

Online lesen: porz-am-montag.de/e-paper
Social-Media: [unserort.de/koeln_porz](https://www.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

...denn wir sind Porz!

www.elter-sonnenschutz.de

Ihr Meisterbetrieb aus der Region

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

Besuchen
Sie unseren
Showroom

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

...kommt jede Woche!

31. Dezember 2022 - Woche 52

Auf ein gesundes und tolles Jahr 2023

Das Team von Porz am Montag wünscht einen guten Start ins neue Jahr und blickt in dieser Ausgabe auf das vergangene Jahr im Stadtbezirk Porz zurück. Unser Jahresrückblick mit vielen Fotos.

Zudem in dieser Ausgabe: Wie immer, viele Neuigkeiten und Geschichten aus dem Stadtbezirk Porz. Danke für Ihre Treue. Bleiben Sie uns gewogen.



Foto: Göllnitz

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

VERLOBUNGSRINGE HANDGEFERTIGT.

Öffnungszeiten: Mo.-Fr. von 9 - 18 Uhr und
Sa. von 9 - 13 Uhr.

Termine gerne auch außerhalb unserer

Öffnungszeiten unter:

02203 15044 oder WhatsApp 0151 68106578

Folgen sie uns [ateliersuess](https://www.ateliersuess.com)



ATELIER Süß
Manufaktur für Schmuck



Sprechen sie uns an, wir beraten sie gern!

Gilgastr. 37 | 51149 Köln | 02203 15044

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

KLIMATISIERTE RÄUMLICHKEITEN

MAHER ELLA TITANIUM
Modellierung & Herstellung

SEIKO
BERING
BOCCIA®
TITANIUM

Waldmann
Hochveredelung

*
EBEL
BEAUTY MARRIES FUNCTION



Text und Foto: Lars Göllnitz



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

Öffnungszeiten:

Montag - Freitag 09:00 - 13:00 Uhr
15:00 - 18:30 Uhr
Samstag 09:00 - 14:00 Uhr



➔ **HAUSBESUCHE**

nach Terminabsprache gerne
auch außerhalb der Öffnungszeiten
möglich

Wechsel in den Ruhestand

Die evangelische Pfarrerin Ute Wolf geht zum Jahreswechsel in den Ruhestand. Verabschiedet wurde sie dieser Tage bei einem Gottes-

dienst in der Ensener Johanneskirche. Wolf war vor allem auch in der evangelischen Seelsorge im Krankenhaus Köln-Porz aktiv.



Seniorenservice



*Gut betreut
im eigenen
Zuhause*



Klingerstraße 10, 51143 Köln
Telefon: 02203-1866975
www.seniorenservice-balling.de

UNSERE ANGEBOTE IM JANUAR – EXKLUSIV FÜR SIE!

Aspirin® Complex**



20 Stk.

UAVP*: 16,99 €

11,95 €

30 % gespart!

Anwendungsgebiet(e): Zur symptomatischen Behandlung von Schleimhautschwellung der Nase und Nebenhöhlen bei Schnupfen (Rhinosinusitis) mit Schmerzen und Fieber im Rahmen einer Erkältung bzw. eines grippalen Infektes. Hinweis: Enthält 2g Sucrose (Zucker) pro Beutel. Packungsbeilage beachten. Nehmen Sie dieses Arzneimittel ohne ärztlichen Rat nicht länger als 3 Tage ein.

Wirkstoff(e): Acetylsalicylsäure, Pseudoephedrin-Hydrochlorid.

Meditonsin®** Tropfen



35g

UAVP*: 12,79 €

8,95 €

30 % gespart!

Anwendungsgebiet(e): Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: Akute Entzündungen des Hals-, Nasen- und Rachenraumes.

Meditonsin® Tropfen enthält 6 Vol.-% Alkohol.

Grundpreis: 255,71 €/1kg.

Traumeel S Creme**



50g

UAVP*: 8,95 €

5,95 €

34 % gespart!

Anwendungsgebiet(e): Traditionelles pflanzliches Arzneimittel Anwendungsgebiet(e): Reg.-Nr. 2522113.00.00; Reg. homöopath. Arzneimittel, daher ohne Angabe einer therap. Indikation.

Warnhinweise: Enth. Cetylstearylalkohol.

Grundpreis: 119,00 €/1kg.

OMEPR Hexal 20 mg** Hartkapseln



14 Stk.

UAVP*: 14,10 €

9,45 €

33 % gespart!

Anwendungsgebiet(e): Kurzzeitige Behandlung von Refluxbeschwerden (z. B. Sodbrennen, Säurerückfluss) bei Erwachsenen. Warnhinweise: Enthält Sucrose. Die beige-farbene Trockenmittel-Kapsel darf nicht geschluckt werden. Wirkstoff(e): Omeprazol.

Posterisan® akut 25g Rektalsalbe**



25g

UAVP*: 14,76 €

9,95 €

33% gespart!

Anwendungsgebiet(e): Linderung von Schmerzen im Analbereich vor proktologischer Untersuchung; Linderung von anorektalem Juckreiz. Die Rektalsalbe enthält Cetylalkohol.

Wirkstoff(e): Lidocain.

Grundpreis: 398,00 €/1kg.

Aciclovir-ratiopharm® Lippenherpescreme**



2g

UAVP*: 5,11 €

3,45 €

32 % gespart!

Anwendungsgebiet(e): Zur lindernden Therapie von Schmerzen und Juckreiz bei rezidivierendem Herpes labialis (häufig wiederkehrende, durch Herpes-simplex-Viren verursachte Lippenbläschen). Warnhinweise: AM enth. Propylenglycol, Cetylstearylalkohol u. Natriumdodecylsulfat!

Wirkstoff(e): Aciclovir.

Preise gültig vom 01.01. bis 31.01.2023. Für Druckfehler wird keine Haftung übernommen. Abgabe nur solange der Vorrat reicht und in haushaltsüblichen Mengen. Die Produkte können ggf. ein anderes Produktbild aufweisen. *UAVP: Preis zur unverbindlichen Herstellerempfehlung des Apothekenverkaufspreises an die Informationsstelle für Arzneimittelspezialitäten (IFA GmbH). **Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung verwendet werden.

*Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

Wir verlosen in diesem Monat Einkaufsgutscheine!



Gewinnen Sie Einkaufsgutscheine im Wert von 3x 20,00 € | 6x 10,00 € | 6x 5,00 €

Füllen Sie einfach den Teilnahmecoupon aus und geben ihn entweder in der Apotheke 1plus, in der Zollturm-Apotheke, in der Alte Apotheke oder in der Kosmetik 1plus ab.

Teilnahme-Coupon für die Januar-Auslosung!

Erklärung: Mit Abgabe akzeptiere ich die nachstehenden Teilnahmebedingungen und erkläre, dass sämtliche Personenangaben der Wahrheit entsprechen. Die Speicherung meiner Daten für apothekeninterne Zwecke stimme ich zu.

Name, Vorname: _____

Anschrift: _____

E-Mail: _____

Telefon: _____

Alter: _____

Teilnahmebedingungen: Am Gewinnspiel dürfen alle natürlichen Personen ab dem 18. Lebensjahr teilnehmen, sofern sie nicht Beschäftigte der Apotheken 1plus, der Zollturm-Apotheke, der Alte Apotheke sowie der Kosmetik 1plus sind. Jeder Teilnehmer darf nur einmal am Gewinnspiel teilnehmen; mehrfache Teilnahme führt zum Ausschluss. Die Teilnahme im Namen Dritter, über Massenmeldungen bzw. über Subanbieter ist ausgeschlossen. Durch die Teilnahme wird kein einklagbarer Anspruch auf Ausschüttung der Gewinne begründet. Das Gewinnspiel unterliegt dem Recht der Bundesrepublik Deutschland. Die Bekanntgabe der Gewinner erfolgt durch Aushang in den Geschäftsräumen der Veranstaltenden. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

-15 %

Freundschafts-Rabatt*

auf einen Artikel Ihrer Wahl

*ausgenommen alle verschreibungspflichtigen

Artikel, Zuzahlungen, Angebotsartikel, Gutscheine, Rezepturen und Bücher.

Nur gültig vom 01.01. - 15.01.2023 gegen Vorlage dieses Gutscheins in den folgenden Apotheken: Apotheke 1plus, Zollturm Apotheke, Alte Apotheke



Schmittgasse 37 · 51143 Köln
Telefon: 0 22 03 / 84 88 0
www.zollturm-apotheke.de



Frankfurter Straße 589 · 51143 Köln
Telefon: 0 22 03 / 93 54 30
www.apotheke1plus-koeln-porz.de



Heidestr. 5 · 51147 Köln
Telefon: 0 22 03 / 6 40 14
www.alte-apotheke-koeln.de

Proklamation und weitere Aktivitäten

Der Festausschuss Porzer Karneval richtet den Blick auf die kommende Session

Stadtbezirk Porz - Sind die Weihnachtstage vorbei und der Jahreswechsel im Gange, dann blicken die Karnevalisten traditionell schon einmal auf das närrische Treiben der kommenden Wochen. So auch der Porzer Festausschuss. Dieser begeht den Start in die Session mit der Proklamation des Porzer Dreigestirns. Unter dem Motto „Von Null op Jeck“ gehen Prinz Markus II., Bauer André und Jungfrau Johanna von der Gesellschaft Fidele Grön-Wieße Rezag Porzer Ehrengarde e.V. Corona bedingt in ihre zweite Session.

Gefeiert wird der Start am Freitag, 6. Januar, ab 19.45 Uhr im Rathausaal Porz. Mit dabei ein Programm aus Musik und Reden. Mit dabei sind zudem Fahnenabordnungen der FAS-Mitglieds-gesellschaften und das Garde-Korps Köln KG Blau-Weiß-Zündorf von 1928 e.V.. Zudem die Brassband Druckluft, das Duo Willi und Ernst,



Das Dreigestirn aus Prinz Markus II., Bauer André und Jungfrau Johanna geht in seine zweite Session. Der Festausschuss plant seine Aktivitäten. Foto: Göllnitz

Lotto Lockenvitz

**Annahmestelle
für Privatanzeigen in
Porz am Montag
–Traueranzeigen,
Geburtstage, Jubiläen, etc.**



Hermannstraße 2 (im City-Center) | 51143 Köln | Tel. 02203 / 35 84 555

die StattGarde Colonia Ahoj, die Domstürmer und die Rezag Husaren der Fidele Grön-Wieße Rezag. Karten gibt es bei der Geschäftsstelle des FAS per Mail an info@porzer-karneval.de.

