

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

...denn wir sind Porz!

Lokales zum Wochenstart

Porz am Montag

07. Januar 2023 - Woche 1

AUCH 2023 IHR TEAM VON

AKS PARTNER
IMMOBILIEN



...kommt jede Woche!



Junkersdorf
Hören und Sehen



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

BOCCIA®
TITANIUM

EBEL

SEIKO

ATELIER Süß
Manufaktur für Schmuck

Gilgastr. 37 | 51149 Köln | 02203 15044

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

Folgen Sie uns [Facebook](#) / [Instagram](#) @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 81089 · 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,- €*

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

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

AKS PARTNER
IMMOBILIEN

...für die schönste Seite vom Rhein!

AKS Partner
Immobilienengesellschaft mbH
Frankfurter Straße 632
51145 Köln-Porz
Telefon 02203 935970
www.aks-partner.de • [Facebook](#)



MONTAGSFOTO

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 auf die Wirkungsweise der Abdichtungsprodukte „Die Druckwasserprofis“

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.

Online lesen: www.porz-am-montag.de
Social-Media: [Facebook](#) | [Twitter](#) | [Instagram](#)

Lokales zum Wochenstart

Porz am MONTAG

El | Eschel | Felsen | Friesberg | Grünberghoven | Gründel | Langsdorf | Lind | Porz-Mitte | Ulrich | Wahn | Wehldeick | Westhoven | Zündorf

...denn wir sind Porz!

Kommst jede Woche!



MEDIENBERATER
Rule Mews

FON 02241 260-418

FAX 02241 260-139

MOBIL 0157 71462376

anzeigen@porz-am-montag.de

Lokales zum Wochenstart

Porz am MONTAG

...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 Traumabehandlung an der Grundschule Porz-Mitte, zudem viele weitere Neuigkeiten und Geschichten aus dem Stadtbezirk Porz.

Foto: Göllnitz



GÖRMAR Sonnenschutz-
Rolladen und Tortechnik www.goermar.de

Rolladen **Markisen** **Terrassendächer**
Jalousien **Insektenbeschutz** **Garagentore**

Wir haben wieder Winterpreise auf
Markisen in allen Ausführungen
Neubespannungen
Insektenbeschutz

INSEKTEN SCHUTZ
NEHER

ERHARDT® MARKISEN
Mehr. Freude. Leben. Zuhause.

Hauptstr. 409 / 51143 Köln /
Tel: 0220354996 / info@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 könnte. „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



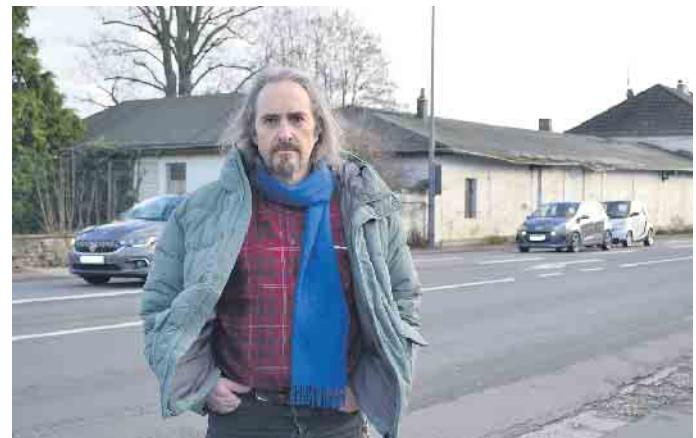
Im Juli 1933 wurde das Lager Hochkreuz, damals illegal, eingerichtet. Später wurde es gewerblich genutzt.

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 Campingausstattung 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 erhaltenwert 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 widerrufen 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

Strüssjerkall **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 Berenkoub 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



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 Närrischer Laurentius bei Hören und Sehen Junkersdorf, Gilgastraße 39, um 12 Uhr eröffnet. Um 15 Uhr feiern die Blau-Weißen Funken Wahn ihren Wieverklaaf im Elzhof. Ab 15 Uhr findet zudem die Mädchensitzung der Rezag im eigenen Festzelt an der Poststraße statt.

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

jahrsempfang im Gasthaus Makedonia, Wilhelmstraße 11-13, ab 11:11 Uhr aus. Um 16 Uhr findet die Prinzenproklamation des Kinderdreigestirns im Elzhof 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 in den am **20. Januar ab 16 Uhr** auf zum Karneval in Unterafforbach 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!

