



Online lesen: [rundblick-koeln-ost.de/e-paper](http://rundblick-koeln-ost.de/e-paper)  
Social-Media: [unserort.de/koeln\\_kalk](https://www.facebook.com/unserort.de/koeln_kalk)

TERMINE &  
NEWS FÜR:

# KÖLN-OST

BRÜCK • MERHEIM  
NEUBRÜCK • RATH/HEUMAR

13. Jahrgang

Samstag, den 25. Februar 2023

Nummer 4 / Woche 8

Alle 14 Tage in Ihrem Briefkasten

## KFD-Sitzung bei Rückkehr gefeiert

Nach Corona-Pause:  
Unveränderte  
Leidenschaft bei  
traditioneller  
Karnevalsfeier

Tänze, Sketche und Büttreden  
standen bei den drei KFD-Sitzungen  
auf dem Tagesprogramm.



Bericht auf Seite 2

## 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](http://www.sanitherm.de) • [ausstellung@sanitherm.de](mailto:ausstellung@sanitherm.de)



Tel. 02203 810 89 • [www.heyermann.com](http://www.heyermann.com)



Tel. 02203 18 05 84 • [www.fliesen-klaas.de](http://www.fliesen-klaas.de)



Tel. 02203 8 18 91 • [www.elektro-biergans.com](http://www.elektro-biergans.com)



**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

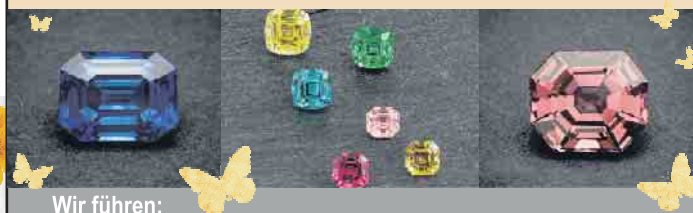
[mjunkersdorf@gmx.de](mailto:mjunkersdorf@gmx.de) • [www hoeren-und-sehen.com](http://www hoeren-und-sehen.com)



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

## Einladung zur Farbsteinausstellung

Am 20./21. und 22.04.2023 von 9-18 Uhr



Wir führen:

MAURICE LACROIX  
Manufacture Horlogère Suisse

Waldmann

BERING

EBEL  
BEAUTY MARRIES FUNCTION

BOCCIA®  
TITANIUM

SEIKO



**ATELIER Süß**  
Manufaktur für Schmuck

Gilgastr. 37 | 51149 Köln | 02203 15044

[www.atelier-suess.de](http://www.atelier-suess.de) | [info@atelier-schmuckwerkstatt.de](mailto:info@atelier-schmuckwerkstatt.de)

Folgen Sie uns [f](https://www.facebook.com/atelier.suess) / [i](https://www.instagram.com/atelier.suess) @Atelier Süß

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

Fortsetzung der Titelseite

*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](http://www.auto-schmitz-porz.de)

Seit 1986 für Sie vor Ort!  
 Ihr CITROËN-, DS-Automobiles- und MAZDA-Partner.  
 Exklusiv im rechtsrheinischen Köln!

[www.markilux.com](http://www.markilux.com) sicher · zeitlos · schön



**Den Sommer stilvoll genießen  
 – mit markilux Markisen**

**Labatzki** SONNENSCHUTZANLAGEN  
 Ensener Weg 1 - 3 • 51149 Köln  
 Tel.: 02203/95 15 41  
 Fax: 02203/95 15 46  
[www.labatzki.de](http://www.labatzki.de) · [info@labatzki.de](mailto:info@labatzki.de)

**markilux**

**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](http://www.quick-immobilien.de)

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

**quick Immobilien**



R. Brennecke

Im Zentrum von Porz: Goethestraße / Ecke Bahnhofstraße

**Rath-Heumar.** Lange hat die KFD St. Cornelius gewartet, bis sie ihre coronabedingte Zwangspause beendete. Am 8. Februar war es dann endlich so weit und die eingeschworene Truppe der Katholischen Frauengemeinschaft Deutschlands präsentierte dem jecken Publikum von Mittwoch bis Freitag (10. Februar) in drei Sitzungen, was in den letzten coronageplagten Jahren viel zu kurz kam. Nämlich der Fasteleer im eigenen Veedel. Die KFD, bestehend aus 15 Frauen zwischen 22 und 84 Jahren, organisierte den gesamten Ablauf der Sitzung in Eigenregie unter dem Motto „KFD - Ansteckend jeck“. 17 Programmpunkte bestehend aus Büttensreden, Sketchen