Am Samstag, 21. Januar, richtet der FAS an gleicher Stelle den Porzer Pänz Dance 2023 aus. Den vielen Kindertanzgruppen im Stadtbezirk bietet die Veranstaltung die Chance, sich auf der großen Bühne zu präsentieren. Das Programm mit den Kindertanzgruppen der FAS-Mitgliedsverei-

ne startet um 14.30 Uhr. Das Kinderdreigestirn wird mit den Fünkchen der Kinderprinzengarde dabei sein, zudem und auch das Maskottchen Fidelino. Um 17.30 Uhr folgen die Funky Marys. Der Eintritt ist frei und für das leibliche Wohl wird zu zivilen Preisen gesorgt.

Derweil laufen zudem die Planungen zum Porzer Rosensonntagszug am 19. Februar. Zuganmeldungen für interessierte Gruppen und teilnehmende Vereine sind ab sofort möglich. Am 17. Januar findet um 19 Uhr die erste Zugversammlung im Vereinsheim der Wahner Wibbelstetze, Krieger Straße 11, statt. Zugversammlungen sind Pflichtveranstaltungen für die teilnehmenden Gruppierungen.

Auch sucht der FAS für den Rosen-sonntagszug noch sogenannte Wagenengel. Diese Begleitpersonen in Sicherheitsfragen sollten mindestens 18 Jahre alt und körperlich fit sein, über ein wachsames Auge verfügen und darüber hinaus Spaß am Karneval haben, so der FAS. Für die Leistung erhalten die Wagenengel ein Entgelt. Anmeldungen sind ebenfalls an info@porzer-karneval.de richtbar. www.Porz-Karneval.de (red./Lars Göllnitz)

**Seit mehr als 60
Jahren der Makler für
Porzer Immobilien**

Für zahlreiche vorgemerkte Kunden suchen wir ständig Einfamilienhäuser, Eigentumswohnungen!

**Tel.: (0 22 03) 911 300
www.quick-immobilien.de**

- ⇒ Langjährige Erfahrung!
- ⇒ Kostenlose Wert-Expertise!
- ⇒ Professionelle Betreuung!
- ⇒ Auch nach dem Notartermin!

quick Immobilien



Im Zentrum von Porz: Goethestraße / Ecke Bahnstraße

Wasserspeicher und Aufenthaltsqualität

Die Stadt Köln hat ihre zwei Umbauprojekte an Eiler Plätzen abgeschlossen

Eil - Die Stadt Köln hat ihre beiden Umbauprojekte zu Plätzen in Eil abgeschlossen. Dabei sollten den Platz an der Ecke Leidenhausener Straße/Frankfurter Straße und der Eiler Schützenplatz nicht nur für Menschen attraktiver und lebenswerter gestaltet werden, sondern auch bei bei Starkregen eine entscheidende Rolle spielen. Die öffentlichen Platzflächen sind zu multifunktionalen Freiräumen mit Regenrückhaltefunktion umgebaut worden.

Der Eiler Schützenplatz sei zu einem öffentlichen Park aufgewertet worden, so die Stadt. Weiterhin sei er mit Bänken sowie einem Spielplatz ausgestattet worden und kann darüber hinaus für Veranstaltungen genutzt werden. Durch unterschiedlich angelegte Höhen im Gelände wird die tiefer liegende Teilfläche im Norden zum Rückhalt bei Starkregen genutzt. An der höher liegenden Fläche entstand ein Spiel-

platz. Nach Wünschen von örtlichen Kinder und Jugendlichen gibt es auf dem Spielplatz eine abwechslungsreiche Kletter- und Balancieranlage, eine Drehscheibe, eine moderne Tischtennisplatte, sowie ein Trampolin und Ballfangtrichter. Der Platz an der Leidenhausener Straße indes sei zu einem Quartiersplatz mit städtischem Charakter ausgebaut worden, so die Stadt weiter. „Moderne Sitzelemente aus Beton umranden den vorhandenen Baumbestand und eine Schatten spendende Pergola sorgt für Aufenthaltsqualität.“ Der Wasserspeicher für große Wassermengen ist unterirdisch angelegt worden.

„Ich freue mich sehr, dass wir die Projekte im Rahmen unseres Programms ‚Starke Veedel - Starkes Köln‘ umsetzen konnten. Wir verbessern nicht nur die Aufenthaltsqualität vor Ort im Veedel, sondern zeigen an diesen Beispielen, wie Köln auch durch derartige Projekte



Der neu gestaltete Platz an der Leidenhausener Straße. Foto: Stadtentwässerungsbetriebe Köln (StEB)

zur ‚Schwammstadt‘ werden kann“, so Andree Haack, Beigeordneter für Stadtentwicklung, Wirtschaft, Digitalisierung und Regionales der Stadt Köln. (red./Lars Göllnitz)

Redaktionsschluss

Lokalredaktion PaM
dienstags 15.00 Uhr

GÖRMAR

**Sonnenschutz-
Rollladen
und Tortechnik**

www.goermar.de

Rollladen

Markisen

Terrassendächer

Jalousien

Insektenschutz

Garagentore

**Wir haben wieder Winterpreise auf
Markisen in allen Ausführungen
Neubespannungen
Insektenschutz**



**ERHARDT
MARKISEN**

Mehr. Freude. Leben. Zuhause.

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

Goldmedaille beim Winter Dance Festival

Urbach - Vom diesjährigen Winter Dance Festival, das am zweiten Dezember-Wochenende in der Westenergie-Sporthalle in Mülheim an der Ruhr stattfand, meldete sich das Porzer TGC-Tanzpaar, Dennis und Sabrina Deiloff mit besonderen Ergebnissen zurück. Neben Turnieren der Kinder und Jugend, fanden in diesem Jahr zusätzlich nationale und internationale Turniere der Hauptgruppe statt. Im internationalen Lateinturnier „Under 21“ tanzten sich die Geschwister bis ins Semifinale vor und belegten dort den neunten Platz unter 25 gestarteten Paaren. Beide woll-

ten mit diesem Erfolgserlebnis am zweiten Turniertag in die Standardtänze der Hauptgruppe B gehen. Dies gelang ihnen hervorragend: In allen fünf Tänzen sicherten sie sich den ersten Platz im Feld mit zwölf Paaren und damit den obersten Treppchenplatz bei der Siegerehrung. Beide berichteten im Nachgang von einer tollen Musikauswahl, umwerfendem Publikum und einer schönen vorweihnachtlichen Atmosphäre. Nun freuen sich Dennis und Sabrina Deiloff auf das kommende Jahr und die anstehenden Herausforderungen bei den nächsten Turnieren. (red.)



Foto: TGC Rot-Weiß Porz

Fragen zur Verteilung?

HERR FALK

mail@regio-pressevertrieb.de

www.regio-pressevertrieb.de

REGIO

präzise • zielgerichtet • lokal

PRESSE-VERTRIEB GmbH

Die Zeitungszustellgesellschaft der RAUTENBERG MEDIA KG

Dem begabten Kind zuliebe!

staatlich anerkannt

KUNSTKOLLEG gGmbH

GESAMTSCHULE, BERUFLICHES GYMNASIUM FÜR GESTALTUNG

5. bis 10.-, 11. bis 13. Klasse:

Abitur, Fachabitur, Mittl. Reife, Hauptschulreife

Lernstand+Abi.:NRW-Spitze

staatlich anerkannt

AKADEMIE FÜR KUNST & DESIGN

Vollzeitstudium Grafik-Design

RSAG-DIPLOM

Ziel: Bachelor Professional mit integrierter Fachhochschulreife bei Bedarf

8-Jahres-Rückblick: Alle im Job

Wehrstr.143+12•53773 Hennef•Tel.:02242-2141/9698860•www.rsak.de

VON A-Z KULTUR

www.kultur-in-troisdorf.de

Neuer Karatekurs für Jugendliche ab 12 Jahre und Erwachsenen ab 09.01.23.

Ob Ausgleichssport, Selbstverteidigung oder allgemeine Fitness: Karate eröffnet ein breites Trainingsfeld und stärkt das Selbstvertrauen.

Der angebotene 4-wöchige Kurs findet jeweils montags und donnerstags vom 09.01.2023 bis zum 02.02.2023 statt und kostet 40,- Euro. Ein großartiges Weihnachtsgeschenk.

In unserem Verein gibt es in der Jugend-/ Erwachsenenengruppe aktive Karateka zw. 12 und 72. Ein Training in der gemischten Altersgruppe bietet vielfältige Anregungen und ein spannendes Miteinander.

Die vielseitigen Anforderungen an Körper und Geist sind ideal als Ausgleich zum Alltag. Der Karateka trainiert Ausdauer, Schnelligkeit, Beweglichkeit und Kraft. Die Techniken werden angewendet und in Selbstverteidigungs- und Kampfsituationen (Kumite) geübt. Um die Effektivität zu erfahren, wird auch mit Pratzen trainiert.

Du hast Interesse dann melde Dich an:

info@karate-porz.de oder 0160-5921737

(auch via Whatsapp, Threema).

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Weitere Informationen werden mit der Anmeldebestätigung ausgegeben.

Stimmungsvoll mit Gesang und Schauspiel

Der offenen Ganztags der Grundschule Kupfergasse konnte wieder sein jährliches Musical aufführen



Der Schulchor tritt immer wieder mit stimmungsvollen Liedern auf.

Urbach - Rund 70 Schüler*innen seien beteiligt am Projekt, erzählt Marc Braun, Leiter des offenen Ganztages an der Grundschule Kupfergasse. Abzüglich ein paar Krankmeldungen, steht so ein beachtlich großes Ensemble auf der Bühne im Schulforum - und das gleich zu drei Terminen.

Denn wegen der großen Nachfrage führt die Schule ihr diesjähriges Musical gleich dreimal auf. Im Mittel-

punkt von „Aus der Dunkelheit ins Licht“ steht Lucy - gespielt von einer Schülerin. Sie singt und schauspielert sich durch eine weihnachtliche Szenerie. Zusammen mit dem Schulchor und vielen weiteren kleinen Akteuren auf der Bühne.

Maßgeblich organisiert hat das musikalische Unterfangen Musiklehrerin Donata Paul. Zusammen mit weiteren Pädagogen aus Schule und offenem Ganztags. Paul wird von Schul-



Eine Weihnachtsgeschichte: Lucy (r.) bekommt Besuch von Engel Gabriel. Fotos: Göllnitz

leiterin Anna Klecha als Perfektionistin gelobt. Was man dem Stück anmerkt. So gibt es Sologesang, Choreinlagen und ein umfangreiches, und selbst gestaltetes Bühnenbild.