<p>KIRSCHKUCHEN MIT BUTTERSTREUSELN 1.700 g</p>	<p>HIGHLIGHT <i>des Monats</i></p> <p>JOGHURT-EXOTIC-'SCHNITTE 2.000 g 12 Portionen</p>	<p>PFIRSICH-RAHM-KÄSE-TORTE 2.400 g 14 Portionen</p>
<p>SCHOKOTORTE 1.450 g</p>	<p>APPLE-CASSIS-CAKE 1.170 g 12 Portionen</p>	

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)

Erlenbacher
Passion & Kuchen seit 1973

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.

www.erlenbacher.de

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

Rathaussaal Porz
 Veranstaltungen im
 Bezirksrathaus Porz

KABARETTABO

- Wilfried Schmidkler **24.03.23**
- Nicole Jäger **05.05.23**
- Anna Mateur **23.09.23**
- Florian Schroeder **20.10.23**
- Anny Hartmann **08.12.23**

88€ über Bürgeramt Porz
 99€ über kölnticket

THEATERABO

- Schuhe 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.rathaussaal-porz.de
 alle Karten unter

kölnticket Hotline 0221 &
 2801

Telefon 0221 / 221-97333

 **Stadt Köln**



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 Kriegsgeräte. 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: enqooze)



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

Coole 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, Strand (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 l TSI OPF 81 kW (110 PS) 6-Gang, Ausstattung: Lackierung: Ascotgrau, Anhängevorrichtung, „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, Telefon-schnittstelle, Innenspiegel automatisch abblendend, LED-Plus-Scheinwerfer, Regensor, Fahrprofilauswahl u.v.m.

einmalige Sonderzahlung:

EUR 2.999,00¹

Jährliche Fahrleistung:

10.000 km

Laufzeit:

36 Monate

monatliche Leasing-Rate ohne Dienstleistungen

EUR 229,00¹

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, Gifhorner Str. 57, 38112 Braunschweig. **Bonität vorausgesetzt.** Bildliche Darstellungen können vom Auslieferungsstand unwe sentlich 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:



CALVIN KLEIN



JAEGER-LECOULTRE



RADO



TISSOT
Swiss Watches since 1853



MIDO



LONGINES



BAUME & MERCIER



IWC



OMEGA

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



Seit 1908
Lindenbergs
„mein Juwelier!“
TRAURINGSTUDIO
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



BEDACHUNGEN
Michael Siefer
Dachdeckermeister

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 Guest ist Dr. Achim Schlömer, Vorsitzender der Geschäftsführung der Köln Düsseldorfer/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 Rathaussaal 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 Grembergshoven, 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



VERLAGSSONDERVERÖFFENTLICHUNG

WIR IN EINKAUFEN UND MEHR



URBACH

DIREKT VOR ORT!

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!

Spende an Jungschützen



Foto: Urbacher Bürgerverein

**- FENSTER
- TÜREN
- ROLLLÄDEN
- REPARATURSERVICE**

- 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**

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 Spendscheck 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-christuskönig@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 bereitet.

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 Kölisch-Co-verband Kaschämm für kölsche Klänge. Geehrt wurde indes Stephan Demmer. Der Närrische Laurentius zeichnete den nach der Session scheidenden Präsidenten



Ingo Hundhausen (l.) überreicht 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 Hundhausen. (red.)

Seit 20 Jahren in Troisdorf

Altinbas

Gold An- & Verkauf

Batteriewechsel
4,00 €

Öffnungszeiten:
Mo. - Fr. 10.00-16.00 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**

Batteriewchsel 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



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-Grengel)
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



Met Hätz zo Hüs

Tagespflege Heidestrasse

Met em Veedel

02203 - 18 65 741

www.tagespflege-heidestrasse.de



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

Meisterbetrieb

Scharpel
Kurt Scharpel
Akazienweg 19 b
51147 Köln / Porz Grengel

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/Gilgastraße 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 (Berufsfeuerwehr 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 Kierpaczky, 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 Kierpaczky 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 Kierpaczky. 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 Gegenstands während der Waschzeit
- kostenloser Bring- und Abholdienst

! Wir machen keine Telefonwerbung und keine Werbung an der Haustür!

Kierpaczky • 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



**30% Rabatt
auf Polster-
reinigung und
Restaurierung**

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

FREICKS

Malermeister
VERSÖHNEN 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

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

QUALITÄT GANZ OBEN!



