

Online lesen: porz-am-montag.de/e-paper
Social-Media: unserort.de/koeln_porz

Eil | Elsdorf | Ensen | Finkenberg | Gremberghoven | Grengel | Langel | Libur | Lind
Porz-Mitte | Urbach | Wahn | Wahnheide
Westhoven | Zündorf

Porz am Montag

Lokales zum Wochenstart

07. Januar 2023 - Woche 1

...denn wir sind Porz!

AUCH 2023 IHR TEAM VON **AKS PARTNER IMMOBILIEN**



...kommt jede Woche!



Individuell in hauseigener Werkstatt angefertigte Brillen, Kontaktlinsen und Hörgeräte



Strom-Spar-Angebot
1 Päckchen Hörgerätebatterien
diverse Größen 1,50 €

(Nur haushaltsübliche Mengen)

Gilgastr. 39 • 51149 Köln • Tel.: 02203 - 1 74 75

mjunkersdorf@gmx.de • www hoeren-und-sehen.com



→ **HAUSBESUCHE** nach Terminabsprache gerne
auch außerhalb der Öffnungszeiten möglich

- Trauringe
- Umarbeitungen
- Reparaturen
- Uhrreparaturen etc.
- Ankauf von Altgold

Austauschangebot:
Beim Kauf einer neuen
Ebel nehmen wir ihre
alte Ebel in Zahlung.



Wir führen:

MAURICE  LACROIX
Manufacture Horlogère Suisse

Waldmann 

BERING

*
EBEL
BEAUTY MARRIES FUNCTION

BOCCIA®
TITANIUM

SEIKO



ATELIER Süß
Manufaktur für Schmuck

Gilgastr. 37 | 51149 Köln | 02203 15044

www.atelier-suess.de | info@atelier-schmuckwerkstatt.de

Folgen Sie uns   @Atelier Süß

Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 9 - 19 Uhr • Sa. 9 - 13 Uhr

Wir halten, was wir versprechen.



Unsere kompetenten Badplaner beraten Sie gern.

sanitherm

Peter Schumacher GmbH

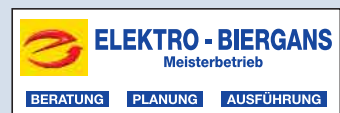
51143 Köln (Porz) • Bergerstraße 22 • Tel. 02203 / 9 35 24 10 • www.sanitherm.de • ausstellung@sanitherm.de



Tel. 02203 810 89 • www.heyermann.com



Tel. 02203 18 05 84 • www.fliesen-klaas.de



Tel. 02203 8 18 91 • www.elektro-biergans.com



Lichtdurchflutetes Wohnen in Porz-Mitte!

3 Zimmer • Wohnfläche ca. 103 m² • 1. OG

Nutzfläche ca. 6 m² • 2 Bäder • Loggia

Abstellraum • Hausgeld 361,- €

Bezugstermin nach Vereinbarung

Kaufpreis 291.200,- €*

**AKS PARTNER
IMMOBILIEN**

...für die schönste Seite vom Rhein!


AKS Partner

Immobilien-gesellschaft mbH

Frankfurter Straße 632

51145 Köln-Porz

Telefon 02203 1 93 59 70

www.aks-partner.de • 

*zzgl. 3,57 % inkl. MwSt. Courtage

Verbrauchsausweis • Energiekennwert 113,2 kWh(m²a) • Effizienzklasse D • Gas-Zentralheizung • Baujahr 1976



Bocklemünder in Wahn



Foto: privat

Mitte Dezember haben in Wahn die Goshin-Jitsu-Gürtelprüfungen des 1. Bocklemünder Judo Clubs e.V. DJK für Kinder stattgefunden. Alle Teilnehmenden haben sich lange und intensiv vorbereitet und dürfen

ab sofort den gelben Gürtel tragen. Der Club gratuliert Anna, Samira, Alexander, Baris, Jan-Gabriel, Lian, Luca, Orlando und Tom. Die junge Judoka Charlotte erreichte den orangen Gürtel. **Text: Lars Göllnitz**



www.elter-sonnenschutz.de

Ihr Meisterbetrieb aus der Region

Elter Sonnen- und Wetterschutz GmbH
Gladiolenweg 1
53859 Niederkassel
Tel.: 02208 9335199

- Glasoasen ■ Terrassendächer ■ Markisen ■ Rollläden ■ Außenraffstore
- Smart-Home ■ Haustüren ■ Insektenschutz ■ E-Antriebe ■ Plissees

Besuchen Sie unseren Showroom

Nie mehr Schimmel. Nie mehr nasse Wände.

Selbst bei Druck- und Stauwasser

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

Tel.: 02241 26 15 980

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

30 Jahre Garantie

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



Ingenieurbüro DreFit

**ANZEIGEN · PROSPEKTEVERTEILUNG
DRUCKE · WEB-AUFTRITTE · FILM**

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



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

- ZEITUNG** Lokaler geht's nicht.
- DRUCK** Satz, Druck, Image.
- WEB** 24/7 online.
- FILM** Perfekter Drehmoment.

Porz am Montag

Lokales zum Wochenstart

...denn wir sind Porz!

...kommt jede Woche!



MEDIENBERATER
Rule Mews

FON 02241 260-418
FAX 02241 260-139
MOBIL 0157 71462376
anzeigen@porz-am-montag.de

Porz am Montag

Lokales zum Wochenstart

...kommt jede Woche!

Der Wunsch nach einer Erinnerungsstätte

Im ehemaligen Lager Hochkreuz in Gremberghoven wurden ab 1933 Andersdenkende gefoltert und inhaftiert - heute soll das Areal weichen - Klaus Schäfer hofft, dass es nicht spurlos verschwindet.

Ebenfalls diese Woche in Porz am Montag: eine Initiative zur Traumbehandlung an der Grundschule Porz-Mitte, zudem viele weitere Neuigkeiten und Geschichten aus dem Stadtbezirk Porz.

Foto: Göllnitz



GÖRMAR

Sonnenschutz-Rollläden und Tortechnik

Rollladen **Markisen** **Terrassendächer**
Jalousien **Insektenschutz** **Garagentore**

Wir haben wieder Winterpreise auf Markisen in allen Ausführungen Neubespannungen Insektenschutz

Hauptstr. 409 / 51143 Köln / Tel: 0220354996 / info@goermar.de

INSEKTEN SCHUTZ NEHER

ERHARDT MARKISEN

Mehr. Freude. Leben. Zuhause.

www.goermar.de

Der Wunsch nach einer Erinnerungsstätte

Im ehemaligen Lager Hochkreuz wurden ab 1933 Andersdenkende gefoltert und inhaftiert - heute soll das Areal weichen - Klaus Schäfer hofft, dass es nicht spurlos verschwindet

Gremberghoven - „Es geht nicht um den architektur-historischen Wert der Gebäude. Es geht um den Ort als Erinnerungsstätte.“ Für Klaus Schäfer, studierter Geograph und aktiv im Bündnis Porz-Mitte, ist der Fall klar: Das ehemalige Lager Am Hochkreuz darf nicht ohne Spuren verschwinden.

Gelegen an der Ecke Frankfurter Straße/Maarhäuser Weg, wurde Anfang Juli 1933 in der damals leer stehenden ehemaligen Fabrik für Zünder ein Inhaftierungslager für Menschen mit regimekritischen Ansichten eingerichtet. Mitglieder von SPD und KPD seien hier nach einer ersten Verhaftungswelle untergebracht worden, erzählt Schäfer.

Nach historischen Quellen wurden dabei bis zu 32 Menschen im Lager inhaftiert. Viele von ihnen gefoltert. Spezielle Folterräume, zudem ein Vernehmungszimmer und ein Pförtnerhaus wurden eingerichtet. Die beiden letzteren direkt an der Frankfurter Straße.

Nun stehen die Gebäude vor dem Abriss. Die Stadt habe einen Teil des Geländes an der Frankfurter Straße zur lange geplanten Verbreiterung dieser auf vier Spuren angekauft, erzählt Schäfer. Ein anderer Teil sei von einem Projektentwicklungsunternehmen für Logistik übernommen worden.

Klaus Schäfer befürchtet, dass der Ort so spurlos verschwinden könne. „Er sollte erhalten bleiben als wichtige Scharnierstelle zwischen Weimarer Demokratie und Diktatur“, findet er. Die Einrichtung des Lagers zeige ein kollektives Versagen demokratischer Stellen. Von Polizei und Verwaltung.

Denn schon damals sei das Lager illegal eingerichtet, später als Schule der SA vertuscht worden. Über ein nationales Gesetz, das Verfehlungen in den



Im Juli 1933 wurde das Lager Hochkreuz, damals illegal, eingerichtet. Später wurde es gewerblich genutzt.

Wirrungen des Umbruchs zum Nationalsozialismus rechtfertigte, seien Ermittlungen im Sande verlaufen, berichtet Schäfer.

Viele wüssten gar nicht, was an dieser Stelle geschehen sei, so Schäfer. Die Stadt Köln hat inzwischen auf Anfrage vermeldet, dass für den Ort möglicherweise eine öffentlich zugängliche Informationsstele oder auch ein Informationspavillon angedacht seien.

Ob die 2008 geplante Verbreiterung der Frankfurter Straße umgesetzt wird, ist indes offen. Die Stadt prüft die damaligen Pläne erneut. Von Ausbauten möglicherweise betroffen wären dann das marode Pförtnerhaus und die ehemalige Folterkammer des Areals. Nach dem Krieg wurde das Gelände unter anderem von einem Fachhandel für Campingausrüstung genutzt. Danach stand es lange leer.

Gunther Geisler, Vorsitzender des Bürgervereins Gremberghoven, verweist auf die Wichtigkeit des Ausbaus der Frankfurter Straße - gerne mit Kreisverkehr, wie er sagt.

„Wir hoffen, dass bauliche Maßnahmen nicht verhindert werden“,



Hinter ihm die Frankfurter Straße und Gebäude des Lagers - Klaus Schäfer hofft auf die Einrichtung einer Erinnerungsstätte. Fotos: Göllnitz

so Geisler. In der aktuellen Chronik des Bürgervereins gehe man auch auf das ehemalige Lager ein. Mindestens eine Tafel zur Erinnerung sei wichtig. „Was erhaltenswert ist, muss erhalten bleiben“, so Geisler. Halber Kram sei aber auch nicht gut.

Auch Klaus Schäfer sieht keinen Konflikt zwischen Erinnerung und Ausbau. Wobei es fraglich sei, ob ein reiner Ausbau auf vier Spuren das Problem des vielen Verkehrs am Hochkreuz löse, findet er. Er habe inzwischen das Projektentwicklungsunternehmen kontaktiert. Vielleicht könne dieses mithelfen bei der Einrichtung

einer Erinnerungsstätte, denkt er.

„Es gibt nicht mehr viele dieser frühen Lager. Es war ein Ort für illegales Verdreschen Andersdenkender.“ Gerade auch in heutigen Zeiten sei die Erinnerung wichtig, findet er. Bereits im August 1933 widerriefen mehrere aus dem Lager überführte Gefangene ihre Aussagen und stellten Anzeige wegen Körperverletzung, so die alten Quellen. Die Ermittlungen verliefen letztlich ohne Ergebnis.

(Lars Göllnitz - der Autor bei Instagram: enqoozee)



K.G. Närrischer Laurentius e.V.



WEITERE INFORMATIONEN & TICKETS:

www.kg-naerrischer-laurentius.de oder unter 0 22 03 / 1 03 91 55

sowie bei Junkersdorf Hören & Sehen · Gilgastr. 39 · 51149 Köln

**Sichert jetzt noch eure Tickets
und feiert wieder mit uns!**

Kostümsitzung

28.01.2023 · Tickets ab 25,00 €

Einlass: 17:00 Uhr · Beginn: 18:11 Uhr

Großer Saal im Engelshof



Kindersitzung

04.02.2023 · Einlass: 14:00 Uhr · Beginn: 15:11 Uhr

Großer Saal im Engelshof

Kinder haben
freien Eintritt
Begleitpersonen
zahlen p.P. 5,00 €

MEHR PLATZ MEHR STRÜSSJER MEHR SPASS



Strüßjerball

20

GROSSER SAAL IM ENGELSHOF

11.02.2023

19:11 UHR

20 EURO

Erste praktische Erfahrungen

Das Krankenhaus Köln-Porz hat angehende Herz-Mediziner*innen zum Herzkatheter-Basiskurs eingeladen



Das kardiologische Team im Krankenhaus Köln-Porz begrüßte eine Gruppe von angehenden Kardiolog*innen zur Fortbildung mit dem Herzkatheter-Simulator. Fotos: Krankenhaus Köln-Porz

oder Einsetzen von Drähten. Ein Simulator-Training kann für Abhilfe sorgen. Ein eben solcher Kurs ist nun am Krankenhaus Köln-Porz durchgeführt worden. „Für die Ärzte hat das den Vorteil, dass sie die Handgriffe in Ruhe üben können, und die Patienten profitieren von sichereren Behandlungen“, so Dr. Dennis Rottländer, ärztlicher Leiter für strukturelle Herzkrankheiten. Der Kurs unter dem Titel „Porzer Coro Basics“ fand nun bereits zum vierten Mal statt. Er richtet sich an angehende Kardiolog*innen. Die Idee zum Kurs hatte das Porzer Team, das es selbst in drei Herzkatheterlaboren täglich zahlreiche Patient*innen versorgt. Und so boten die leitende Oberärztin Dr. med. Petra Weßling, sowie die Oberärzte Dr. med. Helge Anders, Dr. med. Dennis Rottländer und Dr. med. Ehssan Berenjkoub beim Kurs verschiedene Schwerpunkte zu Herzthemen an. „Wir legen großen Wert auf die Ausbildung, auch außerhalb unseres Hauses. Wenn wir Kardiologen aus Köln und Umgebung dabei helfen können, in ihrer Arbeit besser und sicherer zu werden, hilft das allgemein eine gute Versorgung gewährleisten zu können. Ein Konkurrenzgedanke wäre hier völlig unangebracht. Es geht darum, Menschen zu helfen“, so Chefarzt Prof. Dr. med. Marc Horlitz. Die Reihe soll 2023 fortgeführt werden. (red.)