Für die Schule sei es das erste Mal seit zweieinhalb Jahren, dass man das ansonsten jährliche Musical wieder habe aufführen können, verrät Klecha. Traditionell immer zur

Vorweihnachtszeit. So wird dann auch direkt eingangs die Zeile „Weihnachtszeit. Macht euch für das Fest bereit“ gesungen. Zudem taucht ein Engel namens Gabriel auf, die humorvoll darauf hinweist, dass sie schon vor rund 2.000 Jahren Nachrichten überbracht habe. Einer Frau. Aber das sei eine andere Geschichte, sagt sie. (Lars Göllnitz - der Autor bei Facebook: LGenqoozee)

Rhein-Querung in Priorität nicht weit vorne

Stadtbezirk Porz - Jüngst haben die Planer der Autobahn GmbH bekanntgegeben, dass ein priorisierter Streckenverlauf der geplanten neuen Rhein-Querung zwischen den Autobahnen A555 und A59 links und rechts der Rheins im Februar bekanntgegeben werden soll. Als eine von zwölf geprüften Varianten. Mögliche Verläufe können durch den südlichen Stadtbezirk Porz oder den Rhein-Sieg-Kreis führen.

Indes hat NRW-Verkehrsminister Volker Krischer bei einer Veranstaltung der IHK Köln gesagt, dass die Querung in der Priorisierung relativ weit hinten liege und man in Deutschland 4.000 kaputte Autobahnbrücken reparieren müsse. So hab das Rheinspange 553 benannte Projekt kaum eine Chance auf Realisierung in den kommenden zehn Jahren, so der Grünen-Minister. (red.)



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

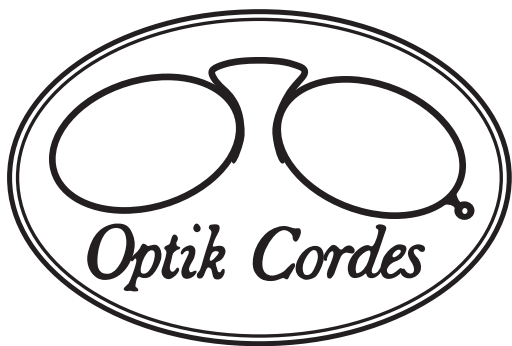


Josefstraße 14, 51143 Köln
info@augencentrumkoeln.de
0221 - 12 11 10
www.augencentrumkoeln.de



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



**Wir freuen uns darauf,
Sie umfassend und kompetent
in unserem Meisterbetrieb
zu beraten!**

*Sabine Thedieck und
Nadja Groeneveld*



Öffnungszeiten:
Montag bis Freitag
von 9:00-13:30 und
14:00-18:00 Uhr,
Samstag
von 10:00-13:00 Uhr.

Wilhelmstr. 2 · 51143 Köln-Porz · Tel.: 0 22 03 / 5 29 64



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

Anlaufstellen für Menschen im Stadtteil

Die Caritas setzt in Wahn ihr Projekt
Ankerpunkte um - Ansprechpartner
sind die Quartierslotsen Torben
Willberg und Thomas Mattes



**Auch die Wahner Bücherstube ist ein Ankerpunkt. Die Quar-
tierslotsen Thomas Mattes (r.) und Torben Willberg haben
dazu Inhaberin Maria Kuth besucht. Foto: Caritas**

Wahn - Torben Willberg und Thomas Mattes sind so-
genannte Quartierslotsen. Für die Caritas bieten sich äl-
teren Menschen im Stadtteil Wahn Hilfen und Beratungs-
möglichkeiten an. Zudem motivieren sie Geschäftsleute
im Veedel, sogenannte Ankerpunkte zu werden. Ein An-
kerlogo, deutlich am Eingang des Geschäfts angebracht,
weist Senior*innen darauf, dass sie hier einen Sitzplatz
finden, ein Glas Wasser bekommen oder auch ein offe-
nes Ohr finden. Wenn sie es wünschen, werden sie mit
ihren Fragen an die Quartierslotsen weitergeleitet.
Seit Jahresanfang haben sich kirchliche Institutionen,
niedergelassene Mediziner*innen und Therapeut*innen,
Vereine und Geschäfte diesem Gedanken angeschlos-
sen. Ankerpunkte in Wahn sind neben dem Pfarrheim
aegidium und dem Pfarrbüro auch die Bücherstube an
der Frankfurter Straße und das Schuhhaus Buschmann
an der Heidestraße. Weitere sollen folgen.
Wer ebenfalls Ankerpunkt im Stadtteil werden möchte,
kann sich an die Quartierslotsen Thomas Mattes und
Torben Willberg unter 0162 1690534 und 0172 6135162
wenden. Zudem per Mail an ankerpunkt-porz-
wahn@caritas-koeln.de. (red.)

KULTUR IN TROISDORF

www.kultur-in-troisdorf.de

Franziska Zimmermann verstorben

Elsdorf - Ihr kleines Geschäft, den Tante Emma-Laden, an der Hermann-Löns-Straße hatte sie einst von ihrer Mutter übernommen. Nun ist Franziska Zimmermann im Alter von 80 Jahren verstorben. Noch bis kurz vor ihrem Tod hatte sie den Laden mit viel Engagement und Überzeugung betrieben. Vielen ist Franziska Zimmermann zudem nicht nur als Geschäfts-

frau, sondern auch als langjährig Aktive beim Motorsportclub (MSC) Porz bekannt. Hier war sie als Betreuerin bei internationalen Veranstaltung, im Vorstand und lange Jahren als Schatzmeisterin aktiv und in der Motorsportszene überregional geschätzt. Nach ihrem Tod hat ihre Familie die Waren aus dem Tante Emma-Laden der Tafel zukommen lassen. (red.)

Kleidercafé

Finkenberg - Am Mittwoch, 4. Januar, findet im Bürgerzentrum Finkenberg von 11 bis 13.30 Uhr ein Kleidercafé statt. Es wird eine Auswahl an gut erhaltener Kleidung zu günstigen Preisen angeboten. (red.)



TASCHENGELD VERBESSERN!?

GANZ EINFACH ALS AUSTRÄGER/* /IN!



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

Oder scan den QR-Code und bewirb Dich.



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

Sehen: Jahn! Hören: Jahn!

Jahn feiert Geburtstag

30%

auf die Gläser

TEST Bild
DIE BESTEN DER STADT
★★★★★ 2021
Konsumentenbefragung
AUSGABE 11/2021

OPTIK JAHN HÖRAKUSTIK KÖLN
1. Platz
OPTIKER

optik jahn
HÖRAKUSTIK

50126 BERGHEIM Hauptstraße 12 Tel: 02271/44588
50321 BRÜHL Uhlenstraße 103 Gieseler-Galerie Tel: 02232/589045
51103 KÖLN-KALK Kalken-Hauptstraße 69 Köln-Tradition Tel: 0221/35503650
51107 KÖLN-RATH Rosenthaler Straße 620 Tel: 0221/561572
51143 KÖLN-PORZ Herrmannstraße 2 City-Center-Porz Tel: 02203/977318
51465 BERGISCH-GLADBACH Hauptstraße 130 Rheinhof-Galerie Tel: 02202/1582477
53225 BONN-BEUEL Kreuzstraße 1 Tel: 3226/5738003
53879 EUSKIRCHEN Neustraße 11 Tel: 02261/75070

www.optikjahn.de info@optikjahn.de

Optik Jahn Hörakustik ist ein Angebot der Optik Jahn GmbH · Von-der-Wallberg-Straße 25 · 51149 Köln



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

Meisterbetrieb

Heizung - Bäder
Scharpel

Kurt Scharpel

Akazienweg 19 b
51147 Köln / Porz Grenget

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



HANSEN

Autohaus Hansen

Grengeter Mauspfad 183 · 51147 Köln-Porz/Grenget
Telefon 02203 922730

Feel the difference



Tagespflege Heidestrasse

Met em Veedel

☎ 02203 - 18 65 741

www.tagespflege-heidestrasse.de



www.barbaras-pflegeteam.de

Ambulanter Pflegedienst

☎ 02203 - 10 21 361



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.

Singende in Feierlaune

Die Chorgemeinschaft Cäcilia Zündorf hat ihr Cäcilienfest gefeiert - inklusive Rück- und Ausblick auf eigene Aktivitäten



Auch Ehrungen standen zum Cäcilienfest auf dem Programm.
Foto: Chorgemeinschaft Cäcilia

Zündorf - Eigentlich war das Fest für den 20. November geplant. Da aber die Chorgemeinschaft Cäcilia Zündorf zu diesem Zeitpunkt noch vollends in den Proben und Vorbereitungen zum eigenen Adventskonzert Mitte Dezember in der Kölner Philharmonie steckte, wurde das sogenannte Cäcilienfest des Chores auf die Zeit danach verlegt.

Nach dem Konzert, zusammen mit einem Hürther Chor und weiteren Beteiligten, und unter der künstlerischen Gesamtleitung von Christian Letschert-Larsson konnte der Chor dann beim Fest die Jubilare der vergangenen Jahr ehren:

Etwa Liesel Zupfer für 30 Jahre Vorstandsarbeit. 17 Jahre davon führte sie zeit- und arbeitsintensiv das Notenarchiv. Für diese umfangreiche Arbeit erhielt sie als Dankeschön ein gerahmtes Notenbild mit ihrem Konterfei.

Geehrt wurden auch Bärbel Neumann mit einer Ehrennadel und Urkunde, noch vom letzten Jahr und somit für 25 +1 Jahre Chormitgliedschaft, und Helga Diehl für 25 Jahre Chormitgliedschaft.

Die Vorstandsvorsitzende des Chores, Annelie Kuhn, erinnerte beim Fest auch an die Choraktivitäten des vergangenen Jahres, wie etwa Auftritte bei der Brauermesse in St. Andreas, bei zwei abgehaltenen Fensterkonzerten vor dem Zündorfer Seniorenheim, bei einer Hochzeit und zu Beerdigungen verstorbener Chormitglieder. Zudem stand das Singen am Ehrenmal zum Volkstrauertag auf dem Programm.

Zudem konnte der Chor in diesem Jahr Erfreulich sechs Neuzugänge in allen Stimmlagen begrüßen

Für das kommende Jahr plant Cäcilia Zündorf erste Proben ab dem 12. Januar - wie üblich um 19.45 Uhr in der Pauluskirche. Geprobt werden soll zudem eine neue C-Dur Messe von Gounod, die für die nächste Brauermesse am letzten Donnerstag im April vorgesehen ist. Weitere Aktionen seien zudem in Planung, so der Chor.

Das Fest des Chores indes klang aus mit Auftritten von Grit Klein und Günter Hoffmann, die den Udo Lindenberg-Song „Wozu sind Kriege da?“ präsentierten, und von Uwe Kautz mit einem humorvollen Textbeitrag. Erich Stachel präsentierte abschließend mit seinem Bandoneon ein Weihnachtslieder-Potpourri. www.caeciliazuendorf.de (red.)