Steildach
Flachdach
Klempnerarbeiten
Dachfenster
Solartechnik
Fassadentechnik
Balkonabdichtungen
Reparaturservice

GARTEN- & LANDSCHAFTSBAU
KALTEIS
MEISTERBETRIEB

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 Lieferdienst

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 Fotokalender 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 hereinzu schnuppern 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 Selbständigkeit 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. Wirbelsäulgymnastik, 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 ASTRÄGER/*/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 Aender-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-bad-honnef.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 Grenzwahrung 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

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 Europabezüge. 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

Ende: Aus der Arbeit der Parteien CDU

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 Glockenläuten und Gebet für den Frieden

Donnerstag, 12. Januar

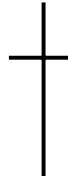
19 Uhr - Pauluskirche Abendandacht mit Glockengeläut



*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 e.K.
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



Katholische Gottesdienste

Gerade Kalenderwoche

Samstag, 17.30 Uhr - Grengel,
 St. Mariä Himmelfahrt
 Sonntag, 9 Uhr - Libur,
 St. Margaretha
 Sonntag, 10.30 Uhr - Finkenberg,
 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




Schon geteilt?
 . . . oder vertragen Sie sich noch ?
 Nach dem Tod eines Menschen stellen sich viele Fragen,
 insbesondere bei einer Erbgemeinschaft.
 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



BESTATTUNGSHÄUS
Wiedenau
*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

ALLES FÜRS

von Porzer Betrieben



AUTO



EKTRA

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 gemahlenen Bohnen von SIGNOR ROSSI. Vollmundiger Geschmack, kräftiges Aroma, kompakte goldige Crema, kurz: Kaffeegenuss wie aus Italien.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Ektra Gremberghoven:
Neuenhofstr. 2
51149 Köln

Wir haben 24h für Sie geöffnet!

Ektra Lind:
Niederkasseler 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 



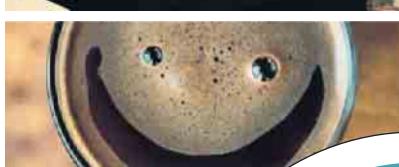
DOPPELT GETANKT – HÄLT LÄNGER



SIGNOR ROSSI



cafe bar



SIGNOR ROSSI



SIGNOR ROSSI

Hallo Nachbar.

Jetzt
2x
in Porz!



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

Porz am Montag Lokales zum Wochenstart ...denn wir sind Porz! ...kommt jede Woche!

ZERTIFIZIERTE FACHBETRIEBE IN PORZ

Eine WERKSTATT ... Alle Marken

Breuer



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

- Klimaanlagen-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 (Körperperfekt, 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 Bauchfetts 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@rautenberg.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 nicht freie Nutzung. Namentlich gekennzeichnete Artikel spiegeln nicht immer die Meinung der Redaktion wider.

Handhabung für unverlangt hereingegabe Pressematerialien

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

KONTAKT

MEDIENBERATER

Rüle Mews
Mobil 0157 71 46 23 76
anzeigen@porz-am-montag.de

REPORTER

Lars Göllnitz
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@rautenberg.media

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

RAUTENBERG MEDIA ONLINE

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



ZEITUNG
porz-am-montag.de/e-paper
unserort.de/koeln_porz

SHOP
rautenberg.media/anzeigen

LOKALER GEHT'S NICHT

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

- ZEITUNG
- DRUCK
- WEB
- FILM

**RAUTENBERG
MEDIA**

PRIVATE & GESCHÄFTLICHE KLEINANZEIGEN **ONLINE BESTELLEN**

www.rautenberg.media/kleinanzeigen

Angebote

Tiere

Hunde

Exklusive und anspruchsvolle
Tier-Fotografie
www.petram-fotografie.de,
Tel. 0175/5105310

Verschiedenes

Sonstiges

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

Gesuche

An- und Verkauf

Achtung! SeriÄse Dame sucht:
komplette HaushaltsaufÄlung, Rollatoren, HÄrgerÄte, Porzellan, Armbanduhren, Orientteppiche, Schmuck, Essbesteck, Zahngold, MelitÄria 1. + 2. Weltkrieg, Streichinstrumente. Tel. 0177/7381279, Fr. Koppenhagen

Achtung seriöser Ankauf

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

Sammler

Sammler SUCHT alles an:
alten MilitÄrsachen, Papiere, Ausweise, Urkunden, Soldatenfotos oder Alben, Helme, Orden, Dolche, SÄbel, Dekowaffen etc. Einfach alles anbieten unter: Tel. 0177/8695521