und Tänzen wurden den jeweils 90 Zuschauerinnen und Zuschauern an jedem der drei Sitzungstage geboten. Zwar hat die Gruppe in den vergangenen drei Jahren einige Abgänge verzeichnen müssen, doch konnten sich die Frauen über fünf neue, junge Mitglieder freuen. Den Abgang von Sitzungspräsidentin Christel Pause fing die KFD gemeinschaftlich auf. Wer sich den Präsidentinnen-Zylinder aufsetzte, der hatte das Sagen. Zum Sitzungsschluss ging das Publikum vom „Karnevals-virus“ angesteckt, glücklich nach Hause und freute sich darüber, dass die über 30-jährige Tradition trotz Pause fortgeführt wird. Die Einnahmen durch den Kartenverkauf werden an soziale Zwecke gespendet.

## RSV Rath-Heumar protestiert bei Bezirksregierung

Verein ist enttäuscht von der Politik und hofft auf Kehrtwende

**Rath-Heumar.** Der RSV Rath-Heumar hat genug von der Politik. Der Verein braucht dringend eine neue Perspektive in Form einer neuen Sportanlage. Über ein Jahrzehnt pochen die Verantwortlichen schon auf Unterstützung aus der Politik - bislang vergebens. Eine Sanierung der bestehenden Anlage „An der Rather Burg“ ist aus verschiedenen Gründen nicht möglich - der

Pachtvertrag läuft im November aus. Von Existenzängsten getrieben, ist der RSV zum Standortwechsel bereit und plant eine Sportanlage inklusive Kunstrasenplatz am Rather See. Am 9. März wird daher eine Petition mit Unterschriften an die Bezirksbürgermeisterin des Stadtbezirkes Köln-Kalk, Claudia Greven-Thürmer übergeben. Wie der Verein in der Vergangenheit angekündigt hatte, soll dieser Petition mit einer Protestaktion noch einmal deutlich Nachdruck verliehen werden. Mit Trillerpfeifen und Roten Karten wollen die Mitglieder des Vereins der Bezirksregierung zum einen demonstrieren, wie enttäuscht sie vom unengagierten Verhalten der Politik sind. Zum anderen wollen sie der Politik verdeutlichen, dass bei weiterer Verzögerung der notwendigen Beschlüsse ein ganz wichtiger Teil des sozialen Lebens in Rath-Heumar bald nicht mehr existieren wird. Welch große Institution der Verein trotz aller Umstände im Veedel ist, zeigte der Brückerkarnevalszug am Karnevalssonntag. Dort war der Verein mit über 150 Mitgliedern als eine der größten Gruppe im Zug vertreten.

## LANGFRISTIGE TRAININGSERFOLGE IN 20 MIN. PRO WOCHE

### Zeiteffizient und gesund abnehmen mit EMS Personaltraining von Körperformen

Abnehmen, Cellulite reduzieren, muskuläre Dysbalancen ausgleichen, Rückenschmerzen bekämpfen – das sind nur einige Dinge, die das Training mit elektrischen Impulsen (EMS) bewirken kann. Die wöchentlichen 20-minütigen Trainingseinheiten bei Körperformen sorgen für einen wohlgeformteren Körper, mehr Kraft und haben auch positive und langfristige Auswirkungen auf das psychische Wohlbefinden sowie die Gehirnleistung.

„Für alle, die wenig Zeit für Sport haben, ihren Körper aber dennoch fit halten wollen, ist unser EMS Training optimal geeignet“, erklärt Marcel Almeida, Inhaber von 10 Körperform Studios in Köln und Umgebung. Denn 20 Minuten Training mittels Elektro-Muskel-Stimulation (EMS) können ebenso effizient sein wie mehrere Stunden Krafttraining im Fitnessstudio. „Zusätzlich sorgt die durchgehende Begleitung durch unsere Personal Trainer für mehr Motivation und maximale Trainingserfolge“, ergänzt

Almeida. Die Trainerinnen und Trainer achten stets auf die korrekte Ausführung der Übungen und können jede Trainingseinheit an die gesundheitliche Verfassung des Trainierenden anpassen. „Auch für ältere Menschen ist EMS Training sehr gut geeignet. Wir verzichten auf zusätzliche Gewichte beim Training, um Sehnen und Gelenke zu schonen“, so Almeida.