Vogel- und Fledermausnistkästen im Stadtteil

Urbach - Der Urbacher Bürgerverein hat Vogel- und Fledermausnistkästen an speziell ausgesuchten Bäumen im Stadtteil angebracht. Die Nistkästen wurden von Vereinsmitglied Uwe Sliwke eigens nach einer NABU-Anleitung angefertigt und von Hans Baedorf und Jochen Reichel mit speziellen Alunägeln in vier Meter Höhe an den Bäumen befestigt. Simin Fakhim, Vorsitzende des Vereins, dokumentierte die Arbeiten wiederum per Fotos für eine spezielle Checkliste, die das Grünflächenamt der Stadt Köln verlangt. In dieser Checkliste werden Daten, wie die Inbetriebnahme des Standortes, und die Wartung und Pflege der Nistkästen dokumentiert. Dem Projekt ging ein langes Genehmigungsverfahren voraus: Insgesamt rund ein Jahr lang, so der Bürgerverein. Die Bäume wurden gemeinsam vom Grünflächenamt der Stadt Köln und dem Bürgerverein ausgewählt. Zudem muss der Verein eine spezielle Haftpflichtversiche-



Foto: Urbacher Bürgerverein

rung für dieses Projekt abschließen. Nachdem alle Nistkästen ihren Platz gefunden hatten, ging es für die Aktiven gleich mit der nächsten Aktion weiter: Hier bekamen die UBVLer Unterstützung von den

Karnevalisten der Urbacher Räuber. So wurde der Heckenschnitt rund um den Urbacher Marktplatz am Schwanebitzer Hof und eine Müllsammelaktion erledigt. (red.)

Malermeister
Verschönern und Erhalten ist unser Beruf

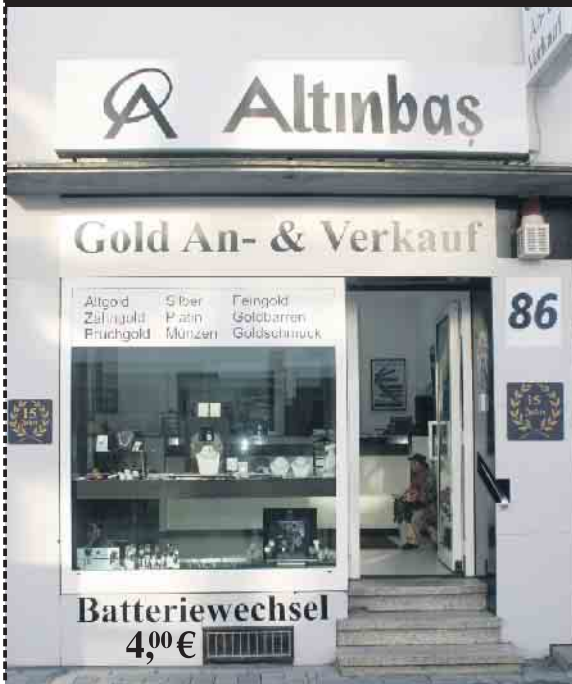
Auf Wunsch erstellen wir für Ihre Räumlichkeiten individuelle Gestaltungsvorschläge. Wir stehen Ihnen beratend zur Seite.

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

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

Rezept

Wirsing Hack Lasagne

Zutaten:

- 2 Zwiebeln
- 3 mittelgroße Möhren
- 3 EL Öl
- 400 g gemischtes Hack
- Salz und Pfeffer
- 600 g Wirsingkohl
- 2 EL Butter
- 2 EL Mehl
- 150 ml Milch
- 150 g Ziegenfrischkäse
- 100 g Gouda (Stück)
- 9–12 Lasagneplatte

Die Zwiebeln und die Möhren schälen und fein würfeln. 2 EL Öl in einer großen Pfanne erhitzen und das Hack darin bei starker Hitze ca. 3 Minuten krümelig braten. Möhren und die Hälfte Zwiebeln zugeben. Alles bei mittlerer Hitze ca. 3 Minuten weiterbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Den Wirsing putzen, waschen und in breiten Streifen vom Strunk schneiden. 1 EL Öl in einem weiten Topf erhitzen und die restlichen Zwiebeln darin andünsten. Den Wirsing zufügen und unter Rühren kurz mitdünsten, sodass der Kohl etwas zusammenfällt. Mit Salz und Pfeffer würzen. Den Ofen vorheizen (E-Herd: 200 °C/Umluft: 175 °C/Gas: s. Hersteller). Für die Béchamelsoße Butter in einem Topf erhitzen und das Mehl darin ca. 1 Minute hell anschwitzen. Mit 300 ml Wasser und Milch unter Rühren ablöschen. Den Frischkäse einrühren, aufkochen und für ca. 5 Minuten köcheln. Soße mit Salz und Pfeffer abschmecken. Anschließend noch den Gouda reiben. Etwas Soße in einer eckigen Auflaufform verstreichen. 3–4 Lasagneplatten hineinlegen, Hälfte Hack darauf geben. Mit 3–4 Lasagneplatten abdecken. Den Kohl und die Hälfte der Soße darauf verteilen. Die restlichen Lasagneplatten, Hack und Soße darauf schichten. Alles mit Käse bestreuen und im Ofen ca. 40 Minuten backen.

Bild der Woche



Schon wieder ist ein weiteres Jahr vorbei und wir begrüßen feierlich 2023.

Mitmachen

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

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

Vielen Dank

Witz

Im Restaurant

Im Restaurant:
Der Gast erklärt dem Ober: "Herr Ober, die Suppe schmeckt wie Putzwasser, die Kartoffeln sind weich wie Schwämme, und das Schnitzel hat etwas von einem Fensterleder!" Daraufhin der Ober: "Tut mir leid, aber unser Koch ist krank." Der Gast entgegnet ganz empört: "Und wer hat dann bitte schön gekocht?" "Die Putzfrau!", erklärt der Ober schulterzuckend.

Sudoku

Spielanleitung

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

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

Haushaltstipp

Heimische Nüsse genießen

Absolut nötig ist Hitzzufuhr, wenn man die Früchte der Rotbuche, genannt Bucheckern, zubereiten möchte. Sie enthalten leicht giftige Stoffe, die aber durch Rösten, Backen oder Übergießen mit heißem Wasser abgebaut werden. Nach dieser Behandlung wird die Buchecker zur bekömmlichen Beigabe für Müslimischungen und Salate oder auch zur Beilage für herzhaftes Herbstgerichte. Nachdem der Trocknungsvorgang abgeschlossen ist, werden ganze Nüsse zuhause am besten kühl, trocken und luftig gelagert.

Dafür eignet sich ein Hängekorb für Gemüse. Gemahlene und geschälte Nüsse sollten in einem geschlossenen und lichtundurchlässigen Gefäß im Kühlschrank aufbewahrt werden. In Pulverform bieten sie eine große Angriffsfläche für Schimmelbefall. ZgfdT



Comedy im Eltzhof

Wahn - Das Duo Mundstuhl, am 13. Januar, und Wolfgang Tepper mit seiner diesjährigen Live-Tour, am 26. Januar, stehen Anfang kommenden Jahres auf der Bühne des Wahner Eltzhofs. Karten gibt es online. www.wahn-witzig.de (red.)



Wahner Gymnasium soll erweitert werden

Wahn - Die Schulverwaltung hat mit einer Dringlichkeitsentscheidung, die der Rat der Stadt Köln am 9. Februar nachträglich genehmigen soll, die Einrichtung von mehr Plätzen an Kölner Gymnasien auf den Weg gebracht. Darunter auch am Wahner Maximilian-Kolbe-Gymnasium.

Hier soll es in der Sekundarstufe I künftig vier statt drei Klassen pro Jahrgang und in Sekundarstufe II sechs statt fünf Klassen geben. Dafür solle ein großer Containerbau errichtet werden - an einer Stelle, an der gerade ein nicht mehr benötigter Mensacontainer steht. Auch soll auf dem Schulgrundstück ein Modulbau aufgestellt werden, so die Stadt. Die Stadt hat einen Dringlichkeitsantrag umgesetzt, da so der Bezirksregierung mehr Zeit zum Bestätigen des Plans bleibt. Diese Bestätigung durch die Bezirksregierung als Aufsichtsbehörde ist nötig.

Zudem wurde bekannt, dass zum Schuljahr 2025/2026 ein neues Gymnasium im Stadtbezirk Porz eröffnet werden soll. (red.)

**- FENSTER
- TÜREN
- ROLLLADEN
- REPARATURSERVICE**

ERO
BAUELEMENTE

- seit 40 Jahren in Köln-Porz -

Sperren Sie Kälte und Hitze einfach aus!

51145 KÖLN **0 22 03 - 2 45 90**
KAISERSTR. 82 **info@ero-bauelemente.de**

Service hat einen Namen

Schmitz GMBH
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!

CITROËN DS AUTOMOBILES MAZDA

QR Code

Geänderte Ticketpreise ab 1. Januar

Stadtbezirk Porz - Ab dem 1. Januar gelten neue Preise für die Tickets der Verkehrsunternehmen im Verkehrsverbund Rhein-Sieg (VRS) und damit auch bei der KVB. Einzeltickets für Erwachsene kosten ab sofort 3,20 Euro. Kurzstreckenticket liegen bei 2,10 Euro. Noch nicht entwertete Tickets, deren Preise sich geändert haben, gelten noch bis zum 31. März. Tickets, die bis zu diesem Termin nicht verbraucht wurden, können anschließend noch drei Jahre lang in den Kundencentern der KVB umgetauscht werden. (red.)

Anzeige

Erlesene Teppichkunst verdient die richtige Kosmetik

Menden - Ein Teppich verdient die richtige Pflege, weiß Kierpacy, 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 Kierpacy mit Kunst, Pflege und Reparatur von Teppichen



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

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 Kierpacy. Wir bieten auch kostenlose Abholung und Lieferung von Teppichen an.



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!**

Kierpacy • 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 Bahnhofstraße 11 in Bad Honnef

30% Rabatt
auf Polster-
reinigung und
Restaurierung

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

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. Neueste 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



LEUGERMANN
Apotheken

Kostenlose Telefonnummer



0800 - 2 766 266

Mit kostenlosem Lieferdienst

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



QUALITÄT GANZ OBEN!



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

Jahresprogramm der Schutzgemeinschaft

Eil - Die Schutzgemeinschaft Deutscher Wald Köln e.V. hat ihr Jahresprogramm vorgestellt. Mit dabei sind Führungen, wie etwa kölsche Waldführungen, sowie Veranstaltungen wie das Waldbaden. Die Schutzgemeinschaft möchte damit die Bedeutung des Kölner Waldes in den Mittelpunkt stellen. Ein weiterer Schwerpunkt ist das Thema Obst. Das Programm ist online zu finden. www.sdw-nrw-koeln.de/aktuelles/veranstaltungen (red.)

