apotheken – allen voran dem Team der Forellenapotheke mit Herrn Claudi – Sowie den Pflege- und Transportdiensten und den Pflegeheimen für die stets zuverlässige und partnerschaftliche Kooperation.

Ab dem **01.03.2026** werde ich in meiner gynäkologischen Privatpraxis, Tulpenweg 40 in 51427 Bergisch Gladbach tätig sein und freue mich auf diesen neuen beruflichen Abschnitt.

Telefonisch erreichen Sie mich unter 02204-425744, Fax 02204-425745

Ihre Dr. Ulrike Bernhardt

Wie Krafttraining bei Depressionen und Angststörungen hilft und somit psychische Gesundheit fördert

Interview mit Pia Börsch im Kronos Aktivclub

(Nora Lemmer) Pia Börsch, 22 Jahre, arbeitet seit 2022 in Hennef im Kronos Aktivclub und hat im dualen Studium Fitnessökonomie ihren Bachelor of Arts 2025 absolviert. In ihrer Bachelorarbeit hat sie die Auswirkungen von Krafttraining auf Depressionen und Angststörungen untersucht.

Nora Lemmer: Pia, erzähl uns über deine Bachelorarbeit.

Pia Börsch: Ich habe über die Auswirkungen von Krafttraining auf Depressionen und Angststörungen geschrieben. Ein super interessantes Thema, weil Depressionen sind in der heutigen Zeit immer mehr vertreten und das Thema verdient immer mehr Aufmerksamkeit. Weltweit sind 280 Millionen Menschen an Depressionen erkrankt und 301 Millionen leiden unter Angststörungen. Ich fand die Werte so erschreckend ehrlich gesagt, dass ich mir gesagt habe, ok da muss man mal ein bisschen genauer forschen, was es da für Möglichkeiten gibt Depressionen oder Angststörungen zu therapieren, abgesehen von den Psychopharmaka, und Psychotherapie, die verschrieben werden.

Nora: Klingt nach einem spannenden Thema. Wie kann Krafttraining denn bei Depressionen oder Angstzuständen helfen?

Pia: **Krafttraining kann präventiv und akut helfen** als alternative und unterstützende Maßnahme.

Nora: Merkst du das in deinem Arbeitsalltag, dass Sport Menschen auch psychisch hilft?

Pia: Definitiv merkt man das den Menschen an, wenn man sie auf der Reise begleitet. Man begleitet die Menschen von Tag 1 an, wo sie hier sind. **Man nimmt die Person in der Beratung als Ganzes wahr** und sieht dann auch die Entwicklung. Natürlich gibt es Unterschiede. Oft, vor allem in den ersten 4-8 Wochen, arbeitet man sehr eng zusammen und gerade da merkt man den Menschen total an, wie sie aufblühen und wie das Training von einem eher unangenehmen „Muss“ zu einem guten Abschnitt vom Alltag wird, wo man merkt das tut nicht nur meinem

Körper gut, sondern vor allem **mir selbst** gut im Sinne von „ich fühle mich insgesamt besser; ich fühle mich ausgeglichener“. Natürlich merkt man auch, dass der Körper kräftiger wird und sich eventuell verändert und dass man den Alltag besser bewältigen kann. Es ist total schön zu sehen, **wie glücklich Menschen hier raus gehen**, weil sie sagen können „ich trainiere und mache das für mich. Nicht nur für mein Aussehen oder für andere, sondern für meine eigene Lebensqualität.“

Nora: In der heutigen Zeit verbringen Menschen ja immer mehr Zeit mit digitalen Medien und der reale zwischenmenschliche Kontakt nimmt ab. Kann das ein Faktor sein, dass Menschen sich unter anderem auch besser fühlen, weil sie mal rauskommen und echten menschlichen Kontakt haben abseits der Arbeit? Wenn ich zum Sport gehe, gehe ich meistens allein, obwohl ich es schön finde, einen „Fitnessbuddy“ zu haben, also jemanden zum Austauschen und zum gegenüberseitigen anspornen. Ihr bietet doch auch 1:1 Training an?

Pia: Genau, wir bieten in der Woche Coaching Zeiten an, wo man sich flexibel einbuchen kann, oder auch Personal Training. Per Telefon oder App kann man sich einen Termin buchen. Entweder klärt man dort noch mal wie einzelne Geräte funktionieren, oder man nutzt es als Verbindlichkeit, sich selbst anzuspornen. Ansonsten haben die Kunden auch die Möglichkeit 1:1 Termine zu buchen, die gerne genutzt werden und wichtig sind.

Nora: Pia, wenn du dein Thema einbringen könntest, wie würdest du das machen?

Pia: Es ist schwierig zu sagen, wie man es am besten einbringt, weil für viele ist das ein unglaublich sensibles Thema. Klar, weil es sehr sehr persönlich ist. Man traut sich eventuell nicht mit dem Thema hierhin zu kommen. **Wichtig wäre mir, dass in der Forschung und Therapie mehr interdisziplinär gearbeitet wird, sodass Ärzte und Psychologen mit Sportwissenschaftlern zusammenarbeiten.** Das sollte nicht voneinander getrennt werden.

Wenn ein Mitglied so offen ist und

sagt „ich leide unter einer Depression“ oder habe gehört, dass Krafttraining positive Auswirkungen hat, dann könnte man da vor Ort im gewissen Maß gezielter drauf eingehen. Klar gibt es keinen Trainingsplan, der das trainiert, aber es geht darum, dass Krafttraining an sich wirklich starke Auswirkungen auf Depressionen und Angststörungen hat. Man spricht sogar von **Regression**, also dem Rückgang, der Verbesserung des Zustandes durch das Krafttraining. Ich habe in meiner Bachelorarbeit Studien untersucht, die über 8 Wochen gingen, mit **2 Tage Krafttraining die Woche**, die gezeigt haben welche enormen Auswirkungen das Krafttraining auf die psychische Gesundheit hat.

Nora: Wie kann man denn psychische Gesundheit messen und was hat die Studie gezeigt?

Pia: Also es ist natürlich schwierig in Zahlen messbar, aber bei den klinischen Studien haben Menschen teilgenommen, die diagnostizierte Depressionen bzw. Angststörungen hatten. Es ist zum einen kompliziert die neurologischen und hormonellen Prozesse exakt zu messen und zum anderen ist die heutige Forschung noch nicht so weit. Daher werden Fragebögen mit entsprechenden Skalen zur generalisierten Messbarkeit genutzt. Jeweils vor dem Training wurde der Fragebogen unter ärztlicher Aufsicht ausgefüllt und somit über 8 Wochen festgehalten, welche Veränderungen es in der Psyche der Teilnehmer gibt. Besonders bemerkenswert war auch der Ansatz, dass Krafttraining auch dabei helfen kann, benötigte Psychopharmaka zu reduzieren, oder möglicherweise zusammen mit anderen Therapieansätzen langfristig auch zu ersetzen.

Nora: Krafttraining kann also als alternative, ergänzende oder präventive Maßnahme der psychischen Gesundheit helfen. Gibt es denn auch eine Möglichkeit bei einer psychischen Krankheit **Reha-Sport** zu beantragen? Man kennt das ja von körperlichen Krankheiten.

Pia: Ja klar. Das klassische Reha-Sport Rezept über 50 Einheiten in 18 Monaten wird nach körperlichen Erkrankungen verschrieben, und auch nach psychischen Erkrankungen. Das eine bedingt auch oft das andere. Das bieten



wir hier natürlich auch an. So hat man einmal in der Woche ein Ganzkörpertraining, was einem gut tut. Und wenn man möchte, hat man eben bei uns die Möglichkeit darüber hinaus noch etwas individuell zu machen.

Nora: Wie ist denn der Weg hier hin? Was muss man machen, um bei euch trainieren zu können?

Pia: **Der erste Schritt ist immer die persönliche Beratung.** Die kann man telefonisch, über unsere Webseite oder vor Ort vereinbaren. Dabei nehmen wir uns Zeit und sprechen über alle Vorstellungen, Wünsche und Bedürfnisse, sodass wir ein individuelles Training erstellen können. Wenn man eine Mitgliedschaft vereinbart und sich für sich und die eigene Gesundheit entscheidet, wird mit einem ersten Training begonnen, wo man einen bestmöglichen Start hat. Darüber hinaus bieten wir ein fortlaufendes Coaching an, das gerne in Anspruch genommen wird. Niemand ist da auf sich allein gestellt. Gerade in den ersten 4-8 Wochen ist das Coaching und Zusammenarbeit mit den Trainern sehr intensiv und eng. Auch im Anschluss hat der Trainierende die Möglichkeit vor Ort einen Ansprechpartner zu haben, oder man lernt oft auch nette Mittrainierende kennen. Nora: Viele Menschen fühlen sich ja auch nach dem Winter sehr niedergeschlagen, ohne direkt an einer klinischen Depression zu leiden. Würdest du sagen, dass Sport einem auch **aus dem Winterloch helfen** kann?

Pia: Ja auf jeden Fall. **Sport hilft beim allgemeinen Wohlbefinden.** Einfach vorbeikommen, Termin vereinbaren oder mal zum Probetraining kommen.

Gut vorbereitet kaufen

Die Suche nach einer passenden Immobilie ist in vielen Regionen anspruchsvoll. Wohnraummangel und gestiegene Zinsen erschweren die Entscheidung, zugleich bleibt der Wunsch nach einem eigenen Zuhause für viele ein wichtiges Lebensziel auch in Hinblick auf die Altersvorsorge. Eine gute Vorbereitung hilft, den Überblick zu behalten und Fehlentscheidungen zu vermeiden.