Beim EMS Training werden nicht nur einzelne Muskelpartien, sondern mehrere Muskelgruppen gleichzeitig trainiert. Durch die hohe Beanspruchung der Muskeln beim Training kommt der Stoffwechsel in Schwung und die Fettverbrennung wird angeregt. Wissenschaftliche Studien zeigen, dass durch EMS Training in kurzer Zeit deutlich mehr Kalorien verbrannt werden können als bei herkömmlichem Kraft- oder Ausdauertraining: Trainierende kommen bei 20 Minuten auf bis zu 550 kcal. Das entspricht in etwa einer Tüte Chips oder einer Tafel Schokolade. Zudem hält der sogenannte Nachbrenneffekt den Stoffwechsel bis zu

36 Stunden nach dem EMS Training weiter auf Hochtouren. Dadurch werden auch noch eineinhalb Tage nach der Trainingseinheit zusätzliche Kalorien verbrannt.

Durch das intensive Ganzkörpertraining können Trainierende in kurzer Zeit nachhaltig Muskeln aufbauen. Die sorgen nicht nur für einen gesteigerten Kalorienverbrauch und damit für eine erhöhte Fettverbrennung, sondern tragen auch positiv zur Figurformung bei. Zudem werden Haut und Bindegewebe durch regelmäßiges EMS Training bei Körperformen gestrafft.

„Viele unserer Kunden verzeichnen schon nach wenigen Wochen großartige Erfolge“, berichtet Almeida. Vor allem die enge Begleitung durch die speziell ausgebildeten Trainer und die angenehme, diskrete Atmosphäre wüssten viele Kundinnen und Kunden zu schätzen, so Almeida.

Wer sich selbst ein Bild vom gesundheitsorientierten EMS Training bei Körperformen in Köln und Umgebung machen will, kann ein kostenloses Probetraining vereinbaren.

## NACH KARNEVAL KOMMT DER SOMMER In 20 Min. zur Sommerfigur mit EMS Training



effektives  
Rückentraining



fit in 20 Min.  
pro Woche



persönliche Betreuung  
bei jedem Training





QR-Code scannen &  
Termin vereinbaren!



**Jetzt kostenlos testen & Zufriedenheitsgarantie sichern!**

**Köln Rath** | Rösrather Straße 622 | 51107 Köln Rath | ☎ 0221 995 578 76 | ✉ rath@kformen.com

**Köln Porz** | Zum Alten Paulshof 1-3 | 51147 Köln Porz | ☎ 02203 186 47 63 | ✉ porz@kformen.com

**Refrath** | Siebenmorgen 43 | 51427 Bergisch Gladbach | ☎ 02204 409 1155 | ✉ refrath@kformen.com

**Overath** | Olper Straße 27 | 51491 Overath | ☎ 02204 979 84 84 | ✉ overath@kformen.com

**Niederkassel** | Provinzialstraße 52 | 53859 Niederkassel | ☎ 0228 909 170 03 | ✉ mondorf@kformen.com





## Brücker Karnevalszug



Siegtaler Musikanten Mudersbach



Drachen



Blos Mer Jet



Messdiener Roncalli



De Raderkasten Dollen



Tanz Korps Rot-Weiß Bechen



Hubertus Fünkchen



# Infoabend: Feste, dritte Zähne - an nur einem Tag

(red) - Ein neuartiges Konzept (All-on-4®) macht es möglich: Feste dritte Zähne an nur einem Tag! In der dental suite im Rheinauhafen ist dieses Konzept bereits seit Jahren tägliche Routine. Es wurde speziell für Patienten entwickelt, die von vollständigem oder fast vollständigem Zahnverlust betroffen sind.

Das Besondere: Lediglich vier Implantate müssen für einen vollständigen Zahnersatz pro Kiefer (Ober- oder Unterkiefer) eingebracht werden - zwei im vorderen Bereich des Kiefers und zwei weitere im hinteren Bereich. Im Anschluss wird ein Zahnbogen darauf befestigt, durch den der Patient einen festsitzenden und sofort vollständig belastbaren Zahnersatz erhält - in nur einer Behandlungssitzung.