AUTO & ZWEIRAD

Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen
Tel.: 03944-36160 www.wm-aw.de
"Wohnmobilcenter Am Wasserturm"

Familien ANZEIGENSHOP

FGB 20-13
43 x 90 mm
ab 18,00,-
Für alles was wirklich zählt!
shop.rautenberg.media

KLEINANZEIGEN
PRIVAT & GESCHÄFTLICH
ONLINE BESTELLEN

rautenberg.media/kleinanzeigen

Ihre private*
KLEINANZEIGE
bis 100 Zeichen
in dieser Zeitung
ab 6,99€

*gewerbliche Kleinanzeige ab 13,99 €

02241 260-400 Telefonische Beratung

RAUTENBERG MEDIA

DIENSTLEISTUNG

Gardinen-Pflege – nur vom Fachmann –

NEU! schnell • sauber • preiswert - **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.rautenberg.media/film/produktfotos

**RAUTENBERG
MEDIA**

Privatverkauf in 51143 Langel

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

Kontakt: guenter.kistenberger@t-online.de

Telefon 0162 651 9898



neu

Familien ANZEIGENSHOP

RAUTENBERG
MEDIA



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



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



F597
90 x 50 mm
ab 20,50*

Hochzeit.
Wir hoffen uns sehr darüber gefreut.
Horst und Sabine Meyershagen



*incl. 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 berufsbegleitend zum Kommunikationsprofi weiterbilden können.



Wir suchen AUSTRÄGER/*/INNEN

jeden Alters für PORZ AM MONTAG in

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Elsdorf | <input type="checkbox"/> Wahnheide |
| <input type="checkbox"/> Ensen/Westhoven | <input type="checkbox"/> Langel |
| <input type="checkbox"/> Gremberghoven | <input type="checkbox"/> Zündorf |
| <input type="checkbox"/> Lind | <input type="checkbox"/> allen Ortsteilen als Urlaubsvertretung für alle Schulferien |
| <input type="checkbox"/> Porz-Zentrum | |
| <input type="checkbox"/> Urbach | |

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



+49 2241260380



oder mit diesem QR-Code bewerben!

AUSTRÄGER/*/INNEN für PORZ AM MONTAG in

- | | | |
|--|------------------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> Elsdorf | <input type="checkbox"/> Urbach | <input type="checkbox"/> allen Ortsteilen als Urlaubsvertretung für alle Schulferien, bitte Wunschort(e) angeben: |
| <input type="checkbox"/> Ensen/Westhoven | <input type="checkbox"/> Wahnheide | |
| <input type="checkbox"/> Gremberghoven | <input type="checkbox"/> Langel | |
| <input type="checkbox"/> Lind | <input type="checkbox"/> Zündorf | |
| <input type="checkbox"/> 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

E-Mail

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



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, Pressevertreter, 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 Röhrling, 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.

Die Bäckerei Hardt steht als traditioneller Meisterbetrieb seit 1931 für eine Vielfalt täglich ofenfrischer 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
- Telefonisten
- 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: heinike@baeckerei-hardt.de

Wir freuen uns Sie kennen zu lernen.

KARRIERE

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 vermittelten konnte, hat sich in den letzten Jahren verdreifacht. Rund 60 Prozent von ihnen erhalten einen Anschlussvertrag und kommen damit wieder langfristig in ein Beschäftigungsverhältnis.

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)

**Lokales zum Wochenstart
Porz am MONTAG ... denn wir sind Porz!**

Weitere Lokale Wochenschau

Gerne per WhatsApp

01577-2051704

Sie verteilen HIER, in Ihrem Wohngebiet
nur wenige Stunden im Monat | freitags oder samstags | Prospekte sind in die Zeitungen bereits maschinell eingeklebt | 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

jeden Alters für ALLE ORTSTEILE

oder mit diesem QR-Code bewerben!

O C K

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

O C K ORTHOPÄDIE | CHIRURGIE | KÖLN

NOTDIENSTE

WIR SIND RUND UM DIE UHR FÜR SIE DA!



110 POLIZEI
112 FEUERWEHR





**SICHERN
SIE SICH
BIS ZU
480,- €***

* § 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 Kostenersättigung erbracht werden.