Finanzrahmen festlegen

Bevor die erste Besichtigung ansteht, sollte klar sein, wie der eigene finanzielle Rahmen aussieht und wie viel man für die eigentliche Immobilie ausgeben kann. Dazu gehört ein detaillierter Kasensturz, der alle monatlichen Ausgaben berücksichtigt. Banken verlangen oft mehr Eigenkapital als

früher, weil Kredite durch die Zinsentwicklung teurer geworden sind. Wer Angebote verschiedener Kreditinstitute vergleicht, erhält ein Gefühl für realistische Konditionen. Sinnvoll ist auch ein Puffer für Modernisierungen, Umbauarbeiten oder unerwartete Kosten.

Marktlage einschätzen

Der Immobilienmarkt reagiert empfindlich auf Zinsen, regionale Nachfrage und verfügbare Bauflächen. In Ballungsräumen bleibt das Angebot meist knapp und auch kleinere Orte spüren den Zuzug. Interessenten sollten daher frühzeitig beobachten, wie lange Objekte online bleiben und wie sich Preise entwickeln. Ein realistisches Bild erleichtert die Entscheidung, ob ein Angebot wirklich passt oder überteuert ist.

Besichtigungen gut vorbereiten

Vor Ort zeigt sich, ob ein Haus oder eine Wohnung den eigenen Vorstellungen entspricht. Ein Fragenkatalog hilft, wichtige Punkte nicht zu vergessen. Scheuen Sie sich nicht, all Ihre Fragen zu stellen. Dazu zählen unter anderem das Baujahr, energetischer Zustand, laufende Nebenkosten, geplante Sanierungen im Umfeld und die Qualität der Bausubstanz. Bei älteren Gebäuden lohnt sich eine zweite Besichtigung gemeinsam mit einer fachkundigen Person, etwa einem Energieberater oder Handwerker bzw. Architekten. Fotos und Notizen erleichtern später den Vergleich verschiedener Objekte.

Rechtliches im Blick behalten

Vor dem Kauf sind einige Un-

terlagen unverzichtbar. Dazu gehören ein Grundbuchauszug, Energieausweis, Baubeschreibung, Protokolle der Eigentümersversammlungen bei Wohnungen und Informationen zu bestehenden Rechten auf dem Grundstück. Wichtig ist auch ein Blick auf mögliche Einschränkungen durch Bebauungspläne. Der Kaufvertrag sollte immer vor dem Notartermin geprüft werden, um Unklarheiten frühzeitig zu klären.

Wer sich gründlich vorbereitet, findet leichter heraus, welche Immobilie wirklich zum eigenen Leben passt. Das spart Zeit, schützt vor überraschenden Kosten und schafft eine gute Ausgangslage für die Verhandlung mit Verkäufer oder Makler.



**WOHNSACHE
IMMOBILIEN**




Kostenlose Immobilienbewertung:
 Nutzen Sie unsere Expertise für Ihre kostenlose Wertermittlung.

Wahnbachtalstr. 7-8 - 53804 Much - Tel.: 02245-60 292-0
 Hauptstr. 84 - 53819 Neunkirchen-Seelscheid - Tel.: 02247-753192-0
www.wohnsache-immobilien.de

Verkehrs- und Verschönerungsverein Seelscheid zieht Bilanz für 2025

Veränderungen im Vorstand und neuer Internetauftritt

Rückblick 2025 Der Verkehrs- und Verschönerungsverein Seelscheid blickt auf ein arbeitsreiches Jahr 2025 zurück. Auch in diesem Jahr konnte der Verein seine satzungsgemäßen Aufgaben erfüllen. Dazu zählten insbesondere die Pflege- und Instandhaltung von Bänken, Schutzhütten, Stegen und Informationstafeln sowie die Durchführung der Mitgliederversammlung. Im Laufe des Jahres wurden vier neue Sitzbänke aufgestellt beziehungsweise marode Bänke ersetzt. Zwei dieser Bänke wurden durch Spenden ermöglicht, wofür sich der Verein ausdrücklich bedankt. Zudem beteiligte sich der Verein im März mit 17 engagierten Helferinnen und Helfern an der Aktion „Neunkirchen-Seelscheid räumt auf“ und sorgte für die fachgerechte Entsorgung von willem Müll. Zur Eröffnung des Lesegartens am kleinen Bürgerbüro stiftete der Verein auf Vereinskosten die Bepflanzung des Hochbeetes sowie ein geschmiedetes Gemeindewappen auf einer Säule. Im Frühjahr wurde außerdem die Wildblumenwiese im Bicester Park überarbeitet und neu eingesät. Das Ergebnis blieb jedoch hinter den Erwartungen zurück. Positiver fiel die Neugestaltung des Dreiecks an der Krautbitze aus, dass vollständig geräumt und mit 160 rosa Zwerfspieren neu bepflanzt wurde. Auch 2025 beteiligte sich der Verein wieder am

„Seelscheder Chresmaat“. Aus dem Erlös konnten 100 Euro an die Notfallseelsorge gespendet werden.

Geplante Projekte Weniger erfolgreich verliefen mehrere geplante Projekte. So konnte die Installation von Trittsteinen in der Naaf zur Querung des Eisvogelwegs aufgrund naturschutzrechtlicher Bedenken der Unteren Naturschutzbehörde des Rhein-Sieg-Kreises nicht umgesetzt werden. Auch die geplante Treppenanlage vom Wirtschaftsweg Leienhof zum Radweg an der B 56 scheiterte an Vorgaben von Straßen NRW, die eine barrierefreie Ausführung forderten. Seit Jahren befindet sich der Verein zudem im Gespräch mit der Gemeindeverwaltung über die Übernahme der Verkehrssicherungspflicht für vereinseigene Bauwerke sowie über eine mögliche Übertragung des Bicester Parks vom Rhein-Sieg-Kreis an die Gemeinde. In beiden Punkten sieht der Verein derzeit keinen Fortschritt.

Veränderungen im Vorstand Veränderungen gab es auch im Vorstand. Heinz Klein musste aus gesundheitlichen Gründen sein Amt als Beisitzer niederlegen. Über viele Jahre unterstützte er den Verein mit großem Engagement, insbesondere bei der Pflanzung und Pflege der Baumallee auf dem Breitscheider Rücken. Der Vorstand dankt ihm



Beisitzer: (v. l. n. r.) Daniel Euler, Rolf Baum, Johannes Westarp, Lothar Machmer, Michael Zirwes, Rainer Thoma, Andreas Friese, Andreas Vogel

herzlich für seinen langjährigen Einsatz und wünscht ihm alles Gute. Gleichzeitig freut sich der Verein über neue Unterstützung im Vorstand. Andreas Friese, Johannes Westarp, Rainer Thoma und Daniel Euler werden künftig als Beisitzer die Vorstandarbeit mit ihrem Wissen und ihrer Tatkraft bereichern und zur Verjüngung des Vorstandsteams beitragen.

Neue Internetseite Ein weiterer Meilenstein ist der neue Internetauftritt des Vereins. In Zusammenarbeit mit Paul Vogel wurde im Laufe des Jahres eine neue Website erarbeitet, die zum 1.

Januar online ging. Künftig können Inhalte und Fotos eigenständig veröffentlicht werden. Zudem bietet die neue Seite eine bessere Darstellung auf mobilen Endgeräten und wird zu geringeren Kosten betrieben.

Interessierte, die die Arbeit des Verkehrs- und Verschönerungsvereins Seelscheid aktiv oder als förderndes Mitglied unterstützen möchten, finden weitere Informationen auf der neuen Homepage unter www.vvs-seelscheid.de. Der Verein freut sich über Anregungen, Kritik und den persönlichen Austausch.

Kamelle! D'r Zoch kütt!

KKP Karnevalskomitee Pohlhausen von 1962 (Mitglied im Bund Deutscher Karneval)

Karnevalsumzug in Pohlhausen am 14. Februar um 16 Uhr
Der Zoch kütt am Karnevalssamstag um 16 Uhr.
Die Aufstellung findet um 15:30 Uhr bei der Johanniter Rettungswache statt. Von 15 bis 20 Uhr findet der Getränkeausschank mit Imbiss (Grillwürstchen im Brötchen) in der Dorfanlage Pohlhau-

sen statt.
Das diesjährige Motto lautet: „Seit Jahren ohne Kron und Saal doch Pohlhausen fiert allemol“
Es freut sich auf Euren Besuch.
Das K. K. Pohlhausen
Bringt bitte schönes Wetter mit, dafür geht ihr mit vollen Taschen nach Hause!
Karnevalskomitee von 1962



Zukunftssichere Investition in Pflegeimmobilien

OPEN HOUSE: 22.02.2026, 11⁰⁰ - 14⁰⁰

Kein Verwaltungsaufwand
Garantierte Miete für 25 Jahre
Ansehnliche Rendite
5 % degressive Abschreibung
Vorbelegungsrecht

HKM
bauen & leben

0214 - 206 499 888 **www.hkm-m.de**

Angaben zum Energieausweis lt. §87 GEG: Bedarfsschein, gültig vom 30.03.2023, Heizungsart: Fußbodenheizung, Befeuerung: Erdgas leicht, Luftwärme, Baujahr 2023, Energiekennwert: 56.1, Effizienzklasse: B

Rückblick auf eine tolle Konzertsaison

Dass die Chorgemeinschaft St. Georg unter den üblichen Nachwuchsproblemen leidet, ist kein Geheimnis. Umso erstaunlicher ist das Pensum, dass in den zurückliegenden Wochen und Monaten gemeistert wurde.