## Vorteile gegenüber Prothesen

Herausnehmbarer Zahnersatz stört nicht selten beim Sprechen und auch die Angst vor dem Versagen der Haftcreme bleibt immer im Hinterkopf präsent. All-on-4® Zahnersatz ist hingegen fest im Kiefer verankert. Dementsprechend ist die Patientenzufriedenheit in Bezug auf die Ästhetik, die

Sprechweise und das Selbstbewusstsein in aller Regel besser als mit einer herausnehmbaren Zahnprothese.

## Vorteile gegenüber Implantaten

Durch das All-on-4® Behandlungskonzept werden alle Zähne im Ober- oder Unterkiefer während eines einzigen Eingriffs ersetzt. Würde stattdessen für jeden fehlenden Zahn ein eigenes Implantat eingebracht werden, könnte sich der Behandlungsverlauf über Monate hinziehen. Durch All-on-4® erhalten die Patienten hingegen feste, dritte Zähne an einem Tag, die sie zudem sofort voll belasten können.

## Kostengünstig und patientenfreundlich

Gerade im Vergleich zu einem vollständigen Zahnersatz mit Implantaten ist das All-on-4® Konzept eine vergleichsweise kostengünstige Behandlungsoption. Darüber hinaus kommt die Methode auch Angstpatienten sehr entgegen, da der gesamte Behandlungszeitraum (inklusive Vorbereitung und Nachbehandlung) sehr kurz gehalten werden kann.



*Dr. Andre Schmitz gehört zum Kreis der erfahrensten Zahnärzte für implantologische Eingriffe in Deutschland.*

## Kostenfreier Infoabend für Patienten in Köln

Interessierten Patienten bietet die dental suite die Möglichkeit, sich im Rahmen eines Infoabends über das All-on-4® Konzept zu informieren – unverbindlich und kostenfrei. Die behandelnden Zahnärzte stehen nach einer kurzen Präsentation für Fragen bereit.

dental+suite®  
RHEINAUHAFEN

## INFOABEND FESTE DRITTE ZÄHNE

Unverbindlich und  
kostenfrei informieren!

**MI, 01. MÄRZ**  
**BEGINN: 18 UHR**

📍 Agrippinawerft 24  
50678 Köln



## FESTE DRITTE ZÄHNE - AN EINEM TAG!

Wir stellen Ihnen an unserem Infoabend eine Methode vor, mit der feste dritte Zähne an einem Tag möglich sind. Der Gaumen bleibt dabei frei und Sie spüren kein Fremdkörpergefühl im Mund.

Anmeldung unter 0221 / 47 67 29 0 oder über den QR-Code →





RSV Rath-Heumar



Löstje Brücker Müs

# Jetzt 25% Rabatt\*

## auf Scheibenwischer von Bosch



### BOSCH

Technik fürs Leben

\* Preise gelten für Pkw. Preise verstehen sich als unverbindliche Preisempfehlung inkl. MwSt, ohne Einbau und pro Stück. Gültig vom 27.02. bis 31.03.2023.



Eine **WERKSTATT** ... Alle Marken

## Breuer

Neue Eiler Str. 54 • 51145 Köln (Porz-Eil)  
 Tel. (02203) 35565  
[www.car-service-breuer.de](http://www.car-service-breuer.de)



Funken Feinripp

Merheimer Musketiere



### 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](mailto:kanzlei@kanzlei-sbbw.de)

# GROßER ANKAUF



Neben den Ankauf von antiken Raritäten wie z.B. Möbel, Porzellan, Gemälde kaufen wir auch Altgold zu tagesaktuellen Preisen. Wir erstellen Ihnen gerne ein unverbindliches Angebot.

**Köln: 0221 - 20538746 • Lohmar: 02246 - 9169634**

6

Rundblick Köln-Ost – 25. Februar 2023 – Woche 8 – Nr. 4 – [www.rundblick-koeln-ost.de](http://www.rundblick-koeln-ost.de)



# Polsterwerkstatt · Möbelwerkstatt · Bodenbeläge



*Wir feiern großes Firmenjubiläum  
und dazu bieten wir jetzt  
Top-Angebote im  
Bereich Dienstleistungen an!*

**WIR GARANTIEREN IHNEN, DIE FERTIGSTELLUNG ALLER AUFTRÄGE INNERHALB VON 10 TAGEN!**

FEBRUAR	FEBRUAR	FEBRUAR	FEBRUAR	MÄRZ	MÄRZ	MÄRZ	MÄRZ
Fr	Sa	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa
<b>24</b>	<b>25</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>01</b>	<b>02</b>	<b>03</b>	<b>04</b>

**Angebote nur gültig vom 24. Februar 2023 bis 04. März 2023!**



AB  
**29,90 €**

## Polsterwerkstatt

Aufpolstern & Aufbereitung aller Arten von  
Stühlen, Sesseln, Bänken, Garnituren, Eckbank, Sofa  
u.v.m.