Schnupperwanderungen in der Wahner Heide

Eil - Die Vereine Schutzgemeinschaft Deutscher Wald und Haus des Waldes laden ab 2023 an jedem ersten Mittwoch im Monat zu einer geführten Wanderung durch die Wahner Heide ein. Die erfahrenen Wanderführer Kalle Gemmel und Rainer Tresemer bieten gemeinsam mit Jürgen Hollstein die Gelegenheit zu einer zwei- bis dreistündigen Wanderung, die auf gut zu gehenden Wegen in das Naturschutzgebiet führt. Der erste Termin findet am Mittwoch, 4. Januar, statt. Treffpunkt ist um 14 Uhr an der Linde im Innenhof von Gut Leidenhausen. Die Streckenlänge liegt bei fünf bis acht Kilometern und kann an die Bedürfnisse der Teilnehmenden angepasst werden. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Gut Leidenhausen ist mit öffentlichen Verkehrsmitteln zu erreichen, bei Anreise mit dem PKW wird der Parkplatz am Hirschgraben empfohlen, von dort sind es fünf Minuten zu Fuß bis zum Gut. (red.)

Neuer Vorstand beim RSV Urbach

Urbach - Der RSV Urbach hat einen neuen Vorstand gewählt. Demnach ist nun Lutz Kornwibel erster Vorsitzender, Robert Gebhard sein Stellvertreter. Zum Geschäftsführer wurde Christian Baum gewählt. Stellvertretender

Geschäftsführer ist Christian Körner. Schatzmeister sind ab sofort Dieter Sanden, Schriftführerin Annika Körner und Vereinsheimbetreuer Sanel Korajac. Neue Kassenprüfer sind Sandra Baum und Peter Pfeifer. (red.)

Netzwerkcafé und Netzwerkfrühstück

Zündorf - Das Seniorennetzwerk Zündorf sucht für sein Netzwerkcafé und Netzwerkfrühstück noch neue Kaffeetrinker, Kuchenesser, Brötchenvertilger, Vortragszuhörer, Mitrei-

sende, Aktivitätsteilnehmende. Der Unkostenbeitrag liegt bei 3 Euro. Anmeldungen zu Terminen sind bei Hans Buchmüller unter Telefon 0163 8034906 möglich. (red.)

ELEKTRO 
BECKER
MEISTERBETRIEB

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

Elektro Becker GmbH

Hauptstraße 345 · 51143 Köln (Porz)
Tel. 02203 / 547 52 · Fax 02203 / 555 34
info@elektrobecker.net · www.elektrobecker.net

Jahresrückblick



Proklamation Porzer Dreigestirn im Januar 2022



Impfzentrum Porz Aufbau im Januar 2022



Ortsring Eil 3D Modell Bäuml im Januar 2022



Anton Neuberger Gerhard Möller Bürgerverein Neugestaltung Platz Wahn im Februar 2022



Protestaktion Porzer Bezirksrathaus Vernetzte Porzer Bürgervereine im Januar 2022



Stadtgymnasium Besuch Buchenwald im Februar 2022



Neugestaltung

Umgestaltung

Garten- u. Jahrespflege

GartenService

ALEX HELGERT

0170 / 880 28 57

Arndtstraße 11, 53859 Niederkassel
gartenservice-helgert@hotmail.com



Neues Motto Dreigestirn FAS im Februar 2022



Protest Eltern Grundschule Langel Vergabeverfahren Gymnasium im März 2022



Friedensandacht Ukraine Kirche Porz-Mitte im März 2022



Neues Viertel Lukaskirche evangelische Kirche Rolf Theobold im Februar 2022



Spendenaktion Ukraine Treffpunkt Urbach im März 2022



Jugendbezirksvertretung Porz Rathausaal im März 2022



Aktion Gymnasium Realschule Wahn Verein Menschefreude e.V. Ukraine Spenden im April 2022



Artothek Finkenbergl im April 2022



Baum des Jahres Pflanzung Leidenhausen im April 2022



Rhein Energie Schulungsstätte Einweihung Westhoven im Mai 2022



3000 Schritte mehr Seniorenaktion im Mai 2022



Neubau Caritas St. Josef Seniorenzentrum Wahn Baustand im Mai 2022

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.



MEDIENBERATER

Rule Mews

FON 02241 260-418

FAX 02241 260-139

MOBIL 0157 71462376

anzeigen@porz-am-montag.de



Müllsammelaktion Heiko Bleike Schloss Wahn Krake Bundesligaprofi im Mai 2022



Stadtmeisterschaften Tennis Porz im Juni 2022



Umgestaltung Rhein-Ufer Bürgerbeteiligung Stadt Köln Glashütte im Juni 2022



Kaddor und Rubinstein Lesung Diskussion Lise-Meitner-Gesamtschule im Juni 2022



Kanalfee
www.kanal-fee.de

Marktplatz 10
53844 Troisdorf-Sieglar
Tel. 02241 84 59 26
Mobil 0177 40 21101
info@kanal-fee.de

**Wasser im Keller -
Wir lassen Sie nicht im Regen stehen.**

- ⦿ Zustands- und Funktionsprüfung
- ⦿ Kanalsanierung
- ⦿ Pflasterarbeiten
- ⦿ Kellertrockenlegung
- ⦿ Abfluss- und Rohrreinigung
- ⦿ Rückstauschutz - Beratung, Montage, Wartung

Rufen Sie uns an und vereinbaren Sie ein unverbindliches Beratungsgespräch.



A. RATHKE
GmbH
ABWASSERSERVICE



Fronleichnam Monstranz-Fahrrad Pfarrer Wolff katholische Kirche im Juni 2022



Grease Musical Max-Planck-Realschule Rathausaal im Juni 2022



Porz Städteatlas LVR im Juni 2022



Rheinwoche Segelregatta 100 Jahre CfWP im Juni 2022



Scheuermühlenteich im Juli 2022



Abschied Bürgeramtsleiter Karl-Heinz Merfeld im Juli 2022



100 Jahre Deutsches Rotes Kreuz Porz im August 2022



Klimawoche Porz im September 2022

VOLL DIE KULTUR

www.kultur-in-troisdorf.de



Sportlerrunde Marc Horlitz Krankenhaus Porz im September 2022



Neugestaltung Elektrokasten Urbach Marc Jungmann Bürgerverein im Oktober 2022



Artenreiche Wiese Leidenhausen im September 2022



Willibert Pauels katholische öffentliche Bücherei Zündorf im September 2022



Miniwäldchen Zündorfbad Haus des Waldes Wilhelm-Busch-Realschule im November 2022



Unendlich traurig müssen wir
Abschied nehmen von

Otto Spohr

* 22. September 1935
† 23. Dezember 2022

Wir sind traurig, dass er gegangen ist,
aber froh, dass wir ihn so lange bei uns hatten.

Marlene Spohr
mit ihren Kindern und Enkelkindern

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

Die Trauerfeier findet statt am Montag, dem 9. Januar 2023,
um 12:00 Uhr in der Pfarrkirche St. Mariae Geburt
in Porz-Zündorf. Anschließend ist die Beerdigung
auf dem Friedhof in Niedierzündorf.



Polonica Musikfestival Talentwettbewerb 2022

Evangelische Gottesdienste

Samstag, 31. Dezember, Silvester

17 Uhr - Lukaskirche Gottesdienst mit Abendmahl „Jahresende und die alte Geschichte vom Neuen“

Sonntag, 1. Januar

15 Uhr - Johanneskirche Gottesdienst

Mittwoch, 4. Januar

17.15 Uhr - Johanneskirche Taizé-Andacht

18 Uhr - Markuskirche Abendgebet mit Abendmahl

19 Uhr - Lukaskirche Glockenläuten und Gebet für den Frieden

Donnerstag, 5. Januar

19 Uhr - Pauluskirche Abendandacht mit Glockengeläut

18.15 Uhr - Pauluskirche Meditation mit Körperwahrnehmung und religiösen Texten

Evangelische Gottesdienste

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

Gottesdienst der Neua-postolischen Kirche

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

Gottesdienste der Ev. Gemeinde Porz-Wahn-Heide

Samstag, 31. Dezember

17 Uhr - Friedenskirche, Pfarrer Vanhauer mit Abendmahl

18 Uhr - Martin-Luther-Kirche, Pfarrer Dr. Schwenk-Bressler mit Abendmahl



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

GLAHN BESTATTUNGEN

www.bestattungen-glahn.de | 02203/64117

Seit vier Generationen sind wir für die Menschen da.

private Trauerhalle | familiärer Abschiedsraum
Frankfurter Straße 226 | 51147 Köln (Porz-Wahn)

Einzigartiges Zeichen der Verbundenheit.
Individueller Erinnerungsschmuck.

Bestattungshaus Schweitzer

☎ **02203 53438**
Hauptstraße 389
51143 Köln
bestattungshaus-schweitzer.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

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, Eisenstr. 12, Tel. 02203 / 1 55 18

Bestattungen Langel

seit 1926

Heumarer Straße 16
51145 Köln Porz-Eil
Tel. 02203 / 31139
www.bestattungen-langel.de

Diehm 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

BESTATTUNGSHAUS LENARTZ

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



Verlegeunterlagen geben Fußböden eine stabile Basis

Nicht nur aufs Äußere achten

Welcher Bodenbelag sieht schön aus und passt zu welchem Raum? Mit der Beantwortung dieser Frage verbringen Renovierer meist viel Zeit. Für einen dauerhaften Geh- und Wohnkomfort muss jedoch das komplette Bodensystem funktionieren. Ein entscheidender Faktor dabei ist die so genannte Verlegeunterlage - eine zusätzliche elastische Schicht zwischen Estrich und Belag. Sie kann bei Tritten und Stößen wie ein Stoßdämpfer wirken, was die Haltbarkeit und Lebensdauer des Fußbodens erhöht. Verlegeunterlagen reduzieren außerdem den Trittschall und wirken sich positiv auf den Gehkomfort aus. Um eine gute Raumluft zu gewährleisten, sollten sämtliche beim Fußbodenaufbau verwendeten Baumaterialien - ob Estrich, Unterlagsbahn oder Klebstoff - absolut wohngesund sein. Man erkennt diese Produkte am Emission-EC1-Siegel.