Eingeleitet wurde die Konzertsaison traditionell mit dem „Seel-scheder Chresmaat“. Die Chorgemeinschaft war mit der berühmten Feuerzangenbowle und leckeren Honigkuchen vertreten. Für den spirituellen Genuss gab es das ebenfalls traditionelle, ökumenische Singen in der Evangelischen Dorfkirche, in dem bekannte Advents- und Weihnachtslieder (unter dem Dirigat von Heidi Kraus und Yannick Noval) gesungen wurden.

Am vierten Adventswochenende lud die Chorgemeinschaft zum Mitsingen in die katholische Kirche St. Georg ein. Gedichte, Geschichten und Lieder rund um das Weihnachtsfest stimmten mit Unterstützung von Thorsten Büth an der Orgel auf die bevorstehenden Feiertage ein. Sowohl das Publikum als auch die Chorgemeinschaft hatten viel Freude und der Wunsch nach einer Wiederholung im neuen Jahr war einhellig. Den Abschluss des Kirchenjahres bildete die Christmette an Heiligabend, ebenfalls mit Thorsten Büth an der Orgel.

Im neuen Jahr folgte sogleich das traditionelle Konzert im Altenheim, ein Herzensanliegen der Chorgemeinschaft, das zuletzt nur durch Corona und den Dirigentenwechsel unterbrochen wurde. Wieder wurde ein sehr abwechslungsreiches Programm ausgewählt, ein bisschen weihnachtlicher Ausklang, heitere Musik zum neuen Jahr, Texte zum Schmunzeln und Lieder zum Mitsingen. Es war eine Freude zu erleben, wie das Programm die alten Menschen begeisterte.

Nur eine Woche später gestaltete die Chorgemeinschaft den dritten Taizé-Gottesdienst in St. Georg mit. Die Andachten, geistlich gestaltet von Paul-Reiner Krieger, erfreuen sich wachsender Beliebtheit. Von Mal zu Mal kamen mehr Teilnehmende, um am Ende der Woche einen spirituellen Impuls quer über Konfessionsgrenzen hinweg zu erfahren.

Den Abschluss der Saison bildeten die Konzerte des Lions-Clubs.



Foto: Chorgemeinschaft St. Georg

In der Evangelischen Dorfkirche Seelscheid und in St. Margareta in Neunkirchen boten der Katholische Kirchenchor St. Cäcilia Neunkirchen, der Evangelische Kirchenchor Seelscheid, das Vokalensemble Seelscheid, die Chorgemeinschaft St. Georg 1860 Seelscheid sowie der Kirchenchor Cäcilia Hermerath ein buntes Programm bestehend aus Chor- und Orgelmusik aus sechs Jahrhunderten.

Die Chorgemeinschaft St. Georg blickt auf ein bewegtes und gutes Jahr 2025 zurück. Ein besonderer

Dank gilt dem Vorstand der Chorgemeinschaft, den Chorleitern Yannick Noval und Walter König, die mit ihrem unermüdlichen Einsatz zum Fortbestand der Chorgemeinschaft beigetragen haben. Die Kraft der Musik ist uns allen

eine großartige Bereicherung und wir laden Sie und Euch herzlich ein, daran teilzuhaben. Kommt gerne unverbindlich zu unseren Proben donnerstags um 19 Uhr im Pfarrheim Am Ehrenmal in Seelscheid vorbei.

Fragen zur Verteilung?

mail@regio-pressevertrieb.de

www.regio-pressevertrieb.de **REGIO** pünktlich • zielgerichtet • lokal
PRESSE VERTRIEB GmbH

Die Zeitungszustellgesellschaft der RAUTENBERG MEDIA KG

HÖRMANN

Tore • Türen • Zargen • Antriebe

Automatik-Sektionaltore



Aktionsgröße:

2.500 x 2.000 mm
2.500 x 2.125 mm
2.370 x 2.000 mm
2.370 x 2.125 mm

Hörmann Automatik-Garagen-Sektionaltor in 7 Aktionsfarben, M-Sicke, Oberfläche Woodgrain und Elektroantrieb inkl. ein Handsender.

Weitere Oberflächen in L-Sicke, 7 Aktionsfarben und weiteres Zubehör ist ebenfalls zu attraktiven Preisen erhältlich.

Voss+sohn
FACHGROSSEHANDEL

VIEL MEHR ALS ROLLLÄDEN UND MARKISEN

Voss & Sohn GmbH & Co. KG • Industriestraße 79 • 50389 Wesseling • info@voss-sohn.de • Tel. 02232 51499 • 02203 9285549

Fragen zur Verteilung?

mail@regio-pressevertrieb.de

www.regio-pressevertrieb.de

REGIO • pünktlich • zielgerichtet • lokal
Die Zeitungszustellgesellschaft der RAUTENBERG MEDIA KG



Bundesverband
Kommunikations
Vertrieb



Bundesverband
Arbeitsvertrags
Vertragsvermittlung



Benefits bei RAUTENBERG MEDIA

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

TEAM VERKAUFSKOORDINATION

Vertriebsassistent Innendienst (m/w/d)

Teilzeit oder Vollzeit 37,5 Std.

DU hast:

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

Aufgaben:

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

WIR bieten Dir:

- flexible Arbeitszeiten
- familienfreundliche Rahmenbedingungen

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

Kleine Buch-Experten geben Lesetipps



In der Adventszeit erhielten Besucherinnen und Besucher der Buchhandlung Löffelholz in Neunkirchen ganz besondere Buchempfehlungen: Schülerinnen und Schüler der Grundschule „Am Wenigerbach“ hatten dort ihre Lieblingsbücher vorgestellt. Kinder aus verschiedenen Stufen verfassten dafür kleine Texte, in denen sie ihre Lieblingsbücher

beschrieben und anderen Kindern, Eltern oder Verwandten Tipps für ihre Weihnachtsgeschenke gaben.

Die Buchhandlung Löffelholz berichtete begeistert, dass die altersgerechten Tipps großen Anklang fanden. Für die Kinder war es zudem eine großartige Erfahrung, ihre eigenen Texte in der Buchhandlung zu sehen und zu präsentieren.

ANZEIGEN · PROSPEKTEVERTEILUNG DRUCKE · WEB-AUFRITTE · 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.

Online lesen: mitteilungsblattneunkirchen.de/e-paper
Mittelungsblatt abonnieren: regio-pressevertrieb.de/o-service
Mitteilungsblatt MACHUNGEN DER GEMEINDE
Neunkirchen-Seelscheid
Jede Woche in Ihrem Briefkasten

MEDIENBERATER*INNEN

Petra Peiseler / Tim Hendricks
Celine Marie Müsegaes

FON 02241 260-112

FAX 02241 260-139

E-MAIL verkauf@rautenberg.media

Veranstaltungen für Frauen im Frauenzentrum

Aktuelle Angebote im Frauenzentrum Troisdorf, Hospitalstraße 2

Allgemeine Beratung für Frauen und Mädchen ab 14 Jahren

Montag bis Freitag nach Terminvereinbarung unter 02241.72250 oder beratung@frauenzentrum-troisdorf.de

Montag von 10 bis 12 Uhr auch ohne Anmeldung

Beratung zu rechtlichen Fragen in Lebenslagen wie Trennung und Scheidung

Jeden 1., 3. und 4. Dienstag im Monat von 16 bis 18 Uhr, Anmeldung erforderlich unter 02241. 72250

Rechtliche Beratung für geschädigte Zeuginnen bei sexualisierter und häuslicher Gewalt

Jeden 3. Freitag im Monat von 17 bis 19 Uhr, Anmeldung erforderlich unter 02241. 72250

Neben den Beratungsangeboten wird regelmäßig eine Meditation angeboten:

Meditation für Frauen am Morgen

Meditation ist eine Möglichkeit, zu sich selbst zu finden. Die Meditation am Morgen hat einen festgelegten Ablauf. Zunächst werden bewegte Atemübungen im Stehen angeboten, um den Körper zu spüren. Danach folgt eine geführte Achtsamkeitsübung. Schließlich wird eine halbe Stunde in Stille gesessen. Kissen und Matten sind vorhanden. Es besteht die Möglichkeit, nur zum Sitzen dazu zu kommen. (ca. 10:30 Uhr). In diesem Fall bitte draußen warten, bis die Tür sich öffnet. Nicht klingeln.

TERRALIVING®

TERRASSENDÄCHER | WINTERGÄRTEN | MARKISEN



- Terrassendächer
- Wintergärten
- Glasoasen • Markisen

TerraLiving GmbH

Am Turm 28 · 53721 Siegburg
+49 (0) 2241 30 15 266 · info@terraliving.de
www.terraliving.de

Leitung: Ilka Labonté, Gestalttherapeutin, Traumafachberaterin

Ort: Barrierefreie Zweigstelle des Frauenzentrum Troisdorf e. V., Alte Poststraße 18, 53840 Troisdorf

Die nächsten Termine: 18. Februar, 4. und 18. März, 1. April, jeweils

von 10 bis 12 Uhr

Anmeldung bis zum Vortag 13 Uhr per E-Mail oder telefonisch, da nur begrenzte Plätze zur Verfügung stehen.