AB  
**7,90 €**  
pro qm

## Teppichwäsche

Waschen, Reparatur, Restauration,  
Teppichwerkstatt für Teppiche aller Art!



AB  
**29,90 €**

## Möbelwerkstatt

Reparatur & Aufbereitung Möbel aller Art.  
Egal ob Antiquitäten oder moderne Möbel -  
wir beraten Sie gerne!

### POLSTERWERKSTATT



### TEPPICHWÄSCHEREI & REPARATUR



### MÖBELWERKSTATT



**KOSTENLOSE BERATUNG VOR ORT · ABHOL- & BRINGSERVICE**

Inh. D. Demestre · Möbel Aldenhoven · Fuldaer Str. 116 · 51103 Köln  
www.moebel-aldenhoven.de · E-Mail: moebel-domicil@web.de

**HAUPTFILIALE KÖLN: 0221 - 20538746**



**UNSERE WEITEREN FILIALEN IN IHRER NÄHE**

**Rhein-Erft Kreis: 02237 - 6948930 · Rhein-Sieg Kreis: 02246 - 9169634**





RSV Rath-Heumar

# Stress!

Anzeige

Wie ein einziger Nachmittag dabei helfen kann, ihn zu überwinden und Gelassenheit im Alltag zu finden!

Sind Sie oft gestresst? Wenn ja, sind Sie damit auf jeden Fall nicht alleine! Die Nachrichten überschlagen sich mit Hiobsbotschaften und alles prasselt auf uns ein. Dazu kommt noch Stress im Alltag und Beruf und schon dreht sich das Gedanken-Karussell garantiert.

Das Problem: Inzwischen ist es nachgewiesen, dass unsere Gedanken mehr Einfluss auf unsere Gesundheit haben, als wir es je für möglich gehalten haben.

Das musste ich vor vielen Jahren am eigenen Leib erfahren: Als ich durch zu viel Stress, plötzlich und ohne Vorwarnung einen gesundheitlichen Totalausfall erlitt!

Mein Name ist Uwe Trevisan und inzwischen führe ich ein gesundes, selbstbestimmtes Leben und gehe seit über 20 Jahren meiner Berufung als Therapeut, Mentaltrainer und Ausbilder nach.

Das neue Statussymbol unserer Gesellschaft:



Uwe Trevisan (Mitte) bei der Ausbildung zukünftiger Therapeuten

**Ein entspanntes, ruhigeres und bewusstes Leben ohne Stress!**

Dass das kein Wunschdenken ist und wie das auch für Sie möglich ist, erfahren Sie in unserem **kostenfreien Info-Nachmittag**.

Dort zeige ich Ihnen einfache Techniken, mit denen Sie Ihre Gedanken in Alltagssituationen bewusst in eine positive

Richtung lenken und so Ihr Stresslevel senken.

Sie werden staunen, wie sehr unsere Gedanken unser Leben beeinflussen!

Das Ganze wird zudem kein staubtrockener Vortrag, sondern eine unterhaltsame, lockere Runde in unserem gemütlichen Seminarraum hier in Hennef.

Auch stelle ich unsere **Ausbildung zum**

**Therapeut für Mentales Training, Entspannungs- und Gesundheitslehre** vor, welche im Gegensatz zu vielen Aus- und Weiterbildungsmöglichkeiten ganz einfach **berufsbegleitend und lokal** in Hennef abgeschlossen werden kann.

Die Ausbildung richtet sich an alle, die nachhaltig Gelassenheit und innere Ruhe im Alltag erreichen wollen und eine berufliche Perspektive oder Zusatzqualifikation mit Zukunft suchen.

Denn die dort vermittelten Fähigkeiten werden von Jahr zu Jahr in allen Bereichen gefragter.

Falls auch Sie schon jetzt von diesen Fähigkeiten profitieren wollen, **verschaffen Sie sich selbst einen Eindruck** und melden Sie sich zu unserem kostenfreien Info-Nachmittag an.