Ihre Experten für den richtigen Augenblick.

Augenexpertise 3x in Köln: Alles, was wir tun, zielt darauf ab, Ihnen die bestmögliche Behandlung zukommen zu lassen. Deshalb setzen wir uns selber nur die höchsten Standards hinsichtlich Medizin, Ethik und Organisation.

Unsere augenärztliche Behandlung ist immer individuell auf Ihre persönliche Situation abgestimmt. Konservativ und operativ.

- Augenlasern mit SMILE® pro
- Korrekturen der Fehlsichtigkeiten
- Linsenchirurgie
- Grauer- und Grüner Star Operationen
- Netzhauterkrankungen
- Lidchirurgie und Facelift

Kompetenz und Qualität auf höchstem Niveau.
www.augencentrumkoeln.de



Josefstraße 14, 51143 Köln
info@augencentrumkoeln.de
0221 - 12 11 10
www.augencentrumkoeln.de

Porz-Mitte - Mit einem sogenannten Herzkatheter können Kardiolog*innen Gefäße per Ballon aufdehnen und Stents zum Offenhalten von Adern setzen - Eingriffe, wie sie häufig im Katheterlabor durchgeführt werden. Doch für junge Mediziner*innen sind vor allem auch die technischen Grundlagen neu - so etwas das Einspritzen von Kontrastmittel



Am Herzkatheter-Simulator konnten den ganzen Tag praktische Erfahrungen gesammelt werden. Foto: Krankenhaus Köln-Porz

Karnevalistische Termine

Ein Blick auf Veranstaltungen und Aktivitäten der Karnevalsgesellschaften im Stadtbezirk

Stadtbezirk Porz - Das Dreigestirn ist proklamiert, seine Hofburg eingeweiht, die Session nimmt Fahrt auf. Auch in den sechzehn Stadtteilen im Stadtbezirk Porz machen sich die Gesellschaften und Vereine fertig für erste Veranstaltungen. Eine Übersicht zu einigen der Terminen.

Am **Samstag, 7. Januar**, wird das Fastelovendsfinster der KG Nürsch Laurentius bei Hören und Sehen Junkersdorf, Gilgastraße 39, um 12 Uhr eröffnet. Um 15 Uhr feiern die Blau-Weißen Funken Wahn ihren Wiewerklaaf im Eltzhof. Ab 15 Uhr findet zudem die Mädchensitzung der Rezag im eigenen Festzelt an der Poststraße statt.

Am **Sonntag, 8. Januar**, richten die Poorzer Nubbele ihren Neu-

jahrsempfang im Gasthaus Makedonia, Wilhelmstraße 11-13, ab 11:11 Uhr aus. Um 16 Uhr findet die Prinzenproklamation des Kinderdreigestirns im Eltzhof statt.

Am **Freitag, 13. Januar**, feiern die Poorzer Perlchen ab 20 Uhr im Gasthaus Kranz unter dem Motto „lecker essen - einfach gut“, Bergerstraße 117. Die Herrensitzung der Rezag findet einen Tag später am **Samstag, 14. Januar**, ab 11:11 Uhr im Festzelt statt. Die Mädchensitzung des Garde Korps Köln findet am selben Tag um 19 Uhr im Schulzentrum Heerstraße in Zündorf statt. Ebenfalls am Abend feiert die OHG in der Offiziersheimgesellschaft Wahn e.V. Gebäude 50, Flughafenstraße 1, auf dem Gelände der



Bundeswehr in Wahn. Das Dreigestirn macht sich indes am **20. Januar ab 16 Uhr** auf zum Karneval in Unterafferbach im bayerischen Landkreis Aschaffenburg auf den Weg. Einen Tag später findet der Pänz

Dance für Kindertanzgruppen im Rathaussaal ab 14:30 Uhr statt. Am **Sonntag, 21. Januar**, findet abends der KamelleDanz des Vereins Ugly Cowboys in der Gaststätte Groov Terrasse, Am Markt 4, in Zündorf statt. (red./Lars Göllnitz)

WERKSVERKAUF

UNSER ANGEBOT VOM 01. BIS 31. JANUAR 2023
... solange der Vorrat reicht!



KIRSCHKUCHEN MIT BUTTERSTREUSELN
1.700 g

11,39 €



SCHOKOTORTE
1.450

11,39 €

*Highlight
des
Monats*



JOGHURT-EXOTIC-SCHNITTE
2.000 g | 12 Portionen

9,49 €

Bitte beachten
Sie unsere
Zusatzangebote
zum Tag des
deutschen Apfels
am 11.01.2023

Erlenbacher
Passion & Kuchen seit 1973



PFIRSICH-RAHM-KÄSE-TORTE
2.400 g | 14 Portionen

12,34 €



APPLE-CASSIS-CAKE
1.170 g | 12 Portionen

6,99 €

www.erlenbacher.de

Öffnungszeiten:
Mo.-Fr. 8.30-18.30 Uhr, Sa. 8.00-16.00 Uhr
Frankfurter Straße 196 (Ecke Heidestraße)
51147 Köln (Porz-Wahn)
P kostenlose Parkplätze am Hintereingang
(Einfahrt Cäcilienstraße)

RABATT-COUPON
5 € ab 40 € Einkaufswert
10 € ab 70 € Einkaufswert
(einmalig gültig bis 31.01.2023) Nicht mit anderen
Rabatten und Treuekarten kombinierbar.

RABATT-COUPON
10 % Rabatt auf Ihren Einkauf
(einmalig gültig bis 31.01.2023) Nicht mit anderen
Rabatten und Treuekarten kombinierbar.

Rathausaal Porz

Veranstaltungen im
Bezirksrathaus Porz

KABARETTABO

• Wilfried Schmickler

24.03.23

• Nicole Jäger

05.05.23

• Anna Mataur

23.09.23

• Florian Schroeder

20.10.23

• Anny Hartmann

08.12.23

88€ über Bürgeramt Porz

99€ über kölnticket

THEATERABO

• Schöne Taschen Männer

04.11.23

• Schöne Bescherungen

02.12.23

• BETTE UND JOAN

24.02.24

• Nein zum Geld!

16.03.24

• VIER LINKE HÄNDE

27.04.24

95€ über Bürgeramt Porz

105€ über kölnticket



„Hausmeister Krause“

Komödie mit Deutschlands
bekanntesten Hausmeister

Sa., 18. März 2023, 20 Uhr

www.rathausaal-porz.de

alle Karten unter

kölnticket

Hotline
0221 &
westfalisch barmarkt 2801

Telefon 0221 / 221-97333



Stadt Köln

Mit Sand gegen das Trauma

An der Grundschule in Porz-Mitte wird Kindern mit Krisenerfahrungen vom Verein A.R.T. e.V. geholfen - nun gab es eine Spende vom Flughafen Köln/Bonn, vermittelt durch den Bürgerverein

4.500 Euro hat der Flughafen Köln/Bonn der Schule und dem Verein A.R.T. e.V. überreicht. Foto: Göllnitz

Porz-Mitte - Ein Merkmal der Arbeit sei es auch, dass nonverbal gearbeitet werden könne, berichten Gabriele Keuthen und Ute Stolle vom Verein A.R.T. e.V.. Ein wichtiges Merkmal, denn die Zielgruppe des Vereins sind junge Schüler*innen im Alter zwischen sechs und zwölf Jahren - oftmals mit noch wenig Deutschkenntnissen und mit negativen Belastungen und Traumata im Gepäck. 2017 als Angebot für vor allem geflüchtete Kinder angelegt, ist A.R.T. e.V. mit seinen ausgebildeten Helfer*innen nun vor allem an Schulen im Einsatz - so auch an der Grundschule in Porz-Mitte. Und das auf Initiative von Schulsozialarbeiterin Nefise Akgün. Konkret sieht die Arbeit so aus: Man wolle die Selbstheilungskräfte der Kinder wieder stärken, so Keuthen. So, dass es

ihnen aus eigener Kraft wieder besser gehe. In konstanten Eins-zu-eins-Beziehungen mit den Helfer*innen entstehe eine Vertrauensbasis. In zehn Sitzungen bekommen die Kinder die Möglichkeit, an Sandboxen zu spielen. Dazu gibt es Spielzeugfiguren, Bauklötze, aber auch Dinge wie kleine Kriegsgewehre. In kleinen Modellwelten können die Kinder so Erlebtes nachstellen und verarbeiten. „Wir sind keine therapeutische Maßnahme. Aber unsere Methoden sind wissenschaftlich anerkannt“, erklärt Ute Stolle von A.R.T. e.V.. Schnell stellten sich erste Erfolge ein. In Gesprächen mit den Eltern werde zudem der Fortschritt erfragt und festgehalten. Nun wurde das Projekt an der Grundschule vom Flughafen Köln/Bonn mit einer Spende über 4.500 Euro bedacht - vermittelt

vom Bürgerverein Porz-Mitte, zu dem man einen heißen Draht in solchen Fragen habe, wie der Leiter der Unternehmenskommunikation, Alexander Weise, erzählt. Er übergibt den symbolischen Spendenscheck zusammen mit Flughafen Geschäftsführer Thilo Schmid. Sie beiden hätten zusammen sechs Kinder und unterstützten das Projekt gerne, so Schmid. Auch Schulleiter Jonas Pilatus weiß um die Wichtigkeit der Arbeit von A.R.T. e.V.. Schnell erkenne man im Schulalltag, in welchem Kind etwas arbeite, erzählt er. „Es gibt die unterschiedlichsten Gründe für ein kleines oder großes Trauma.“ Aktuell seien es vor allem auch Kinder aus der Ukraine, die an ihren Sandboxen Erlebtes verarbeiten könnten. (Lars Göllnitz - der Autor bei Instagram: enqoozee)

In ihren Sandboxen können die Kinder Erlebtes nachstellen und so verarbeiten. Foto: A.R.T. e.V.

8

Porz am Montag – 17. Jahrgang – 07. Januar 2023 – Woche 1 – www.rautenberg.media

Cooler Schlitten bestellen

Winterliche Angebote von Hoff. Begrenzte Stückzahl.



Jetzt leasen
ab 229,- €¹ mtl.

Der T-Roc R-Line. Mit seinem geschärften Exterieur-Design, dem neuen Qualitäts- und Designniveau im Innenraum und den aufgewerteten Technikfeatures tritt der T-Roc selbstbewusst auf und unterstreicht seine starke Persönlichkeit. **Unverwechselbar.**

Kraftstoffverbrauch in 1/100 km: (kombiniert) 6,4 l, innerstädtisch (langsam) 7,7 l, Stadtrand (mittel) 6,2 l, Landstraße (schnell) 5,6 l, Autobahn (sehr schnell) 6,7 l, CO₂-Emissionen (kombiniert) 145 g/km

z. B. T-Roc R-Line 1.0 TSI OPF 81 kW (110 PS) 6-Gang, Ausstattung: Lackierung: Ascotgrau, Anhängervorrichtung, „Air Care Climatronic“, Nevada 7 J x 18 in Schwarz / glanzgedreht, Mittelarmlehne vorn, Multifunktions-Sportlenkrad in Leder, Sport-Komfortsitze vorn, Vordersitze beheizbar, Automatische Distanzregelung ACC, Parklenkassistent „Park Assist“ inkl. Einparkhilfe, „Lane Assist“, App-Connect Wireless, Digital Cockpit, Außenspiegel elektrisch einstell-, anklapp-, beheizbar, mit Memory-Funktion, Telefonschnittstelle, Innenspiegel automatisch abblendend, LED-Plus-Scheinwerfer, Regensensor, Fahrprofilwahl u.v.m.

einmalige Sonderzahlung:	EUR 2.999,00 ¹
Jährliche Fahrleistung:	10.000 km
Laufzeit:	36 Monate
monatliche Leasing-Rate ohne Dienstleistungen	EUR 229,00 ¹
Wartung und Verschleißreparaturen Aktion	EUR 17,86
monatliche Leasing-Rate inkl. Dienstleistungen	EUR 246,86¹



Inklusive Abholung Autostadt. Alle Werte inkl. gesetzlicher Mehrwertsteuer. Beispielhafte Fahrzeugabbildung zeigt Sonderausstattungen gegen Mehrpreis. Gültig bis zum 28.02.2023. Stand 1/2023. Änderungen und Irrtümer vorbehalten. ¹ Ein Angebot der Volkswagen Leasing GmbH, Gifhorn Str. 57, 38112 Braunschweig. **Bonität vorausgesetzt.** Bildliche Darstellungen können vom Auslieferungsstand unwesentlich abweichen. Weitere Informationen zum offiziellen Kraftstoffverbrauch und den offiziellen spezifischen CO₂-Emissionen neuer Personenkraftwagen können dem „Leitfaden über den Kraftstoffverbrauch, die CO₂-Emissionen und den Stromverbrauch neuer Personenkraftwagen“ entnommen werden, der an allen Verkaufsstellen und unter www.dat.de unentgeltlich erhältlich ist.

Ihr Volkswagen Partner

HOFF

Autohaus Hoff GmbH & Co. KG

Urbacher Straße 8 · 53842 Troisdorf-Spich · Tel. 02241-95126-0
Westerwaldstraße 1 · 53757 St. Augustin · Tel. 02241-39183-0

autohaus-hoff.de





WIR HABEN GEÖFFNET!