Von robusten Fliesen über edles Parkett bis hin zu trendigen Vinylböden:

Auf der Suche nach dem passenden Bodenbelag haben Bauherren und Renovierer oft die Qual der Wahl. Auch die Auswahl der Farben und Texturen ist riesig. Entsprechend viel Zeit fließt in die Suche nach dem „schönsten“ Bodenbelag. Doch Optik ist nicht alles. Fußböden müssen auch ihren Zweck erfüllen, ständige Tritte und spitze Absätze aushalten sowie Möbel, die verschoben werden. Hinzu kommen tobende Kinder, Haustierkrallen und vieles mehr. Um das alles zu ertragen, benötigt die Oberfläche ein solides Fundament. Hier kommt die Verlegeunterlage ins Spiel. Sie liegt zwischen Estrich und Bodenbelag, dämpft die Belastungen ab und schützt so den schicken Boden vor Beschädigungen.

Auch kleinere Unebenheiten, die man in jedem Estrich findet, lassen sich mit der richtigen Verlegeunterlage ausgleichen. So wird das Szenario von schräg stehenden oder kippelnden Möbeln vermieden. Unter einen

millimeterdünnen Vinylbelag gehört grundsätzlich eine druckfeste Unterlage. Diese erhöht die Belastbarkeit des Bodens gegenüber Stuhlrollen bzw. schweren Einrichtungsgegenständen. Gleichzeitig verhindert die Unterlage, dass sich der Untergrund im elastischen Belag abzeichnet. Unter sehr harten Böden, wie etwa Parkett, sollten sich indes weiche, geschäumte Materialien befinden. Diese reduzieren den Trittschall sowohl im Wohnraum als auch im darunter liegenden Zimmer. Verlegeunterlagen ermöglichen darüber hinaus eine gewisse Wärmedämmung. Deshalb eignen sie sich gerade unter fußkalten Böden wie Fliesen oder im nicht unterkellerten Erdgeschoss.

Abhängig vom Anwendungsfall kommen unterschiedliche Materialien als Verlegeunterlage in Frage. Dies können beispielsweise Holz, Pappe, Kork, Kautschuk oder verschiedene geschäumte sowie ungeschäumte

Kunststoffe sein.

Fazit: Verlegeunterlagen wirken sich positiv auf Haltbarkeit und Langlebigkeit eines jeden Bodensystems aus. Darüber hinaus steigern sie den Wohn- und Gehkomfort.

Das ist aber noch nicht alles: Immer wichtiger wird für Bauherren und Renovierer die Wohnqualität. Emissionsarm müssen daher alle Komponenten des Fußbodensystems sein - vom Estrich über die Verlegeunterlage und den Klebstoff bis zum Oberbelag einschließlich der Fugendichtstoffe. Profis verwenden daher ausschließlich Produkte mit dem Emission-EC1-Siegel. Diese erfüllen die weltweit strengsten Emissionsgrenzwerte. Nachhaltige, umweltverträgliche und wohngesunde Baumaterialien schonen gleichzeitig die Ressourcen unseres Planeten. Und schließlich sind hochwertige, gesunde Bauprodukte auch ein wichtiger Faktor für den Wiederverkaufswert einer Immobilie. (GEV)

Mein Tablet, meine Kaffeemaschine und ich

Elektrische Geräte machen jeden Zweiten glücklich - und jeden Vierten wütend

Trotz aller Zuneigung und Glücksgefühle kann es auch mal Ärger geben. Das gilt nicht nur für zwischenmenschliche Beziehungen, sondern in ähnlicher Form ebenso für das Zusammenleben von Mensch und Elektrogeräten. Eine aktuelle Umfrage zeigt, dass elektrische Alltagshelfer glücklich machen - aber gelegentlich auch für Verdross sorgen können. Doch wie in jeder guten Partnerschaft überwiegen eindeutig die positiven Emotionen. Mehr als die Hälfte der Menschen in Deutschland (55 Prozent) haben demnach ein elektrisches Gerät in ihrem Haushalt, das sie besonders glücklich macht.

Glücksbringer im Haushalt

Insbesondere Multimediageräte wie Fernseher oder Musikanlagen (49 Prozent) und Kommunikationsgeräte wie Smartphones oder das Telefon (48 Prozent) erzeugen bei den Befragten starke positive Emotionen. Bei rund jedem Dritten (36 Prozent) lösen Küchengeräte wie Herd oder Spülmaschine Glücksgefühle aus. Die Hauptgründe für positive

emotionale Reaktionen: Die Geräte nehmen den Befragten Arbeit ab oder sorgen für Unterhaltung. Zu diesen Ergebnissen kommt eine repräsentative E.ON-Umfrage, die das Meinungsforschungsinstitut YouGov durchgeführt hat. „Elektrogeräte begleiten unseren Alltag immer enger - deshalb kennen wir wohl alle Situationen, in denen es im Umgang mit ihnen auch mal emotional werden kann“, sagt Claudia Häpp von E.ON: „Es freut uns, dass die Mehrheit der Deutschen positive Emotionen mit Elektrogeräten und somit auch mit dem Thema Energie verbinden.“ Allerdings gehören zum innigen Miteinander mit der Technik bisweilen nicht nur positive Emotionen. Jeder Vierte (24 Prozent) gab an, dass Elektrogeräte manchmal ärgern können oder wütend machen. Vor allem wenn sie laute oder nervige Geräusche erzeugen, kommt es zu negativen Emotionen, aber auch dann, wenn die Technik nicht das tut, was sie soll.

Persönliche Bindung im Trend

„Haushaltsgeräte waren schon immer



Zwischen Mensch und Elektrogerät entsteht oft eine emotionale Bindung. Das gilt laut Umfrage vor allem für Multimedia- und Kommunikationsgeräte. Foto: djd/E.ON/Malte Braun

Statussymbole, auf die man stolz ist und die man zeigt“, erklärt Prof. Dr. Martina Heßler, Geschichtspräsidentin der TU Darmstadt, die seit über 20 Jahren zu Emotionen gegenüber technischen Geräten forscht. Da verwundert es nicht, dass jeder Sechste in der Studie einräumte, schon einmal eine persönliche Bindung zu einem Elektrogerät aufgebaut zu haben. Selbst der Staubsauger bekommt dann liebevolle Spitznamen wie

„Saugfried“ oder „Staubi“.

Besonders jüngere Menschen im Alter von 18 bis 24 Jahren kennen solche Beziehungen. Prof. Dr. Martina Heßler nimmt an, dass dieser Trend sich fortsetzt: „Smarte Haushaltsgeräte werden unser Zusammenleben mit Elektrogeräten stark verändern. Forschungen zeigen, dass die Interaktion, also das individuelle Reagieren des Gerätes, einen Bindungseffekt erzeugt.“ (djd)

ALLES FÜRS VON PORZER BETRIEBEN



HAUS

RHP
Urban

Rolladen Handel Porz

Wir könnten auch übertreiben ...
... tun wir aber nicht!

50 Jahre solides Handwerk!

Service-Station:
0 22 03 / 93 57 849

- >> Reparatur, Beratung & Montage
- >> eigene Rolladenproduktion
- >> Markisen, Jalousien & Rollos
- >> Terrassendächer
- >> Garagen, Antriebe & Fenster
- >> umfangreiche Ausstellung auf 800 m²

Am Autokino Porz
Ferdinand-Porsche-Straße 18
rhp-online.de

Dachdeckermeister
Klempnermeister

LANGEL

**Dach-, Wand-, Abdichtungs-
und Klempnerei GmbH**

QUALITÄT GANZ OBEN!

Steildach
Flachdach
Klempnerarbeiten
Dachfenster
Solartechnik
Fassadentechnik
Balkonabdichtungen
Reparaturservice

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



**QUALIFIZIERTE
MEISTERBETRIEBE
IN PORZ**

A. FRERICKS

Malermeister

*Verschönern und Erhalten
ist unser Beruf*

Als Malermeisterbetrieb verschönern und erhalten wir private und gewerbliche Objekte in handwerklich erstklassiger Qualität.

Ob Innen- oder Außenarbeiten, wir erledigen unsere Aufgaben flexibel, zuverlässig, sauber und termingerecht.

Wir legen besonderen Wert auf fachliche Beratung. Bei Ihren Plänen und Vorhaben stehen wir Ihnen jederzeit mit Rat und Tat zur Seite.

- Auf Wunsch erstellen wir für Ihre Räumlichkeiten individuelle Gestaltungsvorschläge. Wir stehen Ihnen beratend zur Seite.
- Qualitativ hochwertige Materialien und fortschrittliche Techniken bei der Verarbeitung gewährleisten 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

Das garantieren wir Ihnen:

**In nur 2 Wochen ist
Ihr neues Bad fertig!**

Die 5 Sterne GARANTIE

- ★ **Termin-Garantie**
Ihr neues Bad ist in 2 Wochen fertig
- ★ **Festpreis-Garantie**
Sie kennen von Beginn an den festen Endpreis
- ★ **Komplett-Leistung**
Alles aus einer Hand
- ★ **Sauberkeits-Garantie**
Staubfreier Umbau Ihres Bades
- ★ **Hygiene-Garantie**
Sie brauchen während der Baderneuerung auf Dusche und WC nicht verzichten

1 Termin-Garantie
Ihr neues Bad ist in 2 Wochen fertig!

düster
HEIZUNGEN & BÄDER

**Badrenovierung
mit der 5 Sterne-Garantie**

Hauptstraße 274 • 51143 Köln • Tel. 0 22 03 / 8 96 49-0
info@duester.com • www.duester.com

Die nächste Ausgabe erscheint am:
Samstag, 07. Januar 2023
Annahmeschluss ist am:
04.01.2023 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 Elvira Bastian

Bündnis 90 / Die Grünen Markus Politz

Kostenlose Haushaltsverteilung in Köln-Porz. Zustellung
ohne Rechtsanspruch. Einzelbezug über Rautenberg Me-
dia 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 Rich-
tigkeit (inhaltlich u. orthographisch) und Vollständigkeit. Bei ir-
rümlich fehlender Namensnennung am Werk (z.B. Bild-
nachweis) verzichtet der Einreicher auf jegliche Forderung
an Rautenberg Media. Durch den Einreicher des Pressemate-
rials 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

unsersort.de/koeln_porz

SHOP

rautenbergberg.media/anzeigen

LOKALER GEHT'S NICHT

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



- ZEITUNG
- DRUCK
- WEB
- FILM

PRIVATE & GESCHÄFTLICHE KLEINANZEIGEN

ONLINE BESTELLEN

www.rautenbergberg.media/kleinanzeigen

Angebote

Stellenmarkt

WIR SUCHEN FÜR DIESE ZEITUNG ZUSTELLER

für einen festen Zustellbezirk. Bei In-
teresse einfach anrufen oder
WhatsApp schreiben an 02241/260-
380. REGIO PRESSEVERTRIEB GMBH

Verschiedenes

Sonstiges

BIETE günstig

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

Gesuche

An- und Verkauf

Achtung! Seriöse Dame sucht:
komplette Haushaltsauflösung,
Rollatoren, Hörgeräte, Porzellan, Arm-
banduhren, Orientteppiche, Schmuck,
Essbesteck, Zahngold, Melitaria 1. +
2. Weltkrieg, Streichinstrumente. Tel.
0177/7381279, Fr. Kopenhagen

Sammler

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



AUTO & ZWEIRAD

Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen

Tel.: 03944-36160 www.wm-aw.de

"Wohnmobilcenter Am Wasserturm"



Der Orionnebel
ist ein
Emissionsnebel
im Sternbild
Orion.