Bitte sichern Sie sich frühzeitig ihren Platz, da die Teilnehmerzahl aufgrund der Sitzplätze begrenzt ist.

**Kostenloser Infonachmittag für mehr Entspannung im Alltag** und zur Ausbildungs-Möglichkeit als Therapeut für Mentales Training und Gesundheitslehre

**Sonntag, 19. März 2023** von 14:00-16:00 Uhr

Ort:

**Euro Park Hotel, Reutherstraße 1c, 53773 Hennef**

Anmeldung unter:

**Telefon 02683 - 99 99 777 oder [trevisan@safety-energetics.de](mailto:trevisan@safety-energetics.de)**

**[www.safety-energetics.de](http://www.safety-energetics.de)**

**Lebensglück / innerer Frieden selbstbestimmt leben**

**Seminare / Ausbildung / Coaching**





# Jecke Priese för de 5. Jahreszick.

## Der T-Roc R-Line



Jetzt leasen  
ab 299,- €<sup>1</sup> 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 l/100 km: (kombiniert) 6,4 l, innerstädtisch (langsam) 7,7 l, Stadtrand (mittel) 6,2 l, Landstraße (schnell) 5,6 l, Autobahn (sehr schnell) 6,7 l, CO<sub>2</sub>-Emissionen (kombiniert) 145 g/km**

**z. B. T-Roc R-Line 1.5 l TSI OPF 110 kW (150 PS) 7-Gang-Doppelkupplungsgetriebe DSG, Ausstattung:** Lackierung: Ascotgrau, Anhängervorrichtung, „Air Care Climatronic“, Nevada 7 J x 18 in Schwarz / glanzgedreht, Mittelarmlehne vorn, Multifunktions-Sportlenkrad in Leder, Sport-Komfortsitze vorn, Vordersitze beheizbar, Automatische Distanzregelung ACC, Parklenkassistent „Park Assist“ inkl. Einparkhilfe, „Lane Assist“, App-Connect Wireless, Digital Cockpit, Außenspiegel elektrisch einstell-, anklapp-, beheizbar, mit Memory-Funktion, Telefonschnittstelle, Innenspiegel automatisch abblendend, LED-Plus-Scheinwerfer, Regensensor, Fahrprofilauswahl u.v.m.

einmalige Sonderzahlung:	EUR 2.999,00 <sup>1</sup>
Jährliche Fahrleistung:	10.000 km
Laufzeit:	48 Monate
monatliche Leasing-Rate ohne Dienstleistungen	EUR 299,00 <sup>1</sup>
Wartung und Verschleißreparaturen Aktion	EUR 27,26
<b>monatliche Leasing-Rate inkl. Dienstleistungen</b>	<b>EUR 326,26<sup>1</sup></b>



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. <sup>1</sup> Ein Angebot der Volkswagen Leasing GmbH, Gifhorn Str. 57, 38112 Braunschweig. **Bonität vorausgesetzt.** Bildliche Darstellungen können vom Auslieferungsstand unwesentlich abweichen. Weitere Informationen zum offiziellen Kraftstoffverbrauch und den offiziellen spezifischen CO<sub>2</sub>-Emissionen neuer Personenkraftwagen können dem „Leitfaden über den Kraftstoffverbrauch, die CO<sub>2</sub>-Emissionen und den Stromverbrauch neuer Personenkraftwagen“ entnommen werden, der an allen Verkaufsstellen und unter [www.dat.de](http://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](http://autohaus-hoff.de)






**Wir suchen 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](https://regio-pressevertrieb.de/bewerbung)  
➤ oder unteren Abschnitt in DRUCKBUCHSTABEN ausfüllen und senden an:  
**REGIO PRESSE VERTRIEB GmbH** · z. Hd. Frau Biesemann · Kasinostraße 28-30 · 53840 Troisdorf  
FON 02241 260-382 · E-MAIL [mail@regio-pressevertrieb.de](mailto:mail@regio-pressevertrieb.de)

Gerne per WhatsApp  
  
+49 2241260380

  
oder mit diesem  
QR-Code  
bewerben!


## WIR SUCHEN...

„Lokaler geht's nicht“ ist unser Slogan, dem wir seit über 60 Jahren treu bleiben.  
Zum nächstmöglichen Termin suchen wir für das **Gebiet Köln-Ost** einen  
**nebenberuflichen Zustellerbetreuer** (m/w/d)  
für unsere Zusteller dieser Zeitung.