**Uhrmacher
Goldschmiede**

SERVICE • REPARATUR • INSTANDSETZUNG

unsere Uhrmacher sind zertifiziert z.B. für:



ALTGOLD IST BARGELD
Wir kaufen Ihre alten Schätzchen!



3.226 € bezahlt 734 € bezahlt 6000 € bezahlt 2.753 € bezahlt 6.380 € bezahlt

**Altgold • Zahngold • Schmuck • Tafelsilber
Goldmünzen • Silberbesteck • Silber • Luxusuhren**

Hoher Goldkurs - Verkauf lohnt sich jetzt



**Mo.-Fr. 9:00 - 18:00
Sa. 9:00 - 14:00 Uhr
Hermannstrasse 12
51143 Porz
Tel. 02203/951331**



Rule Mews MEDIENBERATER
Mobil +49 (0) 0157 71 46 23 76
anzeigen@porz-am-montag.de



**Fachbetrieb für Dach-, Wand-
und Abdichtungstechnik**

Neusser Str. 39 · 51145 Köln
Telefon 0 22 03 / 10 47 - 6 27
Telefax 0 22 03 / 10 47 - 7 24
E-Mail: Michael.Siefer@t-online.de

Stammtisch des Bürgervereins

Porz-Mitte - Der Bürgerverein Porz-Mitte e.V. lädt am Mittwoch, 11. Januar, um 18 Uhr zu seinem offenen Stammtisch im Haus Knott, Friedrich-Ebert-Ufer 52, ein. Als Gast ist Dr. Achim Schlömer, Vorsitzender der Geschäftsführung der Köln Düsseldorf/KD, eingeladen. Er spricht über Schiffstouristik und seinen Berufsalltag.

Bei dem an jedem zweiten Mittwoch im Monat stattfindenden Stammtisch treffen sich Mitglieder und an Porz interessierte Menschen zum Meinungs- und Informationsaustausch. (red.)

Verschiebung der Seniorensitzungen

Porz-Mitte - Die geplanten Seniorensitzungen im Rathausaal Porz werden erneut verschoben. Karten mit festen Sitzplätzen behalten ihre Gültigkeit.

Die erste Seniorensitzung findet nun am Mittwoch, 5. April, um 15 Uhr, die zweite am Mittwoch, 12. April, um 15 Uhr statt. Bisherige Termine waren am 18. Januar und 1. Februar geplant. Das Programm werde entsprechend der Jahreszeit karnevalistisch angepasst, so die Veranstalter. (red.)

Weihnachtsbaum- entsorgung durch AWB

Stadtbezirk Porz - Die Kölner Abfallwirtschaftsbetriebe bieten drei Entsorgungsmöglichkeiten für abgeschmückte und zerlegte Weihnachtsbäume mit einer maximalen Länge von zwei Metern an.

So richten die AWB in allen Kölner Stadtbezirken Sammelstellen für Weihnachtsbäume ein. Die dort abgestellten Bäume werden regelmäßig von den AWB abgeholt und zur Kompostierungsanlage gebracht. Das Wertstoffcenter Gremberghoven, August-Horch-Straße 3, zudem das in Ossendorf, nehmen montags bis freitags von 8 bis 20 Uhr und samstags von 8 bis 16 Uhr ausgediente Weihnachtsbäume an.

Seit dem 2. Januar werden Bäume zudem kostenlos entsorgt. Sie können zum jeweiligen Abfuhrtag der Restmüll- oder besser der Biotonne am Grundstücksrand, möglichst direkt neben der Tonne, deponieren werden. Aus Kapazitätsgründen erfolge die Mitnahme manchmal auch erst in den Folgewochen, so die AWB. Der Baum kann dann einfach so lange liegen bleiben. (red.)



Tanztee Ü60



Finkenberg - Am Freitag, 13. Januar, findet im Bürgerzentrum Finkenberg, Stresemannstraße 6a, von 15 bis 17.30 Uhr ein Tanztee statt. Der Eintritt ist frei. (red.)

ELEKTRO BECKER MEISTERBETRIEB

- Elektrische Licht-, Kraft-, Telefon-, SAT-Anlagen
- E-Check
- Thermografiemessungen
- EDV-Verkabelung

Elektro Becker GmbH

Hauptstraße 345 · 51143 Köln (Porz)
Tel. 0 22 03 / 547 52 · Fax 0 22 03 / 555 34
info@elektrobecker.net · www.elektrobecker.net



ALLES FÜR EURE TORTEN: Von A wie Ausstecher bis Z wie Zuckerdekor.

Cake Topper, Tortendekoration, Schokoladen-Dekoration, Fondant, Marzipan, Farben, Backmischungen u.v.m.



 Einmalig **5% RABATT**
für alle „Porz am Montag“-Leser
(Einfach Gutschein ausschneiden und mitbringen)

Cake Company Troisdorf
Maarstraße 72
53842 Troisdorf

Öffnungszeiten:
Mo-Do 9⁰⁰ – 15⁰⁰ Uhr
Fr 9⁰⁰ – 13⁰⁰ Uhr

www.cake-company.de



Service hat einen Namen

Schmitz G M B H
in Porz

- NW und GW
- HU/AU täglich
- Finanzierung und Leasing
- Reparatur aller Marken

- Unfallinstandsetzung
- Autoglas-Instandsetzung
- KFZ-Versicherung

Kaiserstraße 127 • 51145 Köln • Telefon 0 22 03 – 36 97 80
www.auto-schmitz-porz.de



Seit 1986 für Sie vor Ort!

Ihr CITROËN-, DS-Automobiles- und MAZDA-Partner.
Exklusiv im rechtsrheinischen Köln!



**- FENSTER
- TÜREN
- ROLLADEN
- REPARATURSERVICE**

ERO
BAUELEMENTE

- seit 40 Jahren in Köln-Porz -

Sperren Sie
Kälte und Hitze
einfach aus!

**51145 KÖLN
KAISERSTR. 82**

**0 22 03 - 2 45 90
info@ero-bauelemente.de**

Spende an Jungschützen



Foto: Urbacher Bürgerverein

Urbach - Traditionell unterstützt der Urbacher Bürgerverein e.V. in der Vorweihnachtszeit Projekte, die Kinder und Jugendlichen in Urbach zu Gute kommen. Dieses Jahr fiel die Wahl der Ehrenamtler auf die Jugendabteilung der Sankt Hubertus Schützenbruderschaft. In der Jugendabteilung trainieren derzeit knapp 30 Jungen und Mädchen im Alter zwischen sechs und siebzehn Jahren.

Die beiden Vorsitzenden des Urbacher Bürgervereins, Simin Fakhim-Haschemi und Jochen Reichel, besuchten das Training der Jungschützen, um einen Spendenscheck von 250 Euro zu überreichen. Das Geld soll für die Ausrüstung, die den Kindern von der St. Hubertus Schützenbruderschaft zur Verfügung gestellt wird, verwendet werden. (red.)

kinderferienfreizeit

22.07. – 05.08.
Jetzt anmelden!

für Kinder
von 8 - 14

Anmeldung: ffz-christuskoenig@web.de

Unterkunft: Mit der Kinderferienfreizeit erwarten Dich zwei Wochen Spiel, Sport und Spaß im Schullandheim "Adler". Entdecke die Umgebung im wunderschönen Allgäu. Das bunte Programm aus Ausflügen, Aktionen, Spiel- und Bastelangeboten wird Dir von erfahrenen Leitern bereit.

Kosten: Der Preis für die Teilnahme beträgt 490,-Euro. Geschwisterkinder zahlen jeweils 470,- Euro.

Veranstalter: Katholische Kirchengemeinde Christus König

Kontaktdaten:

Florian Schelhaas florian.schelhaas@outlook.de
Stefan Limbach stefan.limbach@outlook.com



Närrische Goldnaas für Stephan Demmer

Bei ihrem Blechovend hat die Gesellschaft Närrischer Laurentius auch den scheidenden Präsidenten des Festausschusses geehrt

Ensen - Für die Gesellschaft ist der Blechovend der offizielle Start in die Karnevalssession.

Dieses Mal stand bei der Veranstaltung der KG Närrischer Laurentius aber nicht nur die Vorstellung des neuen Sessionsordens und dessen Verleihung an alle anwesenden Mitglieder im Vordergrund. Auch eine Ehrung stand auf dem Programm.

Traditionell eröffneten die Kinder- tanzgruppe der Gesellschaft den Abend mit ihren neuen Tänzen. Eine Überraschung folgte danach durch die Mütter der Kinder, die Monate lang in geheimer Mission trainiert haben, um den Saal mit einer eigenen Tanz-Choreografie zu überraschen. Musikalisch sorgten JP Weber und die Kölsch-Co- verband Kaschämm für kölsche Klänge. Geehrt wurde indes Stephan Demmer. Der Närrische Laurentius zeichnete den nach der Session scheidenden Präsidenten



Ingo Hundthausen (l.) übergibt die Auszeichnung an Stephan Demmer. Foto: Närrischer Laurentius

des Festausschusses Porzer Karneval mit der neu geschaffenen Auszeichnung Närrische Goldnaas aus. Mit der Närrischen Goldnaas wolle der Vorstand Mitglieder und Personen außerhalb der

KG auszeichnen, die sich übermäßig um die Gesellschaft verdient gemacht hätten, so der Vorstand. „Stephan Demmer ist der perfekte erste Preisträger. In seinen 16 Jahren als Präsident des FAS hat

er sich übermäßig um den Porzer Karneval verdient gemacht und hat damals der KG Närrischer Laurentius e.V. den Weg in den Festausschuss geebnet“, so Laurentius-Präsident Ingo Hundthausen. (red.)

Seit 20 Jahren in Troisdorf



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

Öffnungszeiten:
Mo. - Fr. 10.00-16.00 Uhr · Sa. 10.00-14.00 Uhr
Termine nur nach Vereinbarung

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

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



Rechtsanwälte in Bürogemeinschaft



**Michael
Gödde**

- Familienrecht
- Arbeitsrecht
- Mietrecht
- Reiserecht
- Verkehrsrecht
- Inkassorecht



**Christine
Priefert**

- Familienrecht
- Erbrecht
- Beratung auch
in polnischer
Sprache

www.rechtsanwalt-goedde.de

Eichendorffstraße 25 | 51147 Köln (Porz-Grenzel)
Telefon: 0 22 03 / 99 82 67 | Fax: 0 22 03 / 99 82 68
E-Mail: kontakt@rechtsanwalt-goedde.de | kontakt@rechtsanwaeltin-priefert.de

Bürozeiten: 9.00-13.00 Uhr, 15.00-18.00 Uhr
Termine nach Vereinbarung

www.barbaras-pflegeteam.de



Ambulanter Pflegedienst

02203 - 10 21 361



Tagespflege Heidestrasse

Met  em Veedel

02203 - 18 65 741

www.tagespflege-heidestrasse.de



- Kundendienst
- Brennwertechnik
- Wärmepumpen
- Solaranlagen
- Gas- und Ölfeuerung
- tolle Bäder

Meisterbetrieb

Heizung - Bäder
Scharpel

Kurt Scharpel

Akazienweg 19 b

51147 Köln / Porz Grenzel

Tel.: 0 22 03 - 89 12 30 · Mobil: 01 63 - 312 57 61



HANSEN

Autohaus Hansen

Grengeler Mauspfad 183 · 51147 Köln-Porz/Grengel
Telefon 02203 922730

Feel the difference



Kasperletheater für Kinder

Wahnheide - Das Hohnsteier Figurentheater gastiert am Dienstag, 17. Januar, um 16 Uhr in der Martin-Luther-Kirche, Sportplatzstraße 63-67. Das Programm ist für Kinder ab zwei Jahren geeignet und dauert etwa 50 Minuten. Gezeigt wird das Stück „Der Räuber“ um den Räuber Hotzenplotz. Der Eintritt zum Kasperletheater in zwei Akten liegt bei 10 Euro pro Person. (red.)

Stammtisch, Lesehilfe und Bücherschrank

Ensen/ Westhoven - Der erste Stammtisch der Bürgervereinigung Ensen-Westhoven e.V. in diesem Jahr findet am Donnerstag, 12. Januar, ab 19 Uhr im Gastwerk des Engelshofs, Oberstraße 96, statt.

Zudem sucht die Bürgervereinigung Lesementor*innen, die ehrenamtlich eine Stunde in der Woche an der Grundschule in Ensen zusammen mit einem Kind Texte lesen und so deren Leseverständnis fördern.

Auch plant der Verein das Aufstellen eines Bücherschranks. Dazu soll eine ehemalige Telefonzelle umgebaut und an der Ecke Kölner Straße/Gilgaustraße aufgestellt werden. Einen Teil der nötigen Finanzmittel hat der Bürgerverein inzwischen zusammengetragen. Für den Restbetrag nimmt er Spenden entgegen: IBAN DE 72 3705 0198 1004 0027 60. (red.)

Fragile Matt in der Klosterkapelle

Zündorf - Am Sonntag, 15. Januar, um 19 Uhr tritt das Trio Fragile Matt aus David Hutchinson (Gesang, Bouzouki, Banjo), Andrea Zielke (Gesang, Gitarre) und Katja Winterberg (Bodhrán, Geige) in der Zündorfer Klosterkapelle auf. Die Band spielt Irish Folk und wurde 2008 in Doolin (Irland) von David Hutchinson gegründet. (red.)

Frühstück der Begegnung

Finkenberg - Am Mittwoch, 11. Januar, findet im Bürgerzentrum Finkenberg, Stresemannstraße 6a, um 9 Uhr ein Frühstück der Begegnung statt. Anmeldung sind bis zum 9. Januar unter 02203 9354418 möglich. Der Unkostenbeitrag liegt bei 4 Euro. (red.)