Kosten: Es wird um eine Spende für das Frauenzentrum gebeten.

Neue Selbsthilfegruppe für Eltern in Trennungs- und Scheidungssituationen

Eine Trennung oder Scheidung stellt für Eltern eine große emotionale Herausforderung dar - nicht zuletzt, weil auch die gemeinsamen Kinder betroffen sind. Eine neue Selbsthilfegruppe in Troisdorf bietet Müttern und Vätern Unterstützung in dieser belastenden Lebensphase.

Im Mittelpunkt stehen Fragen rund um die gemeinsame Elternschaft nach der Trennung. Typische Themen sind der Umgang mit Emotionen, verschiedene Betreuungsmodelle (z. B. Wechsel- oder Residenzmodell), eine konstruktive Kommunikation mit dem an-

deren Elternteil, Loyalitätskonflikte der Kinder sowie die Neugestaltung der eigenen Elternrolle. Die Gruppe schafft einen geschützten Rahmen für Austausch und gegenseitige Unterstützung. Sie hilft Eltern, psychosoziale Belastungen zu bewältigen und die Trennung emotional zu verarbeiten. Gleichzeitig kann sie zu mehr psychischer Stabilität und Selbstwirksamkeit beitragen. Ziel ist es, Eltern in ihrem Alltag zu stärken und sie dabei zu unterstützen, einen verlässlichen und kindgerechten Kontakt zu ihren Kindern aufrechtzuerhalten.

Das Gründungstreffen ist für Montag, 9. Februar, in Troisdorf geplant. Es entstehen keine Kosten.

Für weitere Informationen oder zur Anmeldung wenden Sie sich bitte an:

Selbsthilfe-Kontaktstelle im Rhein-Sieg-Kreis, 02241 94 99 99, E-Mail: selbsthilfe-rhein-sieg@paritaet-nrw.org

Dirk Molly

STOFFE • GARDINEN

Schöne Fenster & Räume

... aktuelle Modestoffe in riesiger Auswahl

Siegburg · Luisenstr. 95 · Tel. 02241 - 65308

www.dirkmolly.de

Stoffe Gardinen Plissee Rollo Lamelle



Risiko für Herzinfarkt und plötzlichen Herztod senken

Ärzte raten zu diesen acht Maßnahmen

Jeder, aber besonders, wer bereits eine Koronare Herzkrankheit (KHK) hat, sollte unbedingt mit vorbeugenden Maßnahmen eine Entstehung der KHK vermeiden oder ihr Fortschreiten bremsen.

Die Herzstiftung erklärt die wichtigsten

Durchblutungsstörungen des Herzens durch die Koronare Herzkrankheit (KHK) sind nicht nur die Grunderkrankung des Herzinfarkts, sondern auch die Hauptursache von Herzinsuffizienz und plötzlichem Herztod. Untersuchungen von plötzlich Verstorbenen ergaben, dass bei 75 bis 80 Prozent eine KHK bestand. Aber auch bei obduzierten unter 35-Jährigen, die einem plötzlichen Herztod erlagen, wurde in einer US-Untersuchung bei 23 Prozent eine KHK festgestellt. In Deutschland ist bei 4,7 Millionen Menschen eine KHK bekannt. Tückisch an der KHK ist: Vom Patienten jahrelang unbemerkt, können sich durch Plaques aus Kalzium („Kalk“), Entzündungszellen, Bindegewebe und Cholesterin an den Wänden von Herzkranzgefäßen (Koronararterien) Veränderungen entwickeln, die sich erst bemerkbar machen, wenn die Arterienverengung eine kritische Schwelle von 70 bis 80 Prozent erreicht hat und es zur Minderversorgung des Herzmuskels mit Sauerstoff

und Nährstoffen kommt. Das führt dann unter körperlicher Anstrengung zu Schmerzen, Druck- oder Engegefühl in der Brust (Angina pectoris) oder Luftnot. Der „klassische“ Herzinfarkt entsteht durch einen kompletten oder teilweisen Verschluss der Koronararterie durch ein Blutgerinnel aufgrund einer Plaqueruptur (Aufbrechen der Plaque). „Die große Mehrzahl aller Herzinfarkte entsteht durch eine Plaqueruptur an vorher mindergradigen Verengungen“, berichtet der Kardiologe und Reha-Spezialist Prof. Dr. Bernhard Schwaab, Vorstandsmitglied der Deutschen Herzstiftung. „Dies kann auch der Grund dafür sein, dass bei manchen Patienten mit KHK oder nach einem Herzinfarkt der plötzliche Herztod das erste Zeichen einer Herzerkrankung ist, bei der vorab keine Symptome bemerkt wurden“, betont der Herzstiftungs-Vorstand und Chefarzt der Curschmann Klinik am Timmendorfer Strand. anlässlich der bundesweiten Herzwochen unter dem Motto „Gesunde Gefäße - gesundes Herz. Den Herzinfarkt vermeiden“ (Infos unter <https://herzstiftung.de/herzwochen>). Umso wichtiger ist, so Schwaab, das Entstehen und Wachsen von Plaques frühzeitig zu verhindern oder zumindest zu verringern, indem man die Risikofaktoren der

KHK ausschaltet oder vermindert. Die Deutsche Herzstiftung informiert im Rahmen der Herzwochen umfangreich über die wichtigsten Risikofaktoren für KHK und Herzinfarkt und deren Behandlungsmöglichkeiten und zeigt die entscheidenden Schritte auf, wie man einer KHK beziehungsweise ihrem Fortschreiten bis hin zum Herzinfarkt wirkungsvoll vorbeugt. Auch wer sich bereits wegen einer KHK oder anderen Herz- oder Kreislauferkrankung, wie Bluthochdruck oder Diabetes, in Behandlung befindet, sollte unbedingt auch alle weiteren Risikofaktoren im Blick behalten, ihnen mit Lebensstilmaßnahmen vorbeugen und gegebenenfalls zusätzlich medikamentös behandeln.

Regelmäßigen Gesundheits-Check-up machen

„Eine wichtige Basismaßnahme für alle Menschen, um ihre individuellen Herz-Kreislauf-Risikofaktoren frühzeitig zu erfassen, ist der regelmäßigen Gesundheits-Check-up bei der Hausärztin oder dem Hausarzt. Dieser kann ab 18 Jahren einmalig und ab 35 Jahren dann alle drei Jahre erfolgen“, unterstreicht der Präventions- und Reha-Experte Prof. Schwaab. Bezahlt wird der Check-up von der gesetzlichen Krankenkasse und durchgeführt von Allgemeinmedizinern, praktischen Ärzten und Internisten. Das EKG in Ruhe und unter Belastung sowie die Ultraschalluntersuchung des Herzens ergänzen das Untersuchungsspektrum. Darüber hinaus erlauben es etwa Ultraschalluntersuchungen der Halsschlagadern oder der Becken- und Beinengefäße, frühzeitig Gefäßverkalkungen zu erkennen, die für die Betroffenen noch ohne Symptome sind. Kardiologen wie der Herzstiftungs-Vorstand Professor Schwaab empfehlen allen voran die folgenden Maßnahmen:

1. Blutdruck messen, Bluthochdruck behandeln

Ein hoher Blutdruck ist der häufigste beeinflussbare Risikofaktor für Herzkrankheiten wie KHK, Herzschwäche oder Vorhofflimmern. Bluthochdruck verursacht am Anfang typischerweise keine Beschwerden. Deshalb sollte der Blutdruck regelmäßig gemessen und ein Bluthochdruck effektiv eingestellt werden. Mehr Infos

unter: <https://herzstiftung.de/bluthochdruck>

2. LDL-Cholesterin bestimmen und erhöhte Werte behandeln

Ein erhöhter Wert für das LDL-Cholesterin ist ein sehr wichtiger Risikofaktor für die Atherosklerose („Arterienverkalkung“) mit ihren schweren Folgen wie Herzinfarkt und Schlaganfall. Welchen LDL-Zielwert der Einzelne aufgrund seines Alters und seiner Krankengeschichte erreichen sollte, lässt sich mit speziellen Risikotabellen bestimmen.

LDL-Cholesterinsenkende Medikamente können das Plaquewachstum hemmen. Auch der Wert des überwiegend genetisch bedingten Blutfettes Lipoprotein(a), kurz Lp(a), sollte jeder einmal im Leben messen lassen. Infos unter <https://herzstiftung.de/cholesterin>

3. Blutzucker messen, Diabetes behandeln

Der sogenannte HbA1c-Wert bildet den durchschnittlichen Blutzuckerspiegel der letzten acht bis zwölf Wochen ab (Langzeitblutzuckerwert). Er dient zur Diagnose der Zuckerkrankheit Diabetes mellitus oder ihrer Vorstufe (Prädiabetes). Mit einem erhöhten HbA1c-Wert steigt auch das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Unter anderem beschleunigt ein chronisch hoher Blutzucker die Verkalkung und Schädigung von Gefäßen (Arteriosklerose) und führt zu einer Verschlechterung der Pumpleistung des Herzens sowie zu einer verstärkten Blutgerinnung in den geschädigten Gefäßen. Eine medikamentöse Therapie des Diabetes mellitus ist zur Vermeidung von Komplikationen wie Herzinfarkt und Schlaganfall unverzichtbar. Infos unter <https://herzstiftung.de/diabetes>

4. Rauchen beenden

Rauchen ist einer der Hauptrisikofaktoren für alle Herz- und Gefäßkrankheiten. Dies gilt ganz sicher auch für das Passivrauchen. Auch der Ersatz von Zigaretten durch sogenannte Verdampfersysteme (E-Zigaretten) oder Tabakerhitzer kann nicht als unbedenklich eingestuft werden.