Familien

ANZEIGENSHOP

FGB 20-13

43 x 90 mm

ab 18,00

Für alles was wirklich zählt!
shop.rautenbergberg.media



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

RAUTENBERG
MEDIA



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



Weiterbildung im Homeoffice

Wie Online-Lernen gelingt

Lernen am Bildschirm, zu Hause oder im Büro - wer sich für ein Online-Seminar entscheidet, spart Zeit und Kosten für Anreise und Hotel. Ein Rechner oder ein Laptop auf aktuellem, gewöhnlichem Leistungsstand, Kopfhörer mit Mikrofon, das reicht. Eine Kamerafunktion ist wünschenswert, damit sich alle Teilnehmenden sehen können. Worauf ist bei der Weiterbildung im virtuellen Klassenzimmer zu achten? „Der Trainer oder die Trainerin muss jederzeit präsent sein und für Fragen bereitstehen. Das gewährleistet nur ein Live-Online-Seminar“, erläutert Jens Kullin, Vorsitzender des Berufsverbands für Online-Bildung e.V. und seit 2004 Online-Trainer. Entscheidend für die Qualität ist auch die Software. Kullin: „Sie muss leicht zu bedienen sein - für Lernende und Trainer. Bei einem Check-in-Ter-

min einige Tage vor der Schulung sollten sich die Teilnehmenden mit dem virtuellen Klassenzimmer vertraut machen können und die Technik checken.“

Technik darf keine Hürde sein

Viele Interessierte fürchten Probleme mit ihrem Computer oder einen geringeren Lerneffekt beim Online-Seminar. Sie setzen deshalb auf das analoge Lernen. „Dabei bietet der digitale Wissenserwerb auch neue Chancen“, betont Andreas Düpmann, seit 2011 Trainer für effizientes Korrekturlesen: „Das Erlernte lässt sich zwischen den Online-Einheiten ausgiebig üben. Fragen, die sich dabei ergeben, lassen sich in der nächsten Lerneinheit mit dem Trainer klären.“

Gemeinsam lernen im virtuellen Klassenzimmer

Online-Profi Jens Kullin ergänzt:



Foto: goodluz/stock.adobe.com/akz-o

„Anders als bei Lernprogrammen und E-Learnings werden Teilnehmende im Live-Online-Seminar von einem Dozenten begleitet. Sie lernen im eigenen Tempo am vertrauten Rechner und profitieren von der Gruppe im virtuellen Klassenzimmer.“

Auch die Lernenden selbst können dazu beitragen, dass die Online-Weiterbildung gelingt, indem sie

sich rechtzeitig um die technische Ausstattung kümmern und den Check-in-Termin wahrnehmen. Die beiden Trainer raten, eine Online-Veranstaltung genauso ernst zu nehmen wie eine Schulung vor Ort. Keine E-Mail-Benachrichtigungen, keine Anrufe, keine Störungen, stattdessen volle Konzentration auf die Inhalte. (akz-o)



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

Metallbau PIEPER GmbH

EN 1090 – vom TÜV Rheinland zertifiziert.

- Edelstahlarbeiten • Konstruktionen
- Treppenbau • Geländer • Balkone • Gitter

AUSBILDUNG zum METALLBAUER.

Wir bieten in einem seit über 50-jährigen Familienbetrieb eine **Ausbildung zum Metallbauer/Konstruktionstechniker** an. Sie sind motiviert und lernfähig. Wir wünschen einen Schulabschluss, Zuverlässigkeit und eine gute körperliche Konstitution. Wenn Sie dies mitbringen, freuen wir uns auf Ihre Bewerbung.

Wir suchen Verstärkung

Falls Sie einen kennen der einen kennt und der ist **Metallbauer** oder er will einer werden bitte unseren Namen weiterleiten **wir suchen Verstärkung!**

Wir bieten in einem seit über 50-jährigen Familienbetrieb: junges, dynamische Team, Vollzeitstelle (40 Std. Woche), Bezahlung **über** Tarifvertrag, Urlaubs & Weihnachtsgeld.

Sie bringen mit: abgeschlossene Berufsausbildung als Metallbauer/in, Schweißkenntnisse, Zuverlässigkeit, Belastbar und selbstständiges Arbeiten nach Zeichnung.

51147 Köln (Porz-Lind) • Am Grott 11
Tel. (0 22 03) 90 74 60 • Fax (0 22 03) 90 74 59
info@metallbau-pieper-koeln.de • www.metallbau-pieper-koeln.de

Eine spannende Zukunft dank dualer Ausbildung

Langfristige Perspektiven für den erfolgreichen Aufstieg im Beruf

Den Zahlen des Berufsbildungsberichts 2021 zufolge beendeten 383.292 Frauen und Männer allein im Jahr 2019 erfolgreich eine duale Ausbildung. 77 Prozent der Absolventinnen und Absolventen wurden von ihrem Ausbildungsbetrieb übernommen. Dabei ist der erste Schritt ins Arbeitsleben nur der Anfang - mit Abschluss der dualen Berufsausbildung fängt die Karriere erst richtig an. Am Arbeitsplatz durchstarten, einen Job im Ausland annehmen, eine Fortbildung aufsatteln und anschließend einen Betrieb übernehmen oder ein Unternehmen gründen: Dual ausgebildeten Fachkräften stehen attraktive Karriereperspektiven offen. Beim Wunsch sich fortzubilden, bietet die berufliche Bildung zudem viele Möglichkeiten.

Fortbilden bis auf „Master-Niveau“

Der Abschluss einer dualen Berufsausbildung ist meist erst der Anfang einer spannenden Berufskarriere: Um den beruflichen Aufstieg anzukurbeln, lohnt sich eine Fortbildung. Meister, Fachwirt, Betriebswirtin und Co.: Die Vielzahl der Abschlussbezeichnungen in der höherqualifizierenden Berufsbildung wurden 2020



Mit Abschluss der dualen Berufsausbildung fängt die Karriere erst richtig an. Den Fachkräften stehen attraktive Perspektiven offen. Foto: [djd/www.BMBF.de/standret](https://www.djd/www.BMBF.de/standret) - stock.adobe.com

mithilfe der neuen aufeinander aufbauenden Fortbildungsstufen „Gepürfte/r Berufsspezialist/in“, „Bachelor Professional“ und „Master Professional“ übersichtlicher und vor allem einheitlich gestaltet. In Abstimmung mit Gewerkschaften und Ar-

beitgebervertretern werden die Fortbildungsordnungen nach und nach an die neuen Abschlussbezeichnungen angepasst. Insbesondere die Abschlüsse „Bachelor Professional“ und „Master Professional“ senden dabei ein wichtiges Signal: Die inter-

national verständlichen Begriffe erleichtern die Jobsuche im Ausland und verdeutlichen zugleich die Gleichwertigkeit der beiden Fortbildungsabschlüsse zu den akademischen Bachelor- und Master-Abschlüssen.

Wie finanziere ich meine Fortbildung oder Selbstständigkeit?

Um beruflich den nächsten Schritt zu gehen, muss oft Zeit und Geld in die Karriere investiert werden. Eine Vielzahl an Fördermöglichkeiten gewährleistet jedoch finanzielle Unterstützung. Mit dem Aufstiegs-BAföG fördern Bund und Länder die Vorbereitung auf mehr als 700 Fortbildungsabschlüsse für den beruflichen Aufstieg. Besonders leistungsstarke Berufseinsteiger können sich für das Weiterbildungsstipendium bewerben, das von der Stiftung Begabtenförderung berufliche Bildung (SBB) im Auftrag des Bundesministeriums für Bildung und Forschung (BMBF) koordiniert wird.

Wer sich lieber selbstständig machen möchte, kann sich bei der örtlichen Industrie- und Handelskammer beziehungsweise Handwerkskammer zu den zahlreichen Förderprogrammen zur Existenzgründung von Bund, Ländern und EU beraten lassen. Weitere Informationen zu Perspektiven mit dualer Berufsausbildung gibt es auf www.die-duale.de. (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 Trends von morgen

Neue Geschäftsmodelle dank digitaler Transformation

Die Digitalisierung macht es möglich: Innovative Ideen führen immer schneller zu neuen Geschäftsmodellen. Da sollte sich jedes Unternehmen fragen: Was bedeutet die digitale Transformation für mein Geschäftsmodell? Wie muss ich mein bestehendes Geschäftsmodell ändern, um wettbewerbsfähig zu bleiben - und wann ist der richtige Zeitpunkt, um ein neues Geschäftsmodell zu entwickeln? An der IST-Hochschule für Management können zukünftige Innovationstreiber den Master-Studiengang „Business Transformation Management“ belegen und so Unternehmen bei der digitalen Transformation unterstützen.

Große Herausforderungen für Unternehmen und Mitarbeiter

Die digitale Transformation zählt zu den wichtigsten globalen Themen der Wirtschaft: Arbeit, Kommunikation und ein beachtlicher Teil der Freizeit finden immer mehr über digitale Medien statt. Neue Technologien der Industrie 4.0 sowie geringe Einstiegschancen sorgen dafür, dass innovative Geschäftsmodelle schneller auf den Markt kommen. Das stellt Unternehmen und ihre Mitarbeiter vor große Herausforderungen. Um bei den rasanten Marktentwicklungen, den kurzen Innovationszyklen und raschen digitalen Transformationsprozessen rechtzeitig Trends zu entdecken, sind Experten gefragt, die sich mit der Gründung neuer Geschäftsmodelle und der Veränderung bestehender Unternehmenskonzepte auskennen. Die Karrierechancen für Business Transformation Manager stehen daher branchenunabhängig ausgezeichnet.