Schnellere Datenübertragung im Notfall

Das Krankenhaus Köln-Porz und Berufsfeuerwehr Köln kooperieren mit einem Pilotprojekt

Porz-Mitte - Patientendaten bereits zum Krankenhaus schicken, während der Rettungswagen noch unterwegs ist. Das ist ab sofort am Krankenhaus Köln-Porz möglich. Durch eine Kooperation mit der Berufsfeuerwehr Köln können EKGs und Vitaldaten von den Erstversorgenden direkt zu den diensthabenden Ärzt*innen der Notfallambulanz gesendet werden. Besonders Herzinfarkt-Patienten, für die jede Minute zählt, profitieren von dieser innovativen Entwicklung.

„Die Mitarbeiter des Rettungsdienstes sind meist die ersten, die mit den Patienten in Kontakt kommen. Sie haben eine fundierte Ausbildung und viele Schulungen absolviert und können daher die Lage schnell einschätzen. Ihr Wissen und ihre Erfahrung können dabei helfen, keine Zeit zu verlieren - Zeit, die im Notfall überlebensentscheidend sein kann“, so Prof. Lechleuthner, ärztlicher Leiter des Rettungsdienstes der Stadt Köln.

Das Pilot-Projekt des Telemetrie-EKGs zwischen der Berufsfeuerwehr und dem Krankenhaus Köln-Porz bildet eine Schnittstelle zwischen präklinischem und klinischem Bereich. „In der Notaufnahme können unsere Assistenzärzte und Oberärzte über einen



Dr. Dennis Rottländer, Guido Thiemermann (Berufswehr Köln), Prof. Dr. Alexander Lechleuthner (ärztl. Leiter Rettungsdienst Köln), Dr. Ranka Marohl und Prof. Dr. Marc Horlitz (v.l.). Foto: Krankenhaus

passwortgeschützten Zugang die Dateien abrufen“, erklärt Dr. Ranka Marohl, Chefärztin der Interdisziplinären Notfallambulanz - Klinik für Notfall- und Akutmedizin. „Wir überprüfen die Daten und können, sollte es sich wirklich um einen Herzinfarkt handeln, den Patienten bei Ankunft direkt den Kardiologen ohne längere Voruntersuchung übergeben.“ „Wir sehen am EKG, ob es ein

relevanter Herzinfarkt ist, den wir sofort mit einem Herzkatheter behandeln müssen. Dann kommt der Patient ohne Verzögerung ins Herzkatheterlabor“, ergänzt Dr. Dennis Rottländer, ärztlicher Leiter der Chest Pain Unit. Im Krankenhaus Köln-Porz besteht eine durchgehende Herzkatheterbereitschaft.

Durch den Direkttransport in das Herzkatheterlabor kann

wertvolle Zeit in der Notfallambulanz gespart werden. Je schneller der Herzmuskel wieder richtig durchblutet wird, desto geringer sind die Folgeschäden. Das medizinische Team in der Notfallambulanz wiederum kann die gewonnene Zeit auch nutzen, um andere Notfälle zu versorgen. „Wir freuen uns, wenn wir mit digitalen Lösungen unseren Patienten und unseren Mitarbeitenden helfen können. Daher hat die Digitalisierung bei uns im Krankenhaus Köln-Porz einen hohen Stellenwert und wird ständig weitergeführt“, so Geschäftsführer Arist Hartjes. (red.)

Pflege daheim statt Pflegeheim

Rundum Betreuung zuhause durch legale Pflegekräfte. Vermittlung, Beratung und Betreuung **PROMEDICAPLUS Rhein-Sieg-Nord** H.-M. Fischer in Niederkassel Info Tel.: 02208-5065834

Anzeige

Erlesene Teppichkunst verdient die richtige Kosmetik

Menden - Ein Teppich verdient die richtige Pflege, weiß Kierpacz, Fachmann und Inhaber des Orientteppichhandels auf der Burgstraße. Er ist Herr über die edelsten und hochwertigsten Teppiche des Orients und beherrscht die Pflege- und Waschtechniken für Teppiche nach persischer Tradition. „Alle fünf Jahre“, so der Fachmann, „muss ein Teppich gewaschen werden“. Wird die Wolle nicht regelmäßig rückgefettet, verschleißt diese sehr schnell. Seit mehr als 30 Jahren kennt sich die Familie Kierpacz mit Kunst, Pflege und Reparatur von Teppichen

aus. Neue und auch antike Teppiche, die im eigenen Hause restauriert wurden, sind in den Ausstellungsräumen zu sehen. „Es lohnt sich auf jeden Fall, einmal reinzuschauen und die vielen Kostbarkeiten und das Ambiente bei einem Glas Tee zu genießen“, empfiehlt Kierpacz. Wir bieten auch kostenlose Abholung und Lieferung von Teppichen an.



Waschaktion
9,90 € pro²
auf Velour-
+ Maschinen-
Teppiche

Orient-Teppich-Handel

Waschen ist günstiger als Neukauf!

• Waschen von Teppichen aller Art • Reparaturen • Kanten • Fransen • Rückfettung • Auslage eines Gegenstücks während der Waschzeit • **kostenloser Bring- und Abholdienst ! Wir machen keine Telefonwerbung und keine Werbung an der Haustür!**
Kierpacz • Burgstr. 59 • 53757 Sankt Augustin-Menden
Tel.: 0 22 41 / 8 79 96 99 oder 0 22 24 / 9 89 67 22

Alle Mitarbeiter kommen von der Burgstr. 59, Sankt Augustin-Menden

Besuchen Sie uns in unserem
Ladenlokal in der Bahnhof-
straße 11 in Bad Honnef



Malermeister
Verschönern und Erhalten
ist unser Beruf



Auf Wunsch erstellen wir für Ihre Räumlichkeiten individuelle Gestaltungsvorschläge. Wir stehen Ihnen beratend zur Seite.



Qualitativ hochwertige Materialien und fortschrittliche Techniken bei der Verarbeitung gewähren Ihnen maximale Leistung und Wertigkeit.



Ob Altbau oder Neubau, wir bieten Ihnen maßgeschneiderte Lösungen. Damit Sie an Ihrem Zuhause lange Freude haben.

Eberescheweg 3
D-51147 Köln

Tel. 02203 - 27708
Fax 02203 - 292348

Mobil 0172 - 8636602

info@frericks-
malermeister.de

www.frericks-malermeister.de



Hallo Nachbar.

Mit dem TÜV Rheinland-Team in Porz unbeschwert die schönste Jahreszeit genießen. Einfach vorbeikommen oder einen Termin vereinbaren unter **0800 8838 8838** oder www.tuv.com/termin.

Prüfstelle Köln Porz-Eil
Theodor Heuss-Straße 55
51149 Köln

Prüfstelle Köln Porz-Lind
Am Linder Kreuz 53
51147 Köln

**Jetzt
2x
in Porz!**

www.tuv.com/termin

TÜVRheinland®
Genau. Richtig.

Kapellenbitz 7 | 51145 Köln
www.langel-dach.de
info@langel-dach.de
Tel.: 02203 - 32926

LANGEL
Dach-, Wand-, Abdichtungs-
und Klempnerei GmbH
Dachdeckermeister
Klempnermeister

QUALITÄT GANZ OBEN!



**Steildach
Flachdach
Klempnerarbeiten
Dachfenster
Solartechnik
Fassadentechnik
Balkonabdichtungen
Reparaturservice**



KALTEIS Garten- &
Landschaftsbau GmbH & Co. KG
Mottmannstraße 11
53842 Troisdorf
Telefon: 02241 407 143
Fax: 02241 407 144
info@galabau-kalteis.de
www.galabau-kalteis.de

- Gartengestaltung
- Gartenpflege
- Neuanlagen, Sanierungen und Pflege von Außenanlagen
- Wasserobjekte
- Teichbau
- Zaunbau
- Natur- und Betonsteinverlegung
- Bewässerungstechnik
- Beleuchtungstechnik
- Baumfällarbeiten



LEUGERMANN
Apotheken

Kostenlose Telefonnummer

0800 - 2 766 266

Mit kostenlosem Lieferservice

Besuch der Backstube

Lind / Eil - Am Dienstag, 17. Januar, führt der Ortsring Eil mit einer Besuchergruppe eine Besichtigung der Bäckerei Hardt in Lind durch. Treffpunkt ist um 8.30 Uhr vor dem Gebäude der Bäckerei Hardt in der Niederkasseler Straße 31. Die Besuchergruppe wird die Möglichkeit haben, neben der Besichtigung auch selbst Backwaren unter Anleitung von Bäckermeister Franken herzustellen und diese auch zu verzehren.

Für die Bäckereibesichtigung ist eine Anmeldung zwingend erforderlich. **Anmeldungen** können an den Vorstand des Ortsrings, Erwin Bäuml, gerichtet werden: PorzEil@yahoo.de oder 0157 79730158. (red.)

Naturkalender der Stadt Köln

Eil - Das Umwelt- und Verbraucherschutzamt der Stadt Köln hat nach seinem Fotowettbewerb zu heimischen Tieren nun den Kalender mit den Gewinnermotiven veröffentlicht. Thema des Kalenders ist der Lebensraum Friedhof. Der Kalender, der in Kooperation mit der Friedhofsverwaltung des Amtes für Landschaftspflege und Grünflächen der Stadt Köln und dem NABU Stadtverband Köln entstanden ist, weist auf die Vielfalt der heimischen Natur in diesem Lebensraum hin. Der Fotokalendar ist ab dem 10. Januar im Umweltbildungszentrum Gut Leidenhausen, Gut Leidenhausen 1, erhältlich. (red.)

Aktionstag zum Hobbysport Tischtennis

Westhoven / Poll - Zu einem Aktionstag zum Hobbysport Tischtennis lädt der TV Ensen-Westhoven Frauen und Männer jeden Alters ein. Der Aktionstag findet am Samstag, 14. Januar, von 15 bis 16.30 Uhr in der Sporthalle des Neubaus der Janusz-Korczak-Grundschule in Poll, Siegburger Straße 445, statt. Bei dem Aktionstag bietet sich die Gelegenheit, Tischtennis als Hobbysport kennenzulernen, in den Verein herein-zuschnuppern und direkt mitzumachen. Mitzubringen sind nur Turnschuhe, bequeme Sportkleidung und, wenn vorhanden, ein Tischtennisschläger. Schläger können aber auch gestellt werden.

Die Tischtennisabteilung des TV Ensen-Westhoven gehört mit mehr als 130 Mitgliedern, davon die Hälfte Kinder und Jugendliche, sowie insgesamt neun Mannschaften, zu den großen Tischtennisvereinen in NRW. Seit der Eröffnung der neuen Sporthalle kann der Verein jetzt auch Tischtennis in Poll anbieten - dies zusammen mit den Spielstätten in Ensen und Westhoven an jedem Tag der Woche.

„Wir wollen Spieler und Spielerinnen auch in Poll und Deutz gewinnen. Kinder, Jugendliche, Erwachsene, Anfänger und Mannschaftsspieler“, so Abteilungsleiter Uwe Beyer. „Tischtennis ist ein idealer Sport, um sich jung, fit und beweglich zu halten.“ Kindern möchte der Verein am 29. Januar in Poll die Gelegenheit bieten, Tischtennis bei den Mini-Meisterschaften auszuprobieren.

www.tv-ensen-westhoven.de (red.)

Das Elternbildungswerk Neubrück startet mit seinem neuen Programm 2023



Der kleine Kindergarten startet ab Januar!

Das Elternbildungswerk Neubrück startet mit seinem Frühjahr- und Sommer-Programm und bietet viele neue Angebote:

Der kleine Kindergarten für Kinder ab 1 Jahr und ihre Mütter, Väter oder andere Erziehende. Der Kindergartenbeginn ist für viele Kinder und auch Eltern oft ein schwieriger Prozess.

Deshalb werden die Kinder ab 1 Jahr in kleinen Schritten, ganz nach ihren individuellen Bedürfnissen, in ihrer Selbstständigkeit gefördert.

In einer kleinen Gruppe werden die Kinder zum Freispiel, Singen, Tanzen, Malen und Basteln angeregt. Sie knüpfen soziale Kontakte und lösen sich langsam von den Eltern.

Mütter, Väter oder andere Erziehende werden im Gespräch bei diesem Prozess begleitet. So wird Ihr Kind behutsam auf den Kindergartenalltag vorbereitet.

Jeweils Donnerstag und/oder Freitag können gebucht werden.

Weiterhin gibt es eine Nachmittagsspielgruppe, speziell für Eltern, die berufstätig sind aber dennoch mit Ihren Kindern gemeinsam eine Spielgruppe besuchen möchten. Elterncafés, Spielgruppen am Vormittag, Yoga mit dem Baby, Babymassage, Babykrabbeln und auch neu die Bücherbabys in der Stadtbücherei Neubrück sowie ein Treff für alleinerziehende Mütter.

Für Familien mit älteren Kindern gibt es Kindersport, Selbstverteidigung, Kreatives Gestalten und einen Malkurs sowie Englischkurse, Naturerlebnisse, Walderlebnisse, Familienausflüge und Kochkurse. Weitere Kurse für Erwachsene wie Näh-, Sprach-, Englischkurse, sowie „Ich will Deutsch sprechen“ finden sich ebenfalls im Angebot. Wirbelsäulengymnastik, Ü50 Wing Tsun, Yoga runden das sportliche Angebot ab.

Weitere Infos und das komplette Programm unter www.eb-neubrueck.de, info@eb-neubrueck.de oder Tel. 0221/895633

ZUR HEIDE

EVENT • CAFÉ • BIERGARTEN • BUSINESS

Mittwochs Reibekuchentag ab 17 Uhr

Mi.–So. Frühstück ab 10:00 Uhr / So. riesiges Frühstücksbuffet / Mi.–Fr. Mittagstisch ab 12:00 Uhr

perfekt für **Hochzeiten**

Hochzeit feiern in der Heide.
Wir haben noch Termine in 2023 frei.
30-150 Personen. Catering frei wählbar.
Freie Trauung möglich.