Den Nikotinkonsum zu beenden, ist die wirksamste einzelne Maßnahme auf dem Weg zu einem gesunden Lebensstil. Ein geringer Gewichtsanstieg in den ers-

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

RAUTENBERG MEDIA

ten Monaten, das haben Studien gezeigt, schmälert nicht den Gewinn für die Gesundheit, der durch den Nikotin-Stopp erreicht wurde. Die Sucht nach der konventionellen Zigarette darf nicht durch die Abhängigkeit von der E-Zigarette ersetzt werden. Beim Aufhören mit dem Rauchen können Anti-Rauch-Programme wie auch vom Arzt verschriebene Medikamente helfen.

Infos: <https://herzstiftung.de/rauchen-aufhoeren>

5. Übergewicht vermeiden, Körperfewicht kontrollieren

Übergewicht und Adipositas (Fettsuchtigkeit) sind unabhängige Risikofaktoren für Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Das gilt besonders für das (viszerale) Fettgewebe in der Bauchhöhle rund um die inneren Organe und das auf der Oberfläche des Herzens liegende (epikardiale) Fettgewebe, die entzündliche Prozesse auslösen und damit die Entstehung von Diabetes, Bluthochdruck und Herz-Kreislauf-Erkrankungen begünstigen. Ein regelmäßiges Bestimmen des Tailleumfangs im Verhältnis zur Körpergröße oder des Body-Mass-Index (BMI) hilft, das individuelle Risiko frühzeitig zu erkennen und entsprechende Maßnahmen zu ergreifen. Infos: <https://herzstiftung.de/fettverteilung-bmi>

6. In Bewegung bleiben und Sport treiben

Körperliche Ausdaueraktivität senkt Blutfette, Blutzucker und Blutdruck, reduziert das Risiko für Arteriosklerose, stärkt die Herz-Kraft, unterstützt bei der Gewichtsabnahme und hilft beim Stressabbau. Optimal sind mindestens fünf Mal die Woche 30 bis 60 Minuten Ausdaueraktivität (flottes Gehen, Laufen, Radfahren, Schwimmen etc.) und eine insgesamt aktive Lebensweise, die sitzende Tätigkeiten durch Bewegungseinheiten ausgleicht (z.B. Spazierengehen in der Mittagspause, Wandern, mit dem Rad zur Arbeit/Einkauf). Auch kürzere Einheiten können helfen: z. B. zügiges Spazierengehen für 10-15 Minuten.

Generell gilt: Jedes Mehr an Aktivität wirkt sich positiv auf die Gesundheit aus. Am besten den Alltag so bewegt wie möglich gestalten. Ergänzend zum Ausdauertraining ist ein moderates Krafttraining wichtig: beispielsweise Kraftübungen mit niedriger Belastung und hoher Wiederholungsrate (z.B. 30 Prozent der Maxi-

malkraft bei 20 Wiederholungen - Pressatmung unbedingt vermeiden).

Ebenso ein Mobilitäts- und Beweglichkeitstraining (z. B. Gleichgewichts- und Dehnübungen). Neuere Studien zeigen auch, dass sich ein isometrisches Krafttraining (z. B. 4x2 Minuten Wandsitzen) günstig auf den Blutdruck auswirkt.

7. Gesund ernähren

Eine gesunde Ernährung lohnt sich: unter anderem verringert sie Entzündungsvorgänge im Körper, verbessert die Funktion der zarten Gefäßinnenhaut (Endothelfunktion), optimiert die Wirkung des eigenen Insulins, senkt den Blutdruck und hilft das Übergewicht am Bauch zu vermeiden. Herzspezialisten propagieren die traditionelle Mittelmeerküche mit vielem Gemüse und Obst, Vollkornprodukten, Hülsenfrüchten (z. B. Bohnen, Erbsen, Linsen), Oliven- und Rapsöl, weniger Fleisch, eher Fisch (Lachs, Hering, Makrele); wenn Fleisch, eher weißes, Milchprodukte (idealerweise fermentiert wie z.B. Quark, Joghurt, Käse) sowie Kräutern und Gewürzen statt viel Salz.

Allein der Ersatz von herkömmlichem Natrium-Salz (Kochsalz, Speisesalz) durch 25-30 Prozent Kalium-Salz senkt den Blutdruck und hilft dadurch Herzinfarkte und Schlaganfälle zu vermeiden: beispielsweise mit Kalium angereichertes Salz aus 75 Prozent Natriumchlorid und 25 Prozent Kaliumchlorid. Oder man setzt Lebensmittel wie Obst und Gemüse auf den Speiseplan, die von Natur aus wenig Natrium, dafür aber viel Kalium enthalten. Ausnahme: Bei fortgeschrittener Nierenkrankung, Einnahme eines Kaliumpräparates oder eines kaliumsparenden Diuretikums sollte auf den Salzersatz verzichtet werden.

Infos: <https://herzstiftung.de/salzkonsum>.

Auf Alkohol sollte möglichst verzichtet oder der Konsum sollte auf 10 bis höchstens 20 Gramm pro Tag begrenzt werden (= rund 0,1 bis 0,2 Liter Wein oder 0,2 bis 0,4 Liter Bier). Auch zu viel Zucker schadet Herz und Gefäßen. Alkoholfreie Tage helfen dem Herzen und den Gefäßen. Zu viel Zucker in Lebensmitteln und Getränken erhöht das Risiko für Übergewicht, Bluthochdruck und Diabetes. Deshalb die Devise: Zucker in Getränken und in Lebensmitteln ver-

meiden. <https://herzstiftung.de/herzgesund-leben>

8. Ausreichend schlafen

Ausreichender und entspannender Schlaf ist für eine gesunde Lebensführung ebenfalls sehr wichtig. Schlaf und Herzgesundheit hängen eng zusammen. Wer sich nach ausreichend Schlaf morgens trotzdem müde und gerädert fühlt, sollte prüfen lassen, ob eine Atemstörung im Schlaf besteht.

Experten-Tipp von Professor Schwaab:

„Beginnen Sie langsam!“

Ein Fehler vieler Menschen, die für einen gesunden Lebensstil aktiv werden möchten: Sie nehmen sich zu viel vor. Professor Schwaab

rat, langsam zu beginnen: „Überlegen Sie, was Sie zuerst angehen möchten und versuchen Sie nicht, alles auf einmal zu ändern. Wenn Sie beispielsweise rauchen und übergewichtig sind und Sie das Rauchen aufgeben wollen, hören Sie zuerst mit dem Rauchen auf und machen Sie nicht zugleich noch eine Diät. Wenn Sie zu viel sitzen, beginnen Sie langsam, sich mehr zu bewegen, und versuchen Sie nicht, gleich einen Halbmarathon zu laufen.“ Schon einzelne Maßnahmen können viel bewirken. Bereits ein Rauchstopp und regelmäßige Bewegung können das Risiko einer KHK um 50 Prozent senken. (wi) Deutsche Herzstiftung e.V.

Fragen zur Verteilung?

mail@regio-pressevertrieb.de

www.regio-pressevertrieb.de

REGIO • pünktlich • zielgerichtet • lokal
PRESSE VERTRIEB GmbH

Die Zeitungszustellgesellschaft der RAUTENBERG MEDIA KG

Garten und Landschaftsbau
YILDIZ

Sichern Sie sich jetzt unsere Sommerangebote!

Auf der Mirz 2 a
53757 St. Augustin
0 22 41 9 97 66 95

Fax: 0 22 41 - 9 38 38 65
Mobil: 0 171 - 4 95 02 50

yildiz-gartengestaltung@t-online.de

Mitteilungsblatt
MIT AMTLICHEN HINWEISBEKANNT
MACHUNGEN DER GEMEINDE
Neunkirchen-Seelscheid
Jede Woche in Ihrem Briefkasten

HALLO PRESSESPRECHER/INNEN PRESSEBEAUFTRAGTE

der VEREINE – KIRCHEN – SCHULEN und anderer Organisationen

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

<https://redaktion.rautenberg.media>

Wir freuen uns auf Sie!

RAUTENBERG
MEDIA

■ ZEITUNG ■ DRUCK ■ WEB ■ FILM



Die häufigsten Irrtümer bei der Gebäudedämmung

Verbraucherzentrale NRW klärt über Dämmungsmythen auf

Energiekosten senken und zusätzlich das Klima schützen, das geht mit einer guten Gebäudedämmung. Meist ist die Dämmung die ideale Basis für den Einsatz moderner Heizsysteme wie einer Wärmepumpe, oft in Kombination mit selbst produzierter Photovoltaik-Energie. „Wichtig ist zu wissen, dass sich die Dämmung von Dach oder Wand fast immer lohnt, in der Regel günstiger als eine neue Heizung ist und viel CO2 einspart“, sagt Stefanie Vogt von der Beratungsstelle der Verbraucherzentrale NRW in Bergisch Gladbach. „Wir raten Verbraucher:innen daher, vor energetischen Investitionen am Haus zu prüfen, in welcher Reihenfolge Energieeffizienz-Maßnahmen sinnvoll sind. Die Gebäudedämmung steht dabei oft an erster Stelle.“ Allerdings kursieren zur Gebäudedämmung viele Falschinformationen, die sich hartnäckig halten. Doch was sind die gängigsten Dämm-Irrtümer?