 **LEUGERMANN**
Apotheken

Garten- & Landschaftsbau

Pflege & Instandhaltung •

von Garten- & Grünanlagen

Erd- und Pflanzarbeiten •

Zaunbau & Sichtschutz • **HOFFMANN GREENS**

Winterdienst •



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

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, Finkenberg, 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 (Finkenberg), 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

NOTDIENSTE

110 POLIZEI
112 FEUERWEHR

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-tierarztenotdienst.de

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

0221/562035

Krankentransport Feuerwehr Köln

0221/745454

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



ALLGEMEINE NOTDIENSTE

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



Plameco live erleben:

Dienstag & Freitag
immer von
14.00 - 18.00 Uhr



morgen schöner wohnen

Plameco-RheinSieg

Gregor Blechinger

Frankfurter Str. 493

51145 Köln Porz-Urbach

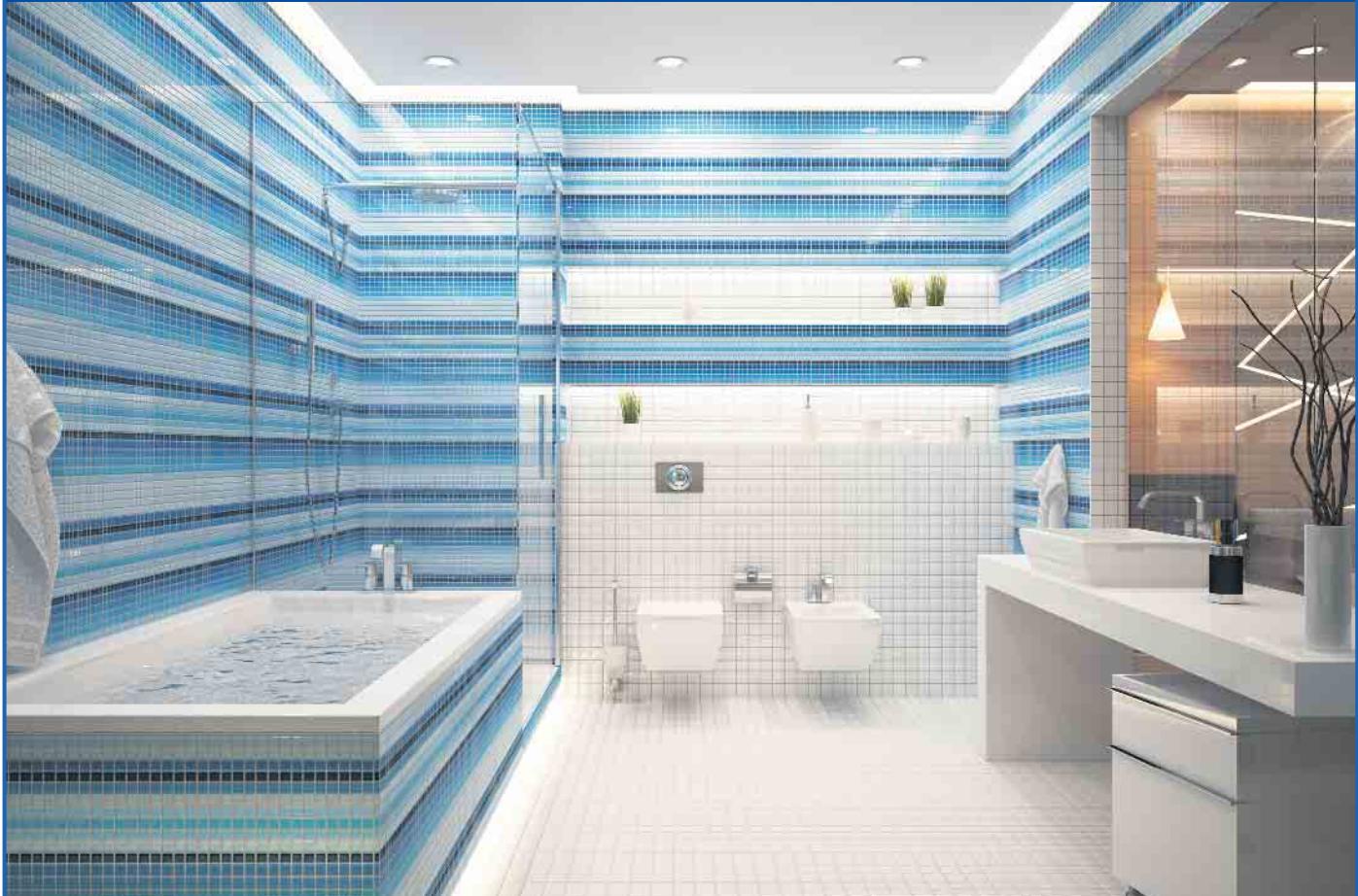
+49 2203 - 9655044 | plameco.de

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