Camp-Spich-Str. 1, Troisdorf | Tel 0178-1590108
zur-heide-event.de

HER MIT DER KOHLE

WERDE JETZT AUSTRÄGER/*/IN

EIN INTERESSANTER NEBENJOB FÜR JUNG UND ALT!

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

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

REGIO • pünktlich • zielgerichtet • lokal

PRESSE VERTRIEB GmbH

Die Zeitungszustellgesellschaft der **RAUTENBERG MEDIA KG**

Oder scan den **QR-Code** und bewirb Dich.

Stellenwechsel leicht gemacht!

Sie sind Steuerfachangestellte/r oder Steuerfachwirt/in? Wenn Sie nur eine der nachstehenden Aussagen ankreuzen können, sollten Sie sich bei uns bewerben:

☐ Ich will wieder deutlich mehr Spaß an der Arbeit haben!

☐ Ich wünsche mir ein Team, in dem die Chemie stimmt!

☐ Individuelle Fortbildung kommt mir bisher einfach zu kurz!

☐ Ich möchte abwechslungsreichere und spannendere Fälle!

Sylvia Helgert

Steuerberaterin

& Fachberaterin

für Internationales Steuerrecht

Jetzt bewerben:

0 22 08 / 49 50

info@steuerberaterin-helgert.de

Veranstaltungen für Frauen vom Frauenzentrum Troisdorf e.V. im Januar

Online Workshop CONSENT

Ein Workshop mit den Macherinnen der Kampagne „Nur-Ja-Heisst-Ja“ vom Verein Frauenleben Köln.

In diesem Workshop gibt es die Gelegenheit, sich mit dem Thema Consent in geschützter Atmosphäre auseinanderzusetzen.

Was ist Consent?

Warum ist Consent wichtig?

Wie sensibilisieren wir uns selbst und andere im Bereich Consent?

Wie können hilfreiche Umgangsweisen aussehen, welche Empowerment-Strategien wünschen wir uns?

Weiterführende Informationen zur

Kampagne:

www.Nur-Ja-Heisst-Ja.de

Der Workshop erfordert keine Vorerfahrungen und die eigenen Grenzen werden gewahrt.

Für wen: FLINTA*. FLINTA* steht als Abkürzung für: Frauen, Lesben, Inter, Non-binäre Personen (non-binär nennen sich u.a. Menschen, die sich nicht den binär konstruierten Geschlechtern von männlich und weiblich zuordnen können/wollen), Trans*- und Agender-Menschen.

Wann:

10. Januar von 18 bis 19:30 Uhr

Dieser Termin findet in Kooperation mit dem Frauenzentrum Bad Honnef statt und wird gesponsert von der Gleichstellungsbeauftragten der Stadt Rheinbach Mechthild Schneider.

Anmeldung: Frauenzentrum Bad Honnef info@frauenzentrum-badhonnef.de

Telefon: 02224-10548

Die Teilnahme ist kostenlos.

Let's talk about Sex

Ein Workshop über Konsens, Sexualität und weibliche Lust für Frauen von 18- 40 Jahren

In diesem Workshop wollen wir uns in einer kleinen geschützten Runde gemeinsam den Themenbereichen Konsens und Grenz-wahrung aber auch Körper, Lust und Sinnlichkeit annähern. Unter anderem stehen folgende Themen im Vordergrund:

Wie vielfältig kann das Thema Sex und Sexualität sein?

Was genau bedeutet Konsens?

Wie kann ich meine eigenen Bedürfnisse in der Sexualität kommunizieren? Nimmt das nicht direkt die Lust?

Was ist der Unterschied zwischen Vulva, Vagina und Klitoris?

Was könnten die verschiedenen

Sinne mit der eigenen Sexualität zu tun haben?

Wir bleiben hierbei immer angezogen und es geht nicht um intime Berührungen oder die Erprobung sexueller Praktiken!

In einer der Pausen werdet ihr ausreichend Zeit haben, euch in der Stadt etwas zu Essen zu besorgen oder bringt euch direkt selbst etwas für die Mittagspause mit.

Kommt gerne in gemütlicher Kleidung und bringt, wenn ihr mögt, warme Socken mit. Der Raum ist zum gemütlichen Ankommen bereits ab 9.40 Uhr für euch geöffnet.

Ich freue mich auf euch!

Datum: 28. Januar, 10 bis 16 Uhr
Veranstaltungsort: Frauenzentrum Troisdorf, Hospitalstr. 2, 53840 Troisdorf

(Wechsel auf einen barrierefreien Veranstaltungsort ist möglich)

Leitung: Alexandra Kleinjung- Sozialarbeiterin (M.A.) und Sexualpädagogin (i.A.)

Max. 8 Teilnehmende nach Voranmeldung

Anmeldung bis zum 16. Januar an beratung@frauenzentrum-troisdorf.de

oder unter 02241-72250



POLITIK

Aus der Arbeit der Parteien CDU

„EUpdate - Leben und Lernen in Europa!“

Europa in Köln sichtbar machen

„Mit den bundesweiten Europa-woche leisten die Länder einen wichtigen Beitrag zur Förderung des Europagedankens, sie initiieren Projekte und Aktionen und vermitteln in zahlreichen Veranstaltungen regionale Europabzüge. Im Rahmen eines Wettbewerbs ruft auch Nordrhein-Westfalen auf, Europa mit innovativen Projekten erleb- und erfahrbar zu

machen“, so der Kölner CDU-Landtagsabgeordnete Florian Braun zu der nun möglichen Bewerbung für die Europawoche 2023.

Für den Wettbewerb in Frage kommen Projekte, die einer möglichst großen Zahl von Menschen zugänglich sind, eine große öffentliche Resonanz erfahren und im Rahmen der Europa-

woche 2023 in Nordrhein-Westfalen stattfinden. Teilnahmeberechtigt sind Kommunen, Vereine, Verbände, Schulen, Hochschulen, Einrichtungen und Institutionen.

Im kommenden Jahr wird erstmals der Zeitraum der jährlich bundesweiten Europawoche verlängert. Ab dem Jahr 2023 findet die Europawoche den ganzen Mai

statt, beginnend mit dem 30. April. Prämierte Projekte werden mit einer Geldprämie von bis zu 3.000 Euro statt wie bisher 2.000 Euro honoriert.

Die Frist zur Einreichung der Bewerbungen endet am 22. Januar 2023. Die aktuelle Ausschreibung sowie weitere Informationen zum Wettbewerb finden Sie unter:

<https://mbei.nrw.de/europawoche>
Stefan Götz

Evangelische Gottesdienste

- Sonntag, 8. Januar**
9.30 Uhr -
Johanneskirche Gottesdienst
9:30 Uhr -
Pauluskirche Gottesdienst
11 Uhr - Lukaskirche Gottesdienst
11 Uhr -
Hoffnungskirche Gottesdienst
11 Uhr - Markuskirche
Gottesdienst mit Abendmahl
- Mittwoch, 11. Januar**
17.15 Uhr - Johanneskirche
Taizé-Andacht
18 Uhr - Markuskirche
Abendgebet mit Abendmahl
19 Uhr - Lukaskirche Glocken-
läuten und Gebet für den Frieden
Donnerstag, 12. Januar
19 Uhr - Pauluskirche Abendan-
dacht mit Glockengeläut



*Einschlafen dürfen, wenn man das Leben
nicht mehr selbst gestalten kann,
ist der Weg zur Freiheit und ein Trost für alle.*
Hermann Hesse

In Liebe und Dankbarkeit nehmen wir Abschied von

✝ **Günter Knappe**
* 13. Dezember 1935 † 16. Dezember 2022

**Uwe und Ulrike
mit
Mareike und Fabio
Stefan und Valerie
Jürgen und Jacqueline
mit
Simon
Gabi**

Trauerhaus Familie Knappe
c/o Bestattungshaus Schweitzer, 51143 Köln, Hauptstraße 389
Die Trauerfeier und die Urnenbeisetzung werden am Freitag, den
13. Januar 2023 um 12:00 Uhr auf dem Friedhof in Porz,
Alfred-Nobel-Straße, gehalten.

Das Garde-Korps Köln trauert um

Thomas Esten

*** 06.03.1965 † 19.12.2022**

unser Mitglied Thomas Esten ist am Montag den 19.12.2022 im Alter von 57 Jahren nach schwerer Krankheit verstorben. Thomas war seit 2001 Mitglied in unserem uniformierten Korps und hat sich in dieser Zeit durch sein Engagement als Fahnenträger sowie als Mitglied des Vorstandes für die Gesellschaft verdient gemacht.

Das gesamte Garde-Korps Köln trauert um einen Kameraden und Freund.

Thomas wird in unseren Herzen bleiben.

In Gedanken sind wir bei seiner Familie.



Garde - Korps Köln

KG „Blau-Weiß Zündorf" von 1928 e.V.

**Werner Brommund
Präsident**

*Es gibt Momente im Leben,
da steht die Welt einen Augenblick still
und wenn sie sich weiterdreht,
ist nichts mehr wie es war.*

Traurig, aber in Liebe und Dankbarkeit,
nehmen wir Abschied von meinem geliebten Mann,
unserem Vater, Schwiegervater und Opa



Alwin Runnebaum

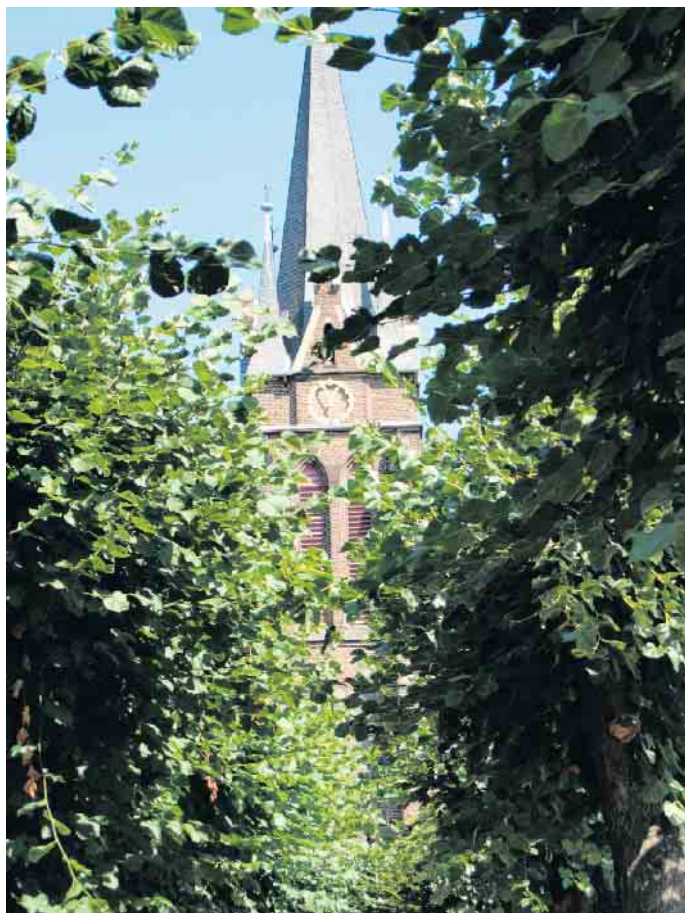
* 30. August 1934 † 26. Dezember 2022

**Gisela
Elke und Michael
Wolfgang und Jutta
Dagi und Rolf**

**Moni
Verena, Dominik, Christian,
Elena, Maike und Jakob
als Enkel**

Trauerhaus Runnebaum
c/o Bestattungshaus Schweitzer, 51143 Köln, Hauptstraße 389

Die Trauerfeier und die Beisetzung werden am Donnerstag,
den 12. Januar 2023 um 10:00 Uhr auf dem Friedhof in
51147 Köln-Porz-Wahn, Siebengebirgsallee, gehalten.



Einschlafen dürfen, wenn man müde ist, und eine Last fallen lassen dürfen,
die man lange getragen hat, das ist eine wunderbare Sache.

Hermann Hesse

Dieter Helm

* 21. Juni 1950 † 27. Dezember 2022

Deine Menschlichkeit war unsere Heimat, deine Liebe unser zu Hause. Diese Heimat und dieses zu Hause wird immer in uns bleiben.

**Angela
Daniel und Tamara
Malte, Annette, Finn und Kimi**

Traueranschrift: Familie Helm c/o Bestattungen Glahn
Frankfurter Straße 226, 51147 Köln

Die Trauerfeier findet am Dienstag, dem 10. Januar 2023, um 14.00 Uhr in der Trauerhalle des Bestattungshauses Glahn, Frankfurter Straße 226, 51147 Köln, statt. Die Urnenbeisetzung im Friedwald Lohmar-Heide ist am Donnerstag, dem 16. Februar 2023, um 13:00 Uhr, Treffpunkt: Friedwald-Parkplatz Franzhäuschen in Lohmar-Heide, Franzhäuschenstraße.

Von Blumen und Kränzen bitten wir abzusehen.



Gottesdienst der Neu- apostolischen Kirche

Die Neuapostolische Kirche Köln-Porz, Humboldtstraße 75, richtet ihre Gottesdienste am Mittwoch um 19.30 Uhr und Sonntag um 10 Uhr aus.

Evangelische Gottesdienste

Gottesdienste der Evangelisch-freikirchlichen Gemeinde (Baptisten) „Die Kleine Kirche“, Friedrichstraße 9, finden sonntags um 10 Uhr statt.