Das ganze Team „mitnehmen“

Am besten starten zukünftige Experten im Master-Studiengang Business Transformation Management an der IST-Hochschule. Hier können sie ihre wirtschaftswissenschaftlichen Kenntnisse vertiefen und vor allem ihre Kompetenzen in den Bereichen Digital Transformation Management, Leadership Skills, Personalmanagement und Operatives Risikomanagement ausbauen. So lernen Absolventen, wie Unternehmen im Bereich Business Transformation aufgestellt sein müssen und wie sie das gesamte Team mit auf den Weg der digitalen Transformation nehmen. „Wer den Wandel der digitalen Transformation aktiv im Unternehmen mitgestaltet und

Teil der Entwicklung und Veränderung eines innovativen Geschäftsmodells sein möchte, legt mit dem Studiengang das Fundament seiner Karriere“, so Studiengangsleiterin Prof. Dr. Ina Kayser. Multimediale Vermitt-

lungsformen wie virtuelle Klassenzimmer und Online-Vorlesungen ermöglichen den Studierenden höchsten Lernkomfort und maximale Flexibilität. Ergänzend dazu stehen einzelne frei wählbare Präsenztage zur

Verfügung. Dabei entscheiden die Studierenden selbst, ob sie das Studium in Vollzeit, Teilzeit oder in der dualen Variante durchführen möchten. Studienstart ist jeweils im April und Oktober. (djd)



Wir suchen AUSTRÄGER/*/INNEN

jeden Alters für PORZ AM MONTAG in

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

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



+49 2241260380



oder mit diesem QR-Code bewerben!

AUSTRÄGER/*/INNEN für PORZ AM MONTAG in

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

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



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 •

**HOFFMANN
GREENS**

• 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

Die Profis für Leck- und Leitungsortung.

- SchadenERSTservice
- innen, außen, Flachdach
- unabhängig
- kompetent
- schadenmindernd

LOCATEC

Inhaber: Dirk Brühlner
Donauweg 12 - 51061 Köln
Telefon: 0221-68008797
Mobil: +49 172-3996669
koeln@locatec.de

Ich sehe was was Du nicht siehst!

Wir sind 24 Stunden für Sie da:

0800 56 22 832

www.locatec-koeln.de

Ihr Systempartner für das Schadenmanagement bei Leitungswasserschäden

**KOSTENLOSE
PFLIEGERATUNG**

KRANKEN- PFLEGE

*aus kompetenter
Hand*

**AMBULANTE
KRANKENPFLEGE
HAMACHER GMBH**

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

A POTHEKEN-NOTDIENST

Apotheken-Notruf 0800 00 22833

Notdienstbezirk: Poll, Porz, Eil, Wahn, Grengel, Ensens, Wahnheide, Zündorf, Urbach, Gremberghoven, Finkenbergr, Langel, Lind, Westhoven

Samstag, 31. Dezember

Markt-Apotheke

Bahnhofstr. 11, 51143 Köln (Porz), 02203/955950

Sonntag, 1. Januar

Europa-Apotheke

An Sankt Adelheid 12, 51109 Köln (Brück), 0221/9894970

Montag, 2. Januar

Zollturm-Apotheke

Schmittgasse 37, 51143 Köln (Zündorf), 02203/84880

Dienstag, 3. Januar

Damian-Apotheke

Hermannstr. 12, 51143 Köln (Porz), 02203/52213

Mittwoch, 4. Januar

Thomas-Apotheke

Kaiserstr. 44B, 51145 Köln (Porz-Urbach), 02203/24880

Donnerstag, 5. Januar

Adler-Apotheke

Bahnhofstr. 23, 51143 Köln (Porz), 02203/52225

Freitag, 6. Januar

Marien-Apotheke

Bergerstr. 169, 51145 Köln (Porz-Eil), 02203/32498

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

Angaben ohne Gewähr

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!

ALLGEMEINE NOTDIENSTE

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



ÖRTLICHE NOTDIENSTE

Polizeistation Porz
0221/229-5633

Kinderärztliche Notfallpraxis am Krankenhaus Porz am Rhein
02203/9801191

Notruf 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 Gülçikç

Tel.: 02203/8096430 oder 0171/1180122

E-Mail: Schiedsamt.Porz@gmail.com
Gregel, Langel, Libur, Lind, Wahn, Wahnheide und Zündorf

Schiedsamt 73
Peter Alsbach
Tel.: 0152 37794767

E-Mail: peter.alsbach@schiedsmann.de



• Heimweg-Telefon

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

030 120 74 182

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

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



VP VON POLL
(IMMOBILIEN)

Ihre Immobilienspezialisten in Porz.

Von der exklusiven und professionellen Marktpreiseinschätzung Ihrer Immobilie bis zur Übergabe sind wir an Ihrer Seite.

Dellbrücker Hauptstraße 118
51069 Köln

T.: 0221 - 29 74 84 95
koeln.dellbrueck@von-poll.com

www.von-poll.com/koeln-dellbrueck

Norbert Pluchino

Dachdeckermeister

AZUBI (M/W/D) GESUCHT
0 22 03 / 3 44 36
info@pluchino-porz.de

PLAMECO
SPANNDECKEN 40

Strom statt Gas!

Deckenheizung
live erleben
für euch immer Dienstag & Freitag
von 14:00 bis 18:00 Uhr

Mehr erfahren auf: plameco.de/40 | Plameco Spanndecken
Plameco Spanndecken RheinSieg
Frankfurter Str. 493
51145 Köln Porz-Urbach
02203 / 9655044

* Außerhalb der gesetzlichen Öffnungszeiten, keine Beratung, kein Verkauf!

WWW.PLAMECO-RHEINSIEG.DE

Kompetenz aus einer Hand

Grundsteuerreform 2022

Fristverlängerung bis Ende Januar 2023.
Wir nehmen weiterhin Aufträge an!

Wir helfen bei

- der Berechnung von Wohnflächen und Grundrissen ✓
- der korrekten Einreichung beim zuständigen Finanzamt ✓

ImmoFinanz
Strategie

Frankfurter Str. 493 | 51145 Köln-Porz | Tel.: 02203-5026100
h.hess@immobilien-gutachten24.com | www.immofinanzstrategie.de

SEIT 1904 IN KÖLN

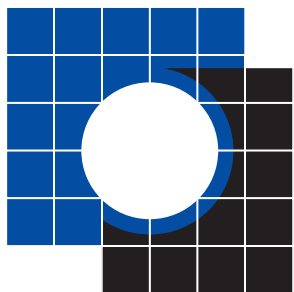
Bittner's

TEPPICHWÄSCHE UND REPARATURANNAHME IN KÖLN

KOSTENLOSE ABHOLUNG
SELBSTANLIEFERUNG NUR NACH TELEFONISCHER VEREINBARUNG
- ZUVERLÄSSIG - SERIÖS - FESTE QM PREISE -

BÜRO: HAUPTSTRASSE 280, 51143 KÖLN-PORZ-ZÜNDORF
BITTNER.S.TEPPICHWAESCHEREI@T-ONLINE.DE
WWW.BITTNER.S.TEPPICHWAESCHEREI.DE
☎ 0221 - 542788

Ferlmann



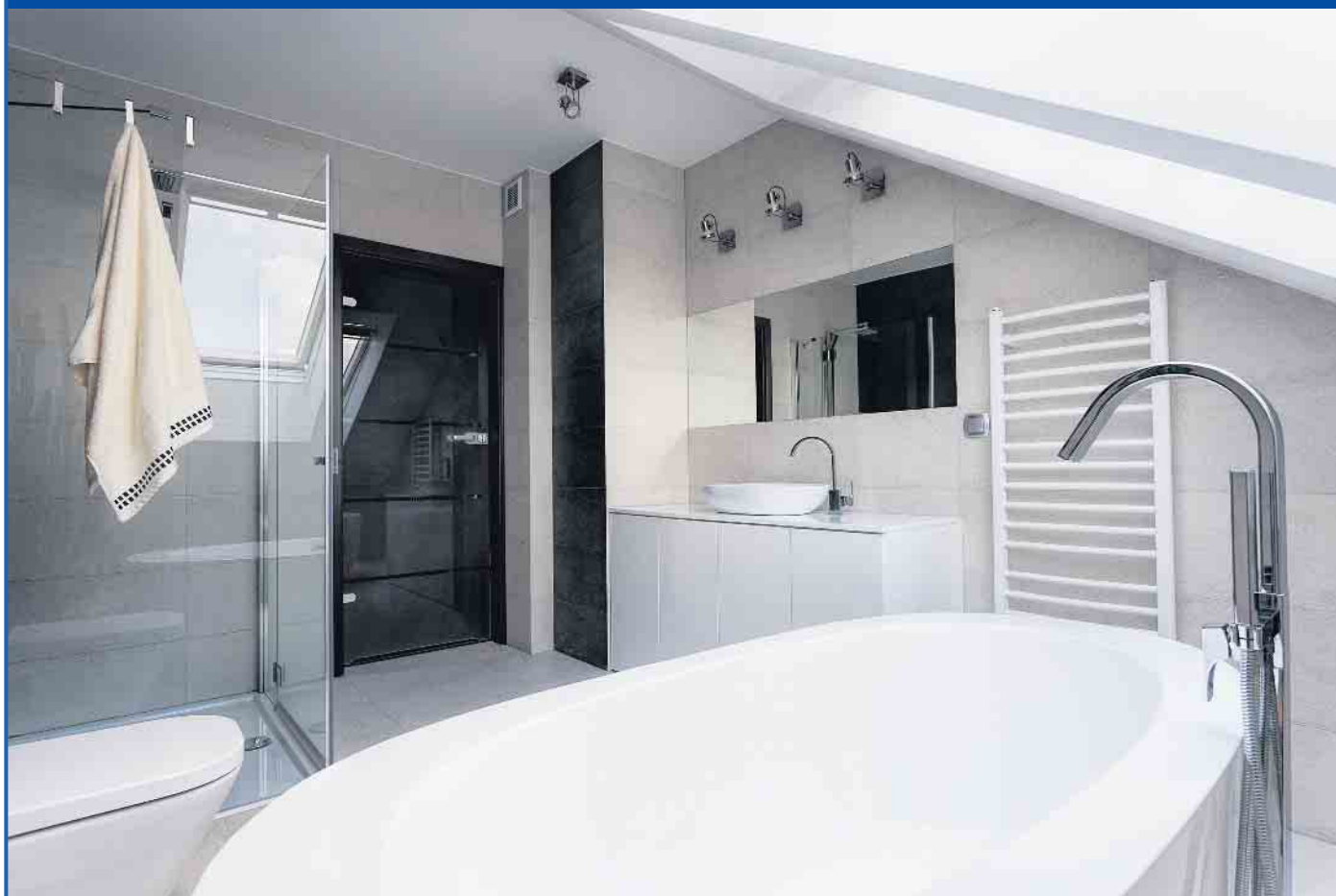
GmbH & Co. KG

FLIESEN

Meisterbetrieb

professionelle
badplanung & ausführung

... alles mit einem Ansprechpartner



Wir wünschen einen guten
Rutsch ins neue Jahr



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