Irrtum 1: Dämmung ist zu teuer und rechnet sich finanziell kaum
 Stimmt nicht. Bei ungedämmten

Außenwänden rechnet sich die Investition normalerweise beispielsweise bei einem Ziegelmauerwerk, das 16 Zentimeter dick gedämmt wird, nach weniger als 15 Jahren. Eine entsprechend gedämmte Außenwand lässt nur noch zehn bis 20 Prozent der ursprünglichen Energiemenge durch und spart damit Heizkosten. Ähnlich sieht es bei der Dämmung eines zuvor ungedämmten Daches aus. Die amortisiert sich zwar oft nicht ganz so schnell, lohnt sich aber auch in vielen Fällen. Weiterer finanzieller Vorteil: Mit der energetischen Aufwertung von Dach oder Fassade steigt der Wert der Immobilie.

Irrtum 2: Dämmmaterial ist Sondermüll
 Falsch. Diese Aussage entspricht nicht mehr den Tatsachen. Die heute häufig verwendeten Hartschaumplatten aus Polystyrol sind EPS (expandiertes Polystyrol) und XPS (extrudierter Polystyrol-Hartschaum). In früheren Jahren enthielten Dämmplatten aus EPS und XPS ein als gefährlich geltendes Flammenschutzmittel. Darum müs-

sen entsprechende Dämmstoffe, die vor 2016 verbaut wurden, heute getrennt entsorgt werden. Dämmstoffe dieser Art dürfen aber seit 2016 in Deutschland nicht mehr verkauft oder verbaut werden. Die zahlreichen anderen Dämmstoffe, beispielsweise Mineralwolle oder Naturdämmstoffe, sind unproblematisch und von der Sondermüll-Diskussion ohnehin nicht betroffen.

Irrtum 3: Gedämmte Wände sind nicht luftdurchlässig genug

Stimmt nicht. Gemeint ist, dass eine Dämmsschicht die Luftfeuchte im Innenraum einsperrt und damit Schimmel verursacht. Dem ist aber nicht so. Der Anteil der Raumluftfeuchte, der durch die Fassaden nach draußen dringt, ist mit ungefähr zwei Prozent sehr gering. Es muss also grundsätzlich angemessen gelüftet werden, um Schimmel zu vermeiden. Dämmung reduziert die Schimmel-Gefahr sogar noch: Gedämmte Außenwände sind in kalten Jahreszeiten auf der Innenoberfläche etwas wärmer als ungedämmte Flächen, womit die Schimmelbildung sogar ungewöhnlicher wird. Eine korrekt ausgeführte Dämmung zieht zudem keine Feuchteprobleme im Inneren der Außenwand nach sich. Denn auch durch eine mit Polystyrol gedämmte Wand wandert die Feuchte noch von innen nach außen, da das Dämm-Material nicht hermetisch dicht ist.

Irrtum 4: Dämmung erhöht das Brandrisiko

Falsch! Dieser Irrtum bezieht sich im Wesentlichen auf Hartschaumplatten aus EPS, dem häufigsten Dämmstoff im Gebäudebereich. Ist dieser in einem Wärmedämm-Verbundsystem fachgerecht angebracht, wird der Dämmstoff durch die Putzschichten geschützt. Das Brandrisiko bei einer gedämmten Fassade ist nicht höher als bei einer ungeädmmten. Die seltenen Fälle eines durch EPS beschleunigten Brandverlaufs resultieren zudem oft aus einem unsachgemäßen Zustand des Wärmedämmverbundsystems (WDVS). Dazu gehören der Dämmstoff, die Befestigung (geklebt/gedübelt oder ein Schienensystem) und die Putzschichten.

Irrtum 5: Wärmedämmung führt zu Schimmel

Stimmt nicht. Es ist ein verbreiteter Irrtum, dass Bauteile wie Wände oder Decken nach einer Dämmung zu dicht sind und damit eine Feuchteregulierung nicht mehr stattfinden kann. Die meisten Dämmstoffe sind dazu nicht dicht genug, wie etwa die häufig verbauten EPS-Hartschaumplatten. Ein Fehler bei der Ausführung kann aber sein, eine Dämmung von außen, also der kalten Seite, zu stark abzudichten, etwa mit einem falsch gewählten Außenputz. Eine korrekt ausgeführte Gebäudedämmung durch einen Fachbetrieb verringert letztendlich immer das Risiko von Schimmelbildung.

Quelle:
 Verbraucherzentrale NRW e.V.

- Treppen und Geländer
- Edelstahlverarbeitung
- Balkonanlagen
- Tor und Zaunbau
- Vordächer
- Schweißfachbetrieb

Oliver Söntgerath
 Metallbaumeister
 Hauptstraße 12
 53819 Neunkirchen-Seelscheid

Meisterbetrieb
 Seit 1998



Zertifiziert nach
 EN 1090-1 EXC2

Stahl & Metallbau

Tel.: 02247 / 91 22 66
 Mobil: 0171 / 37 67 122
 Fax: 02247 / 91 22 68

Email: info@metallbau-soentgerath.de
 Web.: www.metallbau-soentgerath.de

Ihr neuer Ofen kommt vom Fachmann!



Hybridöfen auch wasserführend

Unsere Marken:
BRUNNER
PIAZZETTA
WIKING
AUSTROFLAMM
RHEA Flam
dieller
NOVALINE

THOMAS GLASS
 Ofenfachhandel
 Roßhohn 54
 53804 Much
 Tel: 02245-600908
 www.heizkamineonline.de

Pelletöfen - Kaminöfen - Beratung - Montage - Service
 Besichtigung und Beratung bitte mit Terminabsprache



Gebäudemodernisierung gezielt planen

So gelingt die energetische Aufwertung mit dem individuellen Sanierungsfahrplan

Mit dem individuellen Sanierungsfahrplan (iSFP) erhalten Haus-eigentümer:innen eine klare Strategie, wie das Gebäude Schritt für Schritt energetisch aufgebessert werden kann - mit den besten Maßnahmen hinsichtlich Heizkosteneinsparung und Investition an vorderster Stelle. „Der iSFP macht Modernisieren für die Verbraucher:innen sinnvoll planbar und wird sogar gesondert gefördert“, sagen Martin Wieler und Konstantin von Normann, Leiter bei der Verbraucherzentrale NRW in Siegburg und Troisdorf. „Die Umsetzung der Empfehlungen des iSFP ist nicht verpflichtend, aber er liefert den Verbraucher:innen eine Orientierung, um Klarheit in ihren Modernisierungsweg zu bringen.“ Wie man den individuellen Sanierungsfahrplan bekommt und optimal nutzt, hat die Verbraucherzentrale NRW in vier Tipps zusammengestellt.

Individueller Sanierungsfahrplan: Das steht drin

Der iSFP zeigt in Form eines mehrseitigen Dokuments den aktuellen Zustand des Gebäudes, identifiziert Schwachstellen wie Dämmung, Fenster oder Heiztechnik, und legt dar, wie der Weg zu einem energieeffizienten Ergebnis aussehen kann: Welche energetischen Maßnahmen sind für ein Gebäude sinnvoll, wie viel Energie, CO₂ und Kosten lassen sich dadurch einsparen und welche Investitionen samt Fördermitteln sind nötig? Der Fahrplan ordnet die möglichen Maßnahmen nach ihrem Nutzen und beschreibt eine sichere Energieversorgung mit klimafreundlichen Mitteln. Zusätzlich weist der iSFP auf weitere Vorteile einer Modernisierung hin, die über die reine Energieeinsparung hinausgehen - etwa Verbesserungen beim Innenraumklima, Hitzeschutz, Schallschutz, Gebäudewert, Einbruchschutz und der Barrierefreiheit.

Was gilt es zu beachten, um einen iSFP zu bekommen?

Ein individueller Sanierungsfahrplan kann für jedes Wohngebäude aufgestellt werden. Durch Fördergelder unterstützt wird die Erstellung dabei nur, wenn das

Wohngebäude mindestens zehn Jahre alt ist. Der Antrag für diese Fördergelder darf erst gestellt werden, nachdem man eine geeignete Fachperson beauftragt hat, die den iSFP erstellt. Diese Fachperson muss vom Bundesamt für Wirtschaft und Ausfuhrkontrolle (BAFA) als Energieberater:in für Wohngebäude zugelassen sein. Eine entsprechende Liste findet sich im Internet unter <http://www.energie-effizienz-experten.de/>.

Diese Fachperson begutachtet zunächst das Gebäude und bespricht mit den Besitzer:innen auch, wie das Gebäude genutzt wird. Wer ist zu welchen Zeiten anwesend, welche Raumtemperaturen sind dabei gewünscht? Welche Eigenschaften des Gebäudes sind den Nutzer:innen besonders wichtig? So kann der Fahrplan wirklich individuell auf die Situation zugeschnitten werden.