**BESTATTUNGSHAUS
LENARTZ**
Kupfergasse 12
51145 Köln Porz-Urbach
Telefon 0 22 03 / 2 44 29
www.bestattungshaus-lenartz.de



**Diehm^{ex}
BESTATTUNGEN**
*Das einzig Wichtige im Leben sind die Spuren von Liebe,
die wir hinterlassen, wenn wir weggehen.*
Heidestr. 222 · 51147 Köln · Tel. 02203 65522 · www.bestattungen-diehm.de




Schon geteilt?
... oder vertragen Sie sich noch ?
Nach dem Tod eines Menschen stellen sich viele Fragen,
insbesondere bei einer Erbengemeinschaft.
Eine frühzeitige Beratung hilft Konflikte zu vermeiden.
Informieren Sie sich über Ihre Rechte und
die Möglichkeiten der Vorsorge.
**Ute Sonnenschein-Berger
Rechtsanwältin**
Frankfurter Str. 538 · 51145 Köln
Telefon 0 22 03 - 92 28 70 - E-Mail kanzlei@kanzlei-sbbw.de

Katholische Gottesdienste

Gerade Kalenderwoche

Samstag, 17.30 Uhr - Grengel,
St. Mariä Himmelfahrt
Sonntag, 9 Uhr - Libur,
St. Margaretha
Sonntag, 10.30 Uhr - Finkenbergl,
St. Maximilian Kolbe
Sonntag, 10.30 Uhr - Wahnheide,
Christus König
Sonntag, 11.45 Uhr - Ensen,
St. Laurentius
Sonntag, 18 Uhr - Porz-Mitte,
St. Josef

Ungerade Kalenderwoche

Samstag, 17.30 Uhr - Eil,
St. Michael
Sonntag, 9 Uhr - Langel,
St. Clemens
Sonntag, 10.30 Uhr - Urbach,
St. Bartholomäus
Sonntag, 10.30 Uhr - Zündorf,
St. Mariae Geburt
Sonntag, 11.45 Uhr - Wahn,
St. Aegidius
Sonntag, 18 Uhr - Porz-Ost,
St. Fronleichnam



**BESTATTUNGSHAUS
Wiedenau**
• Bestattungsvorsorge
• Tag & Nacht dienstbereit
• Erledigung aller Formalitäten
• Eigene Trauerhalle
Trauerfälle setzen viele Gefühle frei ... wir möchten Ihnen mit
unserer Erfahrung helfen Ihre Gedanken und Wünsche in Einklang zu bringen.
51149 Köln-Porz-Ensen, Elisenstr. 12, Tel. 02203 / 1 55 18



In Köln beheimatet, in
Porz zu Hause.
**Den Menschen bei uns
vor Ort verbunden.**
 **Bestattungshaus
Schweitzer**
☎ **02203 53438**
Hauptstraße 389
51143 Köln
bestattungshaus-schweitzer.de



**Bestattungen
Langel**
seit 1926
Heumarer Straße 16
51145 Köln Porz-Eil
Tel. 02203 / 31139
www.bestattungen-langel.de



**GLAHN
BESTATTUNGEN**
www.bestattungen-glahn.de | 02203/64117
**Das Unsagbare in
Worte fassen.**
Hilfe für Ihre Kondolenz finden Sie
auf unserer Internetseite.
private Trauerhalle | familiärer Abschiedsraum
Frankfurter Straße 226 | 51147 Köln (Porz-Wahn)





Mythos und Realität

Rund um Elektroautos halten sich noch immer einige Behauptungen hartnäckig

Rekordwert bei der Anzahl der Neuzulassungen von Elektroautos in Deutschland: Laut den auf Statista veröffentlichten Zahlen des Kraftfahrt-Bundesamtes (KBA) wurden im Verlauf des Jahres 2021 rund 356.000 Pkw mit reinem Elektroantrieb neu zugelassen. Auch 2022 geht der Trend weiter nach oben. Trotz des Booms halten sich rund um E-Autos einige Mythen hartnäckig:

1. Mythos: E-Autos sind „brandgefährlich“

Alle zugelassenen Autos müssen gesetzlichen Anforderungen entsprechen - daher brennen E-Autos weder häufiger noch schneller als Verbrenner. Hierzu gibt es mittlerweile diverse Studien, auch der ADAC stellte dies zuletzt fest. Verbaute Materialien wie Kunststoffverkleidungen und -abdeckungen im und am Auto erhöhen die Brandintensität. Die Antriebsart eines Autos spielt dabei keine gesonderte Rolle.

2. Mythos: E-Autos haben eine schlechte CO2-Bilanz

Sind E-Autos wirklich klimafreundlicher als Verbrenner? Darüber gibt es immer wieder Diskussionen angesichts der benötigten Ressourcen zur Herstellung der Batterie bis zur Entsorgung des Fahrzeugs. Eine aktuelle Analyse des Bundesumweltministeriums zeigt, dass die Klimabilanz



Die Ladeinfrastruktur für E-Autos ist in Deutschland und dem gesamten mitteleuropäischen Raum inzwischen gut bis hervorragend ausgebaut. Foto: djd/LichtBlick SE

von E-Autos besser ausfällt als die von Verbrennern - um bis zu 70 Prozent.

3. Mythos: Reisen ist schwieriger mit einem E-Auto

Die Ladeinfrastruktur in Mitteleuropa wird in den kommenden Jahren weiter ausgebaut. Vor allem in den Niederlanden, in Skandinavien, Deutschland, Frank-

reich, Österreich und der Schweiz kann man jetzt schon problemlos und schnell laden. Auch Länder wie Italien und Slowenien haben aufgeholt. Allerdings kommt es auch auf die geplante Route an: Am besten orientiert man sich an den Hauptverkehrsachsen und plant die Reise entlang geeigneter Ladepunkte.

Ökostromanbieter wie LichtBlick bieten klimaneutrale Tarife an - damit können Reisende an über 200.000 öffentlichen Ladesäulen in Europa zu einheitlichen Preisen laden.

4. Mythos: E-Autos sind in Anschaffung und Unterhalt überdurchschnittlich teuer

Die Bundesregierung fördert über den Umweltbonus den Kauf von Elektroautos - mit bis zu 9.000 Euro Kaufprämie. Und je nach Erstzulassung des E-Autos werden bis zu zehn Jahre Kfz-Steuer-Befreiung gewährt. Danach gibt es immer noch eine Ermäßigung von 50 Prozent. Vor allem aber hat ein E-Auto weniger verschleiß- und schadensanfällige Teile als ein Verbrenner. Daher sind die Kosten für Wartung und Service im Schnitt 35 Prozent geringer. Und was kaum jemand weiß: Wer ein E-Auto besitzt oder sich neu anschafft, kann dank der THG-Quote eine Prämie von bis zu 345 Euro jährlich kassieren, unter www.lichtblick.de/e-mobilitaet gibt es mit einem Klick auf „THG-Prämie sichern“ weitere Infos. (djd)



Ob zu Hause oder unterwegs: Das Laden des E-Autos sollte mittlerweile kein Problem mehr sein.

Foto: djd/LichtBlick SE



DOPPELT GETANKT – HÄLT LÄNGER

Denn bei uns können Sie nicht nur Ihr Auto auftanken! Unser Cafe lädt Sie zu köstlichen Snacks ein: von süßem Gebäck über frische Ciabattas, bis hin zu herzhaften Schnitzelbrötchen. Dazu bieten wir Ihnen zahlreiche Kaffeevariationen – natürlich aus frisch gemahlenden Bohnen von SIGNOR ROSSI.

Vollmundiger Geschmack, kräftiges Aroma, kompakte goldige Crema, kurz: Kaffeeegenuss wie aus Italien.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Ektra Gremberghoven:
Neuenhofstr. 2
51149 Köln

Wir haben 24h für Sie geöffnet!

Ektra Lind:
Niederlassener Straße 8
51147 Köln

Mo.-Fr. 06.00h - 22.00h
Sa. 07.00h - 21.00h
So. 09.00h - 20.00h

Ausserhalb der Öffnungszeiten steht Ihnen ein Tankautomat zur Verfügung!

www.ektra.de fb.com/ektra.de

Hallo Nachbar.

Mit dem TÜV Rheinland-Team in Porz unbeschwert die schönste Jahreszeit genießen. Nutzen Sie jetzt die Angebote für mehr Sicherheit. Einfach vorbeikommen oder einen Termin vereinbaren unter **0800 8838 8838** oder **www.tuv.com/termin**.

Unsere Serviceleistungen
Hauptuntersuchung inkl. Abgas, Änderungsabnahmen, Prüfung von Gasanlagen, Feinstaubplakette

Prüfstelle Köln Porz-Eil Theodor Heuss-Straße 55 51149 Köln	Prüfstelle Köln Porz-Lind Am Linder Kreuz 53 51147 Köln
--	--

TÜVRheinland®
Genau. Richtig.
www.tuv.com/termin



Hier ist Platz für Ihre Werbung!

Ich erstelle Ihnen ein Angebot.

Rule Mews MEDIENBERATER
Mobil +49 (0) 0157 71 46 23 76
anzeigen@porz-am-montag.de

Online: www.porz-am-montag.de
Social-Media: www.facebook.com/porz-am-montag

Lokales zum Wochenstart

...denn wir sind Porz!

...kommt jede Woche!

Eine **WERKSTATT** ... Alle Marken

Kfz – Wartung & Reparatur

- Inspektion
- Stoßdämpfer, Kupplung, Bremsen
- Auspuff, Reifen, Achsvermessung
- Elektro- und Hybridfahrzeuge
- Elektrik, Elektronik
- Benzin-, Dieseleinspritzung
- HU täglich im Haus
- Glasservice

Mobile Kommunikation

- Car - HiFi
- Navigationssysteme

Klimatisierung

- Klimaanlage-Service
- Standheizung-Einbau / Service

Oldtimer-Service

Neue Eiler Str. 54 · 51145 Köln (Porz-Eil)
Tel. (02203) 35565
www.car-service-breuer.de

ABNEHM-PROJEKT zur Immunstärkung und Senkung des Bauchfettes

Porz-Wahn. Übergewicht ist einer der größten Risikofaktoren für viele Krankheiten, und trotz unzähliger Diätprogramme steigt die Zahl der Menschen mit Gewichtsproblemen weiter an. 55% der deutschen Frauen und 65% der deutschen Männer sind übergewichtig – die Tendenz durch verstärktes Homeoffice ist steigend. Neuste medizinische Forschungen zeigen, dass Übergewicht sogar als einer der Hauptfaktoren für ein schwaches Immunsystem, und Risikofaktor für einen schweren Verlauf bei einer Corona-Erkrankung gilt. Insbesondere das Fett am Bauch und an den inneren Organen wird dafür verantwortlich gemacht.

„Die häufigsten Hindernisse einer Gewichtsoptimierung beruhen auf Unwissenheit und dem nicht Einhalten gewisser Grundregeln. Gefördert wird dieser Effekt noch durch einen Mangel an Bewegung“, so Robert Esser, Ernährungswissenschaftler und Abnehmexperte des INJOY in Wahn.

Das INJOY Köln-Wahn möchte wieder in Zusammenarbeit mit der GfBE (Gesellschaft für Bewegungs- und Ernährungsanalysen) und myline (führendes Abnehmprogramm der Fitnessbranche) beweisen, dass durch gesunde Ernährung und Muskeltraining, neben einem Gesamtgewichtsverlust, auch das viszerale Bauchfett abnimmt und somit auch das Immunsystem gestärkt wird.

Das INJOY Köln-Wahn konnte dafür 50 Plätze für untrainierte Freiwillige, die abnehmen und ihr Immunsystem stärken wollen, bei der GfBE reservieren.



Vier Wochen lang werden die Experten **Yannick Steger** (Fitnesskaufmann/Dipl. Personaltrainer) und



Robert Esser (Ernährungswissenschaftler) die Teilnehmer **zusammen mit dem INJOY Team** durch das alltagstaugliche Abnehmprogramm begleiten.

Zudem erhalten alle Teilnehmer ein persönliches Trainingsprogramm, um das größte fettverbrennende Organ des Körpers, die Muskeln, zu aktivieren. „Kalorien durch richtiges Muskeltraining verbrennen, anstatt immer weniger zu essen bedeutet, in kurzer Zeit (nur 2 – 3 Std. pro Woche)

ein Maximum an Energie zu verbrauchen, um den Stoffwechsel dauerhaft zu beschleunigen. Die Folge: Anstatt beim Abnehmen weniger zu essen ist dadurch mehr essen möglich!“ so Yannick Steger.

„Ernährung, Aktivität und das Mindset, sind die top Erfolgsfaktoren, sein Wohlfühlgewicht nachhaltig zu etablieren. Dabei wollen wir behilflich sein“, so Robert Esser.

Das Körpergefühl und die Gesundheit verbessern sich nachweislich in vier Wochen:

„Man kann in dieser Zeit zwischen vier und sechs Kilo abnehmen. Das Körperfett, besonders das viszerale Bauchfett, der Cholesterinspiegel und der Blutdruck können sich innerhalb dieser Zeit regulieren, das Wohlbefinden verbessert sich und sogar kleine „Wehwehchen“ an Rücken, Nacken, Gelenken etc. können verschwinden.“

Der Selbstkostenpreis für das **Abnehm-Projekt**, inklusive 4 Wochen Training im INJOY Köln-Wahn, Körperanalyse, dem Erfolgsprogramm zum Abnehmen und dem Buch „Immunpower für deine Gesundheit“ beträgt nur 69 €.

Interessierte sollten gleich zum **Telefonhörer greifen** und sich im **INJOY Köln-Wahn** unter der Nummer: 02203-67852 bewerben.

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt!