Die Tätigkeit eignet sich z.B. sehr gut für ehemalige Postbedienstete, neben  
Organisationsgeschick, Durchsetzungsvermögen sind Ortskenntnisse gefragt.  
Sie erfordert eine positive Ausstrahlung, Kontaktfreudigkeit und Eigeninitiative.  
Voraussetzung ist ein eigenes Fahrzeug.

Bitte bewerben Sie sich per E-Mail (ausschließlich .pdf) oder Telefon unter:  
**REGIO PRESSE VERTRIEB GmbH**  
Stichwort: Betreuer · Fon 02241 260-383 · Mail [mail@regio-pressevertrieb.de](mailto:mail@regio-pressevertrieb.de)  
· WhatsApp +49 2241260380 

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




**Wir suchen AUSTRÄGER/\* /INNEN**  
jeden Alters für den **RUNDBLICK KÖLN-OST** in

☐ **Brück** ☐ **Merheim**  
☐ **Rath-Heumar**

**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](https://regio-pressevertrieb.de/bewerbung)  
➤ oder unteren Abschnitt in DRUCKBUCHSTABEN ausfüllen und senden an:  
**REGIO PRESSE VERTRIEB GmbH** · z. Hd. Frau Biesemann · Kasinostraße 28-30 · 53840 Troisdorf  
FON 02241 260-382 · E-MAIL [mail@regio-pressevertrieb.de](mailto:mail@regio-pressevertrieb.de)

Gerne per WhatsApp  
  
+49 2241260380

  
oder mit diesem  
QR-Code  
bewerben!

---

**AUSTRÄGER/\* /INNEN** für den **RUNDBLICK KÖLN-OST** in

☐ **Brück** ☐ **Rath-Heumar** ☐ **Merheim**

An  
**REGIO PRESSE VERTRIEB GmbH**  
Frau Biesemann  
Kasinostraße 28-30  
53840 Troisdorf



Name, Vorname .....

Straße, Hausnummer .....

PLZ, Ort .....

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

E-Mail .....

## Das Recht auf Ruhe

### Was Arbeitnehmer zu Arbeitszeiten und Überstunden wissen sollten

Der Fachkräftemangel wird zunehmend zum Problem, Tausende Arbeitsplätze in unterschiedlichsten Branchen sind aktuell unbesetzt. Für die Mitarbeiter in zahlreichen Unternehmen bedeutet das so manche Mehrbelastung, um die Arbeit überhaupt noch erledigt zu bekommen. Wie Statista berichtet, leisteten Arbeitnehmer in Deutschland 2021 im Durchschnitt 20 bezahlte und nochmals 21,8 unbezahlte Überstunden - zusammen also mehr als eine übliche Arbeitswoche. Doch wie viel Extrastunden sind überhaupt erlaubt, welche Rechte haben die Beschäftigten und wie steht es um den Freizeitausgleich für Mehrarbeit? Diese Fragen führen immer wieder zu Streitigkeiten.

#### Finanzieller Ausgleich oder freie Zeit

Eine weitere Vorgabe des Arbeitszeitgesetzes besagt, dass pro Woche nicht mehr als insgesamt 60 Arbeitsstunden zulässig sind. Wer Überstunden leistet, sollte sich dies direkt vom Chef oder dem Vorgesetzten schriftlich bestätigen lassen. Nur so lassen sich später finanzielle oder Freizeitansprüche geltend machen. Weitere Informationen zu den Rechten von Arbeitnehmern gibt es etwa unter [www.aub.de](http://www.aub.de), hier finden sich außerdem zahlreiche Seminarangebote und eine Kontaktmöglichkeit für individuelle Beratungen. Besonderen Schutz genießen Minderjährige, die sich beispielsweise in der Berufsausbildung befinden. Gemäß Jugendarbeitsschutzgesetz sind acht Stunden täglich das Maximum, der Unterricht in der Berufsschule muss dabei als Arbeitszeit berücksichtigt werden. (djd)





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



WWW.RAUTENBERG.MEDIA

Wir sind ein mittelständisches Medienhaus in Troisdorf, Bohmte und Berlin.

## WIR SUCHEN:

für unser **TEAM IT**

### ■ **Systemadministrator** (m/w/d) Vollzeit 37,5 Std.

Sie sind