Richtige Reihenfolge bei der Sanierung und mehr Geld

Der wichtigste Vorteil des Fahrplans ist, dass er die Reihenfolge beschreibt, in welcher Sanierungs-Schritte am sinnvollsten sind. So wird verhindert, dass Eigentümer:innen beispielsweise einen Heizungstausch viel zu früh anstreben, was unnötige Zusatzkosten auslösen kann. Der Plan zeigt dabei auf einer Farbskala, wie das Gebäude energetisch aktuell abschneidet und wie stark man sich mit jedem Schritt verbessern würde - so wird deutlich, ob beispielsweise die Dämmung allein reicht oder auch die Heiztechnik erneuert werden sollte. Der zweite Vorteil des iSFP ist, dass es mit ihm höhere Fördermittel für energetische Aufwertung gibt als ohnehin schon. Beispielsweise gibt es bei Sanierungen eine Höchstgrenze der förderfähigen Kosten - diese verdoppelt sich durch eine Anwendung des Fahrplans. Für die Verbesserung von Dach, Wand oder Fenster erhöht sich mit dem iSFP zusätzlich der prozentuale Anteil welcher als Fördergeld zum Beispiel von der KfW übernommen wird.

Wohnqualität, Wertsteigerung und Nachhaltigkeit verbessern

Weil der iSFP auch Gebäude-Eigenschaften wie Innenraumklima, Hitzeschutz, Schallschutz oder Barrierefreiheit berücksichtigt, können diese bei Bedarf mit Hilfe des Fahrplans verbessert werden. Beispielsweise lohnt sich eine Dämmung nicht nur, weil Heizkosten sinken, sondern weil das Wohnklima angenehmer wird, das Risiko von Schimmel sinkt und der Marktwert des Hauses steigt. So kann der iSFP bei der Überlegung helfen, welche Themen für die Zukunft relevant sind (z. B. Einsatz erneuerbarer Energien, smarte Haustechnik oder barrierearmes Wohnen), um diese in die eigene Planung zu integrieren. Mit dieser Perspektive wird die Sanie-

rung nicht nur energie- oder förderbasiert, sondern ganzheitlich und zukunftssicher.

Weiterführende Informationen: Mehr zum iSFP unter: <http://www.verbraucherzentrale.nrw/node/59828>

Der Ratgeber „Klimafreundlich bauen und sanieren“ kann hier bestellt werden: <https://shop.verbraucherzentrale.de/rubriken/alle-titel-von-a-z/klimafreundlich-bauen-und-sanieren/9783863361686>

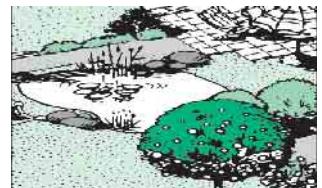
Aktuelle Veranstaltungen rund um das Thema Energie unter: <http://www.verbraucherzentrale.nrw/e-veranstaltungen>

Für weitere Informationen: Beratungsstelle Siegburg Verbraucherzentrale NRW e.V.

Schroetter

Hetzenholz 39 • 53804 Much

Telefon 02245 - 5790 • E-Mail: Schroetter-Much@t-online.de



Landschafts- und Gartenbau
Garten- und Baumpflege
Platten-, Pflaster- und Erdarbeiten
Beratung und Planung

MODERNE ELEKTROINSTALLATION



REGENERATIVE ENERGIESYSTEME



HEIZUNGS- UND SANITÄRTECHNIK



TONDL
ENERGietechnik

TONDL ENERGietechnik GmbH
GEWERBEGBIET BITZEN 14
53804 MUCH
TEL 02245 . 914 03 90
WWW.TONDL.DE

Die nächste Ausgabe erscheint am:
Mittwoch, 11. Februar 2026

RAUTENBERG MEDIA Zeitungspapier –
PEFC & FSC:
Made of paper awarded the EU Ecolabel
LIC no. NOR/011/002, supplied by Norske Skog

IMPRESSUM

MITTEILUNGSBLATT
NEUNKIRCHEN-SEELScheid

HERAUSGEBER, DRUCK UND VERLAG
RAUTENBERG MEDIA KG
Kasinostraße 28-30 · 53840 Troisdorf
HRA 3455 (Amtsgericht Siegburg)
UST-ID: DE214364185
Komplementär: Dr. Franz-Wilhelm Otten
Tel. 02241 260-0
willkommen@rautenberg.media

Verantwortlich für den redaktionellen Teil,
gemäß § 18 Abs. 2 MStV:
Nathalie Lang und Corinna Hanf
Verantwortlich für den Anzeigenteil:
Dunja Rebinski

ERSCHEINUNG wöchentlich

RUBRIKWEISE

INHALTLCHE VERANTWORTUNG

Amtliche Bekanntmachungen:
Gemeindeverwaltung
Neunkirchen-Seelscheid
Bürgermeister Guido Vierkötter
Hauptstraße 78 · 53819 Nk.-Seelscheid

Politik (Mitteilungen der Parteien):

CDU Cornelius Bruns
SPD Dr. Silvia Merk
FDP Eberhard Seiffe

Bündnis 90 / Die Grünen Christoph Weiler
Die inhaltliche Verantwortung für die Beiträge in den oben genannten Rubriken liegt bei den jeweils benannten Personen bzw. Institutionen. Die Redaktion nimmt keine inhaltliche Prüfung dieser Beiträge vor.

Verteilung & rechtliche Hinweise

Kostenlose Haushaltsverteilung in Neunkirchen-Seelscheid. Keine Zustellgarantie. Einzelheft: 5,00 € zzgl. Porto (Bestellung über die Herausgeberin). Geschützte Warenzeichen sind meist nicht gesondert gekennzeichnet; fehlende Hinweise begründen kein Nutzungsrecht. Namenslich gekennzeichnete Beiträge geben nicht zwingend die Meinung der Redaktion wieder.

Pressematerial & eingesandte Inhalte

Eingesandtes Material wird nicht zurückgesandt. Ein Anspruch auf Veröffentlichung besteht nicht. Die Einreichenen haften für Inhalte, Rechtelekarteit und vollständige Quellenangaben. Mit der Einreichung wird Rautenberg Media ein einfaches Nutzungsrecht zur Veröffentlichung in Print- und Onlinemedien eingeräumt – auch für Bildmaterial. Die Einreichenen garantieren die Rechtehaberhaft und stellen Rautenberg Media von Ansprüchen Dritter frei. Bei versehentlichem Weglassen von Namens- oder Quellenangaben verzichten sie auf daraus entstehende Ansprüche. Fremdbeiträge erscheinen auf Verantwortung der jeweiligen Einreichenen. Die Redaktion wählt aus und bearbeitet, übernimmt aber keine Haftung für Inhalte.

KONTAKT

MEDIENBERATERINNEN

Fon 02241 260-112
verkauf@rautenberg.media

VERTEILUNG

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

VERKAUF Fon 02241 260-112

verkauf@rautenberg.media

REDAKTION Fon 02241 260-250 /-212

redaktion@rautenberg.media

RAUTENBERG MEDIA ONLINE

rautenberg.media
facebook.de/rautenbergmedia
instagram.de/rautenberg_media



ZEITUNG

■ ZEITUNG
■ DRUCK
■ WEB
■ FILM

ZEITUNG

mitteilungsblatt-neunkirchen.de/e-paper
LOKALER GEHT'S NICHT

Für Nordrhein-Westfalen publiziert Rautenberg Media über 80 Städte- und Gemeindezeitungen.



PRIVATE & GESCHÄFTLICHE KLEINANZEIGEN ONLINE BESTELLEN

www.rautenberg.media/kleinanzeigen

Angebote

Kaufgesuch

Frau Stefan kauft

Pelze, Lederjacken, Schreib-Nähmaschinen, Abendgarderobe, Porzellan, Zinn, Krüge, Trachten, Taschen, Uhren, Münzen, Schmuck, Zahngold, Silberbesteck, Bilder, Ölgemälde, Bernstein, Hirschgeweih, seriöse Kaufabwicklung. TEL: 01578151734, Mo-So, 9-20 Uhr.

Land u. Forst

SCHNEIDWERKZEUGMECHANIKER (m/w) gesucht,

Schwerpunkt Präzisions-Mähaggregat, Müller Maschinen Troisdorf, 02241-9490911

Rund ums Haus

Sonstiges

HausFee im Alltag – Much & Neunkirchen-Seelscheid

Gerade im Alltag ist eine helfende Hand oft eine große Entlastung. HausFee im Alltag unterstützt Sie im Haushalt, beim Einkaufen, bei Besorgungen oder Begleitungen zu Terminen. Persönlich & vertrauensvoll in Much, Neunkirchen-Seelscheid & Umgebung. Tel. 0177 2754133 | www.hausfee-alltag.de



UMZÜGE



GILGEN & CO. GMBH
Möbeltransporte • Spedition • Lagerung



www.gilgen-umzuege.de
Tel. 0 22 41 - 33 77 92

NAH-FERN-INTERNATIONAL-ÜBERSEE

UMZÜGE DUVE

Tel.: 0 22 41 / 6 43 13

www.umzuege-duve.de

Verpackung-Montage aller Systeme
Küchenmontage-Änderungen-Lagerung
Komplettservice-Möbelaufzug



rautenberg.media/kleinanzeigen

Ihre private*

KLEINANZEIGE

bis 100 Zeichen
in dieser Zeitung

ab **6,99** €

*gewerbliche Kleinanzeige ab 13,99 €

■ ■ ■ ■ ■ RAUTENBERG MEDIA

Verkäufe

Angeboten zum Verkauf wird:

Jüngsteinrich E-Stapler EJC 112, neue
Trogbatterie, Ladegerät, € 2.700,-,
Franz.Kuschel@
Sonnenchein-Vertretung.de



Gesuche

Rund ums Haus

Sonstiges

Renovierarbeiten rund ums Haus

wie z.B. Fliesen legen, Malerarbeiten,
Tapezieren, Badezimmer erneuern,
Zäune legen, Pflaster erneuern
und Gartenarbeit.