Albin-Köbis-Straße 3 · 51147 Köln-Wahn · info@injoy-koeln.de · Tel. 02203-67852 · www.injoy-koeln.de

BUNDESWEITES ABNEHM-PROJEKT

AKTIVES ABNEHMEN ZUR IMMUNSTÄRKUNG

WIR SUCHEN:

50 TEILNEHMER die an unserem Abnehm-Projekt zur Immunstärkung und Senkung des Bauchfettes teilnehmen möchten.

Einmalige Studiengebühr: **69 €** oder wählen Sie Ihr nachhaltiges Angebot.

SIE ERHALTEN:

- ✓ **Gesundheitsanalyse & Bestimmung Ihres biologischen Alters** (Körperfett, viszerales Bauchfett, Wasser, Muskeln, Gewicht) am Anfang und am Ende der Studie
- ✓ **4 Wochen Training** mit Einweisung in ein Stoffwechseltraining zur Fettverbrennung durch unsere Fachtrainer
- ✓ **4 spannende Studienvideos** zu den Themen:
„Dauerhaft abnehmen“
„Wirkung des viszeralen Bauchfettes auf das Immunsystem“
„Der Darm das Nr. 1 Immunzentrum“
„Muskeltraining – der Impfstoff des Immunsystems“
- ✓ inkl. **Studienbegleitheft** mit Rezepten zum Abnehmen
- ✓ inkl. **gebundenes Buch** „Immunpower für deine Gesundheit“ im Wert von 14,90 €

MEHR INFORMATIONEN:

Bitte rufen Sie an und bewerben Sie sich um die stark begrenzten Teilnehmerplätze unter:

☎ **0 22 03 - 6 78 52**



Albin-Köbis-Straße 3 · 51147 Köln-Wahn · info@injoy-koeln.de · Tel. 02203-67852 · www.injoy-koeln.de

Die nächste Ausgabe erscheint am:
Samstag, 14. Januar 2023
Annahmeschluss ist am:
11.01.2023 um 10 Uhr

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

IMPRESSUM

PORZ AM MONTAG

HERAUSGEBER, DRUCK UND VERLAG

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

V.i.S.d.P. Redaktioneller Teil:
Bianca Breuer und Christoph de Vries
Verantwortlich f. d. Anzeigenteil:
Dunja Rebinski

ERSCHEINUNG wöchentlich

V.i.S.d.P. FÜR DIE RUBRIK

· Politik

CDU Stefan Götz

SPD Pascal Pütz

FDP Sylvia Laufenberg

Bündnis 90 / Die Grünen Markus Politz

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

Handhabung für unverlangt hereingegebene Pressematerialien

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

KONTAKT

MEDIENBERATER

Rule Mews

Mobil 0157 71 46 23 76

anzeigen@porz-am-montag.de

REPORTER

Lars Gollnitz

redaktion@porz-am-montag.de

Sascha Thelen

redaktion@porz-am-montag.de

VERTEILUNG

Regio Presse Vertrieb GmbH

mail@regio-pressevertrieb.de

regio-pressevertrieb.de

SERVICE

Fon 02241 260-112

service@rautenbergberg.media

REDAKTION

Fon 02241 260-250 /-212

redaktion@rautenbergberg.media

RAUTENBERG MEDIA ONLINE

rautenbergberg.media

facebook.de/rautenbergbergmedia

twitter.de/rautenbergbergmedia

instagram.de/rautenbergberg_media

vimeo.com/rautenbergbergmedia

ZEITUNG

porz-am-montag.de/e-paper

unserort.de/koeln_porz

SHOP

rautenbergberg.media/anzeigen

LOKALER GEHT'S NICHT

Für Nordrhein-Westfalen publiziert Rautenberg
Media über 80 Städte- und Gemeinde-
zeitungen. Die Zeitungsartikel mit Bildmateri-
al erscheinen auch unter unserort.de, der Social-
Media-Plattform von Rautenberg Media.



- ZEITUNG
- DRUCK
- WEB
- FILM

PRIVATE & GESCHÄFTLICHE KLEINANZEIGEN

ONLINE BESTELLEN

www.rautenbergberg.media/kleinanzeigen

Angebote

Tiere

Hunde

Exklusive und anspruchsvolle Tier-Fotografie

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

Verschiedenes

Sonstiges

BIETE gÄ%nstig

Metall- und Schlosserarbeiten sowie
Reparaturservice an.
Tel. 0 22 42 - 96 98 364

Gesuche

An- und Verkauf

Achtung! SeriÄ%se Dame sucht:

komplette HaushaltsaufÄ%llung,
Rollatoren, HÄ%lgerÄ%te, Porzellan,
Armbanduhren, Orientteppiche,
Schmuck, Essbesteck, Zahngold,
MelitÄ%ria 1. + 2. Weltkrieg, Streich-
instrumente. Tel. 0177/7381279, Fr.
Kopenhagen

Achtung seriöser Ankauf

von Pelzen aller Art, zahlen 300 - 3.500 Euro
in bar. Kleidung, Näh-/Schreibmaschinen,
Porzellan, Bilder, Teppiche, Puppen, Jagd-
trophäen, Mode-/ Goldschmuck, Zinn, Schall-
platten, Rolex Uhren, Bibeln.
Bieten gerne kostenlose Hausbesuche an.
0178/2913248 Fr. Hartmann

Sammler

Sammler SUCHT alles an:

alten MilitÄ%rsachen, Papiere, Auswei-
se, Urkunden, Soldatenfotos oder Al-
ben, Helme, Orden, Dolche, SÄ%bel,
Dekowaffen etc. Einfach alles anbie-
ten unter: Tel. 0177/8695521



AUTO & ZWEIRAD

Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen

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

Familien

ANZEIGENSHOP



shop.rautenbergberg.media

KLEINANZEIGEN
PRIVAT & GESCHÄFTLICH
ONLINE BESTELLEN

rautenbergberg.media/kleinanzeigen

Ihre private*
KLEINANZEIGE

bis 100 Zeichen

in dieser Zeitung

ab 6,99€

*gewerbliche Kleinanzeige ab 13,99 €

02241 260-400 Telefonische Beratung

RAUTENBERG MEDIA



DIENTSTLEISTUNG

Gardinen-Pflege – nur vom Fachmann –

schnell • sauber • preiswert -

NEU!

Tel.: 02241 - 42 882

NEU!

Reinigung von Plissees, Lamellen & Flächenvorhängen



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.rautenbergberg.media/film/produktfotos



Privatverkauf in 51143 Langel

3 Familienhaus in Langel ca. 254m² Wohnfläche.
Grundstück ca. 796m², Terasse ca. 36m², Keller
und sonstige Nebenräume. Energieausweis
vorhanden.

Kontakt: guenter.kistenberger@t-online.de

Telefon 0162 651 9898



neu

Familien ANZEIGENSHOP

RAUTENBERG
MEDIA

15.07.30 • 56 cm • 3.350 g

Natascha

ist da!

Herzlichen Dank für die guten Glückwünsche anlässlich der Geburt unserer Tochter!

Musterha... im Juli 2030

Die Ni...

FGB 20-13
43 x 90 mm
ab **18,00***

Liebe Franziska,

zu Deinem ersten
Schwulsttag Wünsch:
Wir Dir einen
rollen Start.

Alles Liebe
Mama, Papa
und Pat...

Kinderw... im Juli 2030

F 68-06
43 x 45 mm
ab **9,00***

F597
90 x 50 mm
ab **20,50***

Herzlichen
Löhme, im Dezember 2030

für
die vielen
Glückwünsche und
Geschenke zu unserer

Hochzeit.

Wir haben uns sehr
darüber geteilt.

**Horst und
Sabine Meyershagen**

Ja

**Frederique
Mustername
& Jonathan
Mustermann**

Am 12. März 2030 trauen
wir uns um 12:30 Uhr in der
St. Musterhans Kapelle
in Musterhausen.

Die Fohrbachzeit findet am
17. März 2030
in der Musterstraße 12
in Musterhausen statt.

Es gibt Menschen,
die durch nichts zu ersetzen sind.
Es bleiben die Worte, wenn diese
Mensch seinen letzten Weg geht.

DANKSAGUNG

Für die wohlthuenden Beweise der
Anteilnahme beim Tode meines
geliebten Vaters, unseres
Schwiegevaters und Großvaters.

Michael Muster

sprechen wir unseren Dank aus.

Im Namen aller Angehörigen
Gisela Musterfeld (geb. Muster)

Das Sechswochenmahl halten wir am 18.09.2030
um 18:30 Uhr in der Musterstraße 12 in Musterhausen.

TD 12-12
90 x 90 mm
ab **110,00***

FS 06-13
43 x 60 mm
ab **12,00***

Abitur

uper...
...du hast es geschafft

Lieber Tim-Lukas,
herzlichen Glückwunsch!

Deine Eltern
Marianne & Klaus-Peter
Mustermann

Musterhausen, im Juli 2030

WOHNUNG!

Moderne Maisonette-Wohnung,
3 1/2, 125 qm, 2 Parkstellplätze, Fuß-
bodenheizung, großer Balkon, gut
ge, komplett neu renoviert, gut
geschuldet, zentrumsnah, Küche
kann übernommen werden.
Für 820 € Kältemiete zu vermieten.
Tel. 02241-123456

K03_15
43 x 30 mm
ab **6,00***

FH 06-13
43 x 120 mm
ab **24,50***

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

Online Familien-Anzeigen: für alles was wirklich zählt!

shop.rautenberg.media



Die Stimme des Sports

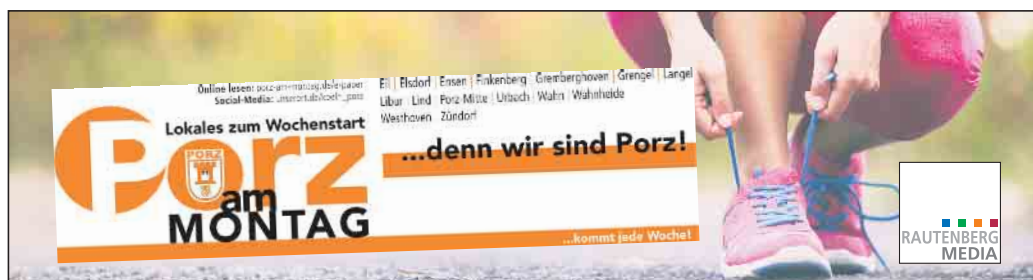
Neue Weiterbildung Sportkommunikation

Die Sportkommunikation gehört zu den spannendsten Berufsfeldern des Sportbusiness. Viele junge Menschen wollen nah am Spielgeschehen sein und

Reporter, Kommentator, Social-Media-Experte oder Videojournalist im Fußball werden. Allerdings: Nur wer das Geflecht aus Sport, Medien und

Wirtschaft durchschaut, kann durch gelungene Kommunikation über die geeigneten Kanäle Positives für sich, seinen Verein, seinen Verband oder seine

Marke erreichen. Das IST-Studieninstitut bietet jetzt eine neue Weiterbildung an, in der sich Interessenten berufsbe-
gleitend zum Kommunikations-
profi weiterbilden können.



Wir suchen **AUSTRÄGER/*/INNEN**

jeden Alters für PORZ AM MONTAG in

- ☐ Elsdorf
 - ☐ Ensen/Westhoven
 - ☐ Gremberghoven
 - ☐ Lind
 - ☐ Porz-Zentrum
 - ☐ Urbach
 - ☐ Wahnheide
 - ☐ Langel
 - ☐ Zündorf
 - ☐ allen Ortsteilen als
Urlaubsvertretung
für alle Schulferien

Sie verteilen HIER, in Ihrem Wohngebiet

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

Wir freuen uns auf Sie, bewerben Sie sich jetzt

► regio-pressevertrieb.de/bewerbung

oder unteren Abschnitt in DRUCKBUCHSTABEN ausfüllen und senden an:

REGIO PRESSE VERTRIEB GmbH · z. Hd. Herrn Falk · Kasinostraße 28-30 · 53840 Troisdorf
FON 02241 260-380 · E-MAIL mail@regio-pressevertrieb.de

**Gerne per
WhatsApp**



+49 2241260380



**oder mit diesem
QR-Code
bewerben!**

AUSTRÄGER/*/INNEN für PORZ AM MONTAG in

- ☐ **Elsdorf**
☐ **Urbach**
☐ **allen Ortsteilen als Urlaubsvertretung für alle Schulferien, bitte Wunschort(e) angeben:**
- ☐ **Ensen/Westhoven**
☐ **Wahnheide**
- ☐ **Gremberghoven**
☐ **Langel**
- ☐ **Lind**
☐ **Zündorf**
- ☐ **Porz-Zentrum**

An
REGIO PRESSE VERTRIEB GmbH
Herr Falk
Kasinostraße 28-30
53840 Troisdorf

.....
Name, Vorname

.....
Straße Hausnummer

.....
PLZ, Ort

.....
Telefon (für evtl. Rückfragen) / Geburtsdatum

.....
F-Mail



Praktische Einblicke

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

Berufsbegleitend weiterbilden

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

Nochmal durchstarten mit 50 plus

Erfahrene Bewerber sollten bei der Jobsuche ihre speziellen Stärken ausspielen

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

Erfahrung wird in Unternehmen geschätzt

Haben ältere Bewerber grundsätzlich schlechtere Karten? Dieses Vorurteil gilt schon lange nicht mehr: „Viele Unternehmen schätzen die langjährige Expertise der Arbeitnehmer aus der Generation 50 plus und setzen bewusst auf altersgemischte Teams“, sagt Andrea Wolters, Marketingvorstand der Adecco Group in Deutschland. „Jeder Bewerber sollte sein Fachwissen selbstbewusst in den Vordergrund stellen, ohne aber damit zu prahlen.“ Wichtig sei es zudem, sich offen zu zeigen für lebenslanges Lernen. Dies kann sich etwa in der Bewerbung mit dem Nachweis von Fort- und Weiterbildungen widerspiegeln.

Zudem sollten Bewerber nachvollziehbare Gründe für den Jobwechsel benennen. Auf Kritik an Arbeitskollegen oder ehemaligen Vorgesetzten sollte man dabei tunlichst verzichten, sondern stattdessen deutlich machen, dass man sich neue Kenntnisse aneignen möchte oder sich mehr Verantwortung und Entwicklungsmöglichkeiten wünscht. „Diese Gründe zeigen, dass der Bewerber bereit ist, an sich zu arbeiten“, so Andrea Wolters. Eine gute Idee sei es auch, aktiv auf Unternehmen zuzugehen und Initiativbewerbungen zu versenden. Viele Firmen würden über Mentoring-Programme oder ähnliche Projekte verfügen, über die ältere Mitarbeiter ins Unternehmen eingegliedert werden.

Zeitarbeit als Sprungbrett

Eine Option, die bei der Jobsuche mit 50 plus häufig noch unterschätzt wird, ist die Zeitarbeit. Dabei kann sie ein gutes Sprungbrett ins Unternehmen sein. Die vermittelten Tätigkeiten sind anspruchsvoll und werden in der Regel nach Tarif bezahlt. Die Zahl älterer Arbeitnehmer, die beispielsweise die Adecco Group vermitteln konnte, hat sich in den letzten Jahren verdreifacht. Rund 60 Prozent von ihnen erhalten einen Anschlussvertrag und kommen damit wieder langfristig in ein Beschäftigungsverhältnis.

KARRIERE

Insbesondere in Gesundheitsberufen, im Handwerk und in der Sozialarbeit sind durch den demografischen Wandel und den akuten Fachkräftemangel Eng-

pässe zu erwarten. Für die Generation 50 plus liegt darin die Chance, der Karriere durch einen Jobwechsel neuen Schwung zu verleihen. (djd)



Wir suchen mobile SPRINGER/* /INNEN als Zeitungszusteller/*/in

jeden Alters für ALLE ORTSTEILE

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

Wir freuen uns auf Sie, bewerben Sie sich jetzt

> regio-pressevertrieb.de/bewerbung
> oder unteren Abschnitt in DRUCKBUCHSTABEN ausfüllen und senden an:
REGIO PRESSE-VERTRIEB GmbH · z. Hd. Herrn Falk · Kasinostraße 28-30 · 53840 Troisdorf
FON 02241 260-380 · E-MAIL mail@regio-pressevertrieb.de

Gerne per WhatsApp

01577-2051704


oder mit diesem QR-Code bewerben!

Die Bäckerei Hardt steht als traditioneller Meisterbetrieb seit 1931 für eine Vielfalt täglich offener Backwaren. Als mittelständischer familiengeführter Handwerksbetrieb vereinen wir Handwerkskunst mit moderner Technik in über 30 Bäckerei-Fachgeschäften im Raum Köln / Bonn / Rhein Sieg- Kreis.

Wir suchen ab sofort

Bürofachkraft (m/w/d)

für unsere Verwaltung in Vollzeit
in der Niederkasseler Str. 31 in 51147 Köln im Gewerbegebiet Lind

Ihr Aufgaben:

- Auftragsbearbeitung
- Rechnungskontrolle
- Telefondienste
- Ggf. Einkauf
- Filialverwaltung
- Ihren Fähigkeiten/ Qualifikationen entsprechender Ausbau des Aufgabengebietes

Ihr Profil:

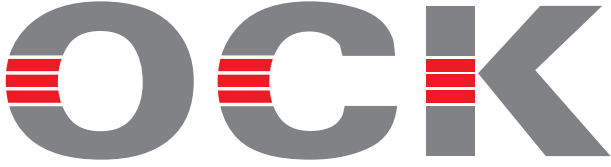
- Abgeschlossene kaufmännische Ausbildung, ggf. vergleichbare Qualifikation
- Ggf. Fachkenntnisse aus Einzelhandel und/oder Handwerk
- Gute MS-Office Kenntnisse
- Zuverlässigkeit und Verantwortungsbewusstsein
- Teamorientierung und Kommunikationsstärke
- Freundlichkeit und Hilfsbereitschaft

Es wird eine abwechslungsreiche Arbeit und eine attraktive Vergütung in einem soliden Unternehmen mit familiärer Atmosphäre geboten.

Sind Sie interessiert? Dann senden Sie uns Ihre vollständigen Bewerbungsunterlagen bitte postalisch oder gerne online zu: heinke@baeckerei-hardt.de

Wir freuen uns Sie kennen zu lernen.





ab 2023 auch in Köln-Porz

Wir sind eine überörtliche orthopädische Gemeinschaftspraxis mit Standorten in Köln und Pulheim und suchen für unseren neuen Standort in Köln-Porz Mitarbeiter/innen:

- Medizinische Fachangestellte (MFA)
- Auszubildende zur MFA
- Rezeptionist(in) / Telefonist(in) (gerne auch Quereinsteiger(in))

Wir bieten optimale Arbeitsbedingungen, Zusatzleistungen wie z.B. Job-Ticket und ein besonders nettes Team.

Bewerbung bitte an : OCK
Aachener Str. 557B | 50933 Köln
info@oc-koeln.de

OCK ORTHOPÄDIE | CHIRURGIE | KÖLN

NOTDIENSTE

WIR SIND RUND UM DIE UHR FÜR SIE DA!



110 POLIZEI
112 FEUERWEHR



pflegerat[®]

pflegen. geben. leben.

SICHERN SIE SICH BIS ZU 480,- €*

pflegerat[®] – ein Service Ihrer Apotheke.
Gute Beratung, umfassende Hilfe und alles, was Ihnen die Pflege leichter macht.

LEUGERMANN
Apotheken

* § 40 Abs. 2 SGB XI: Die Aufwendungen der Pflegekassen für zum Verbrauch bestimmte Pflegehilfsmittel dürfen monatlich den Betrag von 40 Euro nicht übersteigen. Die Leistung kann auch in Form einer Kostenersatzung erbracht werden.

Garten- & Landschaftsbau

Pflege & Instandhaltung • von Garten- & Grünanlagen • Erd- und Pflanzarbeiten • Zaunbau & Sichtschutz • Winterdienst •

• Garten Neu- & Umgestaltung • Pflaster- & Plattierarbeiten • Beratung & Planung • Natursteinarbeiten • Pflegearbeiten

HOFFMANN GREENS

Hoffmann Greens
Inh. Ulf Hoffmann
Akazienweg 14
51147 Köln

Green Dreams & Rock Stars

Telefon: 02203 2968517
Fax: 02203 2968518
Mobil: 0163 4714631
Email: info@hoffmann-greens.de

KRANKEN-PFLEGE

aus kompetenter Hand

AMBULANTE KRANKENPFLEGE HAMACHER GMBH

Schubertstr. 58–58 a • 51145 Köln
☎ 02203 977 23-0

Norbert Pluchino

Dachdeckermeister

AZUBI (M/W/D) GESUCHT

0 22 03 / 3 44 36

info@pluchino-porz.de

APOTHEKEN-NOTDIENST

Apotheken-Notruf 0800 00 22833

Notdienstbezirk: Poll, Porz, Eil, Wahn, Grengel, Ensen, Wahnheide, Zündorf, Urbach, Gremberghoven, Finkenbergl, Langel, Lind, Westhoven

- Samstag, 7. Januar**
Apotheke 1 plus
Frankfurter Str. 589, 51145 Köln (Porz-Eil), 02203/935430
- Sonntag, 8. Januar**
Apotheke im Heidecenter
Guntherstr. 82, 51147 Köln (Wahnheide), 02203/61482
- Montag, 9. Januar**
Rather Burg-Apotheke
Rösrather Str. 597, 51107 Köln (Rath), 0221/864051
- Dienstag, 10. Januar**
Engel Apotheke
Poststraße 111-113, 53840 Troisdorf, 02241/75499
- Mittwoch, 11. Januar**
Elefanten-Apotheke
Freiheitsstr. 2, 53842 Troisdorf (Spich), 02241/41365
- Donnerstag, 12. Januar**
Humboldt-Apotheke
Konrad-Adenauer-Str. 40, 51149 Köln (Finkenbergl), 02203/34618
- Freitag, 13. Januar**
Elefanten-Apotheke
Hauptstraße 309, 51143 Köln (Porz), 02203/1022480
- Samstag, 14. Januar**
Anno Apotheke
Frankfurter Str. 703, 51107 Köln (Ostheim), 0221/891642
- Sonntag, 15. Januar**
Rosen-Apotheke
Auf der Ruhr 86, 50999 Köln (Weiß), 02236/61731

Angaben ohne Gewähr

116 116:
Wer kennt diese Nummer?
Der positive Trend hält an: Fast 40 Prozent der Bundesbürger geben an, den Sperr-Notruf 116 116 zu kennen, so die neuesten Ergebnisse der aktuellen Marktforschung. Somit ist der Bekanntheitsgrad der 116 116 in den letzten vier Jahren um neun Prozent gestiegen. Wie schon in den Vorjahren zeigt sich, dass Menschen mit zunehmendem Alter eher vertraut sind mit dem Sperr-Notruf. Allerdings wird durch die Umfrage auch klar, dass manche den Sperr-Notruf 116 116 weiterhin nicht von der Rufnummer 116 117, der Kassenärztlichen Vereinigung, unterscheiden können. Zahlungskarten wie girocards oder Kreditkarten, Personalausweise, Online-Banking und SIM-Karten - all diese können über die 116 116 gesperrt werden. Für Verbraucher ist die Nutzung des Sperr-Notrufs unkompliziert, denn eine Registrierung

oder Anmeldung ist nicht nötig. Der Service ist zudem kostenlos, ein Anruf bei der 116 116 aus dem deutschen Festnetz ist gebührenfrei, aus dem Mobilnetz und aus dem Ausland können Gebühren anfallen. Wer möchte, kann sich auch die kostenlose Sperr-App herunterladen: Hier können die Daten der Zahlungskarten sicher gespeichert und girocards direkt aus der App gesperrt werden, sofern das teilnehmende Institut Zugang durch diese Applikation gewährt.

• **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

ÖRTLICHE NOTDIENSTE

- Polizeistation Porz**
0221/229-5633

Kinderärztliche Notfallpraxis am Krankenhaus Porz am Rhein
02203/9801191

Notruffax für Gehörlose
0221/229-2290

Ärztlicher Notdienst Porz am Krankenhaus Porz am Rhein
116 117

Bundeswehr Standortarzt
02203/9083584
- Notfall bei Strom, Gas, Wasser**
0221/34645-600

Kölner Tierarztnotdienst
www.koelner-tieraerztenotdienst.de

Notruf und Beratung für vergewaltigte Frauen / Frauen gegen Gewalt e.V.
0221/562035

Krankentransport Feuerwehr Köln
0221/745454

Schiedspersonen für Porz

- Ensen, Gremberghoven, Poll und Westhoven**
Schiedsamt 71
Volker Neumann
Tel.: 0160 2625477
E-Mail: Schiedsamt71@klare-sprache.de

Eil, Elsdorf, Porz und Urbach
Schiedsamt 72
Prof. Dr. h.c. Haksun Gülçiçek
Tel.: 02203/8096430
- oder 0171/1180122
E-Mail: Schiedsamt.Porz@gmail.com

Grengel, Langel, Libur, Lind, Wahn, Wahnheide und Zündorf
Schiedsamt 73
Peter Alsbach
Tel.: 0152 37794767
E-Mail: peter.alsbach@schiedsmann.de



ALLGEMEINE NOTDIENSTE

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

GELD-ABZOCKER

Seien Sie KLÜGER als die BETRÜGER!
Geben Sie kein Bargeld an angebliche Polizist*innen oder Ihnen unbekannte Personen (Arzt, Notar...). Lassen Sie sich **telefonisch nicht bedrängen, Bargeld zu geben**, zum Abholen bereit zu legen oder Geld zu überweisen. **In solchen Fällen bitte die 110 wählen** und die Polizei informieren!

IHR EIGENTUM IN KÖNIGLICHEN HÄNDEN

Hausmeisterdienste
Rundum gut betreut

24/7 Notdienst
rund um die Uhr

Gartenservice
Voller rundum Service

Gebäudereinigung
Mehr als sauber

SVEN
KÖNIG
Hausmeisterservice
& Gebäudereinigung

Mobil: 0151 11 4000 30 • post@hms-koenig.de
www.hms-koenig.de

sanitherm

Peter Schumacher GmbH

Heizungsstörung
Rohrbruch · Kanalverstopfung

24-Stundennotdienst
(0 22 03) 9 35 24 10

Fuggerstraße 20 · 51149 Köln (Porz)
zentrale@sanitherm.de · www.sanitherm.de

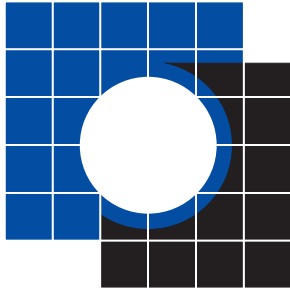
PLAMECO
SPANNDECKEN

morgen schöner wohnen

Plameco live erleben:
Dienstag & Freitag
immer von
14.00 - 18.00 Uhr

Plameco-RheinSieg
Gregor Blechinger
Frankfurter Str. 493
51145 Köln Porz-Urbach
☎ +49 2203 - 9655044 | plameco.de

Ferlmann



GmbH & Co. KG

FLIESEN

Meisterbetrieb

professionelle
badplanung & ausführung

... alles mit einem Ansprechpartner



◆ persönliche Beratung ◆ Alles aus einer Hand
◆ feste Termine ◆ schnelle Angebote

Hansestraße 39 • 51149 Köln • Fon. (02203) 89887-0
Fax. (02203) 89887-11 • www.ferlmann.de