Tel.: 01578 71 517 34

Stellenmarkt

Haushaltshilfe für Minijob in
Much gesucht

Wir suchen eine Haushaltshilfe -
Schwerpunkt Reinigung für 22 Stunden
im Monat. Der Bruttolohn liegt bei
20€ die Stunde.

LAGERHALLEN

GERHARDS

UMZÜGE & LAGERHAUS



Diese Führerscheine müssen jetzt umgetauscht werden

Viele Autofahrerinnen und Autofahrer in Deutschland müssen sich in diesem oder den kommenden Jahren um den Umtausch ihres Führerscheins kümmern: Führerscheine, die vor dem 19. Januar 2013 ausgestellt wurden, müssen in den neuen EU-weit einheitlichen Führerschein im Scheckkartenformat umgetauscht werden. Die EU verspricht sich von dem Umtausch ein einheitliches und fälschungssicheres Führerschein-System.

Jährlicher Umtausch in gestaffelten Fristen

Die Umtauschpflicht gilt in gestaffelten Fristen und richtet sich nach dem Ausstellungsjahr des Führerscheins. Führerscheine, die zwischen 2002 bis 2004 ausgestellt wurden, müssen bis zum 19. Januar 2027, Führerscheine aus 2005 bis 2007 bis zum 19. Januar 2028 umgetauscht werden.

Für Führerscheine, die 2008 bis

2011 ausgestellt wurden, gelten jeweils Umtauschfristen vom 19. Januar 2029 bis 19. Januar 2032; für Dokumente aus dem Zeitraum 2012 bis 18. Januar 2013 endet die Frist am 19. Januar 2033. Führerscheinbesitzer, deren Geburtsjahr vor 1953 liegt, haben unabhängig vom Ausstellungsjahr ihres alten Führerscheins bis zum 19. Januar 2033 Zeit für den Umtausch.

Achtung: Für Führerscheine, die zwischen 1999 und 2001 ausgestellt wurden, ist die Umtauschfrist bereits am 19. Januar 2026 abgelaufen. Wer zu spät ist, muss mit einem geringen Bußgeld rechnen - die eigentliche Fahrerlaubnis bleibt aber bestehen.

Termin vor Ort oder Umtausch digital beantragen?

Für den Umtausch notwendig sind ein gültiger Personal- oder Reisepass, ein biometrisches Passfoto sowie der alte Führerschein; zudem fällt eine Verwaltungsge-

bühr von rund 25 Euro an. Das neue Dokument muss dann alle 15 Jahre bei der örtlichen Fahrerlaubnisbehörde erneut werden. In einigen Kommunen kann der Pflicht-Umtausch digital durchgeführt werden. Dort können Sie in einem entsprechenden Service-Portal einen Antrag stellen, Dokumente hochladen und die Servicegebühr direkt bezahlen. Sparen kann man sich den Gang zum Amt vielerorts trotzdem noch

nicht - entweder, weil der neue Führerschein abgeholt, oder der alte zur Entwertung abgegeben werden muss.

Ist der Online-Service in Ihrem Ort nicht verfügbar, sollten Sie möglichst frühzeitig einen Termin bei der Fahrerlaubnisbehörde ihres aktuellen Wohnorts vereinbaren. Insbesondere zum jeweiligen Stichtag herrscht vielerorts hoher Andrang, die Bearbeitung kann dann mehrere Wochen dauern.

MARKISEN & NEUBEZÜGE
JETZT WINTERPREISE NUTZEN!
75 JAHRE RHEINISCHE MARKISENMANUFAKTUR
FRANZ AACHEN
ZELTE UND PLANEN GMBH
 Infos & Termin unter: **0228 - 46 69 89**
 Röhfeldstr. 27 - 53227 Bonn-Beuel - info@franz-aachen.com

Abonnement hin – Geschenk her!



1 Rote Strandtasche

Auf zum Strand... In diese schicke, rote Strandtasche im maritimen Style passt einfach alles rein, was Dir zum Sonnenbaden wichtig ist. Länge ca. 45 cm



2 Bambuskugelschreiber für Ihre nachhaltigen Grüße aus der Natur:

Bambuskugelschreiber mit Drehfunktion und einer blauschreibenden Crosssystem Mine. Und dazu für Sie: ein Bambus-Etui.



3 Magnetische Taschenlampe

Hände frei und leuchtend hell (29 Lumen): diese Mini Taschenlampe aus Gummi mit magnetischer Rückseite kommt mit 3 Leuchtmodi, Nylonschlaufe und 2 AAA Batterien.



ABO-BESTELLSCHEIN

Hiermit bestelle ich das Mitteilungsblatt mit wöchentlicher Lieferung.

Name/Vorname (Bitte alles in Druckbuchstaben)

Straße/Hausnummer

PLZ/Ort



Bestellschein bitte einsenden an:

RAUTENBERG MEDIA KG
 Kasinostraße 28-30 · 53840 Troisdorf
 oder bestellen Sie auch via:
 Fon +49 (0) 2241 260-380 · Fax 260-339
 regio@rautenberg.media oder im Internet
www.regio-pressevertrieb.de/abo-service/

Bitte übersenden Sie mir als Geschenk

(Bitte Gewünschtes ankreuzen)

- 1 Rote Strandtasche
- 2 Bambuskugelschreiber
- 3 Magnetische Taschenlampe

Lastschrifteinzug: Hiermit ermächtige ich Sie zum Lastschrifteinzug der Abonnementgebühr von **34,70 € jährlich**.

Name/Vorname (Bitte alles in Druckbuchstaben)

Bezogene Bank

IBAN

Datum / Unterschrift für den Lastschrifteinzug

ZEITUNG

Localer geht's nicht.

DRUCK

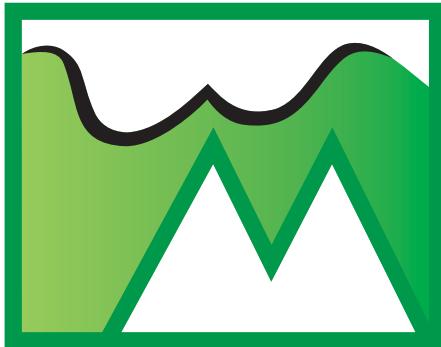
Satz.Druck.Image.

WEB

24/7 online.

FILM

Perfekter Drehmoment.



IMMOBILIEN WEBER-MOEWIUS

Stadthäuser | Landhäuser | Wohnungen | Gewerbeimmobilien | Grundstücke | Anlageobjekte

SIE MÖCHTEN IHRE IMMOBILIE VERKAUFEN?

Seit 1991 steht unser inhabergeführtes Familienunternehmen Eigentümern vom Rhein-Sieg-Kreis bis zum Rheinisch-Bergischen sowie Oberbergischen Kreis, über die Ballungsgebiete Bonn und Köln zum Rhein-Erft-Kreis und Teile des Kreises Euskirchen vertrauensvoll beim Verkauf ihrer Immobilie zur Seite. Unsere Stärken sind eine exzellente regionale Marktkenntnis, umfangreicher Service, ausgezeichnete Kontakte und viele attraktive Extra-Leistungen. Wir gehen auf jeden Kundenwunsch genau ein, nehmen uns Zeit und beraten individuell.

Unser Ziel ist es, Ihre Immobilie in kurzer Zeit zu einem sehr guten Preis zu verkaufen und Sie als Verkäufer vollumfänglich zu entlasten.

Dafür haben wir eine effiziente Verkaufs- und Vermarktsstrategie entwickelt. Wir beginnen mit einer professionellen Marktwertermittlung Ihrer Immobilie – die Basis für einen Verkauf zum optimalen Preis. Außerdem kümmern

Wir bringen Sie mit unserem Rundum-Sorglos-Service schnell und sicher zum Erfolg!

wir uns um die Beschaffung aller relevanten Unterlagen, erstellen ein aussagekräftiges Exposé und einen virtuellen 360 Grad-Rundgang. Die richtige Käuferzielgruppe analysieren wir genau und sprechen sie in allen namhaften Immobilienportalen, in Print- und Online-Medien und persönlich über unsere eigene Kundenkartei an. So sorgen wir für ein reges Interesse an Ihrer Immobilie – und viele gute Kaufangebote. Besichtigungen führen wir diskret nur mit bonitätsgeprüften Interessenten durch. Ihrem Käufer können wir dank unserer Geschäftskontakte zu Finanzvermittlern gute Konditionen vermitteln – ein Service, der natürlich auch Ihnen als Verkäufer bei der Erzielung des bestmöglichen Verkaufspreises zugutekommt.

Sie wollen mehr erfahren? Gerne beantworten wir Ihre Fragen in einem unverbindlichen und kostenlosen Erstgespräch. Rufen Sie uns doch gleich an – wir freuen uns auf Sie!

SEIT 1991

info@wemo-immo.de
www.weber-moewius-immobilien.de

Aktuell suchen wir für solvente Kunden

- Eigentumswohnungen zum Eigennutz oder als Kapitalanlage
- Einfamilien- oder Mehrgenerationenhäuser
- Baugrundstücke für Einfamilien- und Mehrfamilienhäuser

Finanzierung ist vorgeprüft und gesichert

Büro Neunkirchen-Seelscheid – Zeithstr. 127 – (02247 / 97 11 10)
Büro Bonn-Bad Godesberg – Römerplatz 9 – (0228 / 280 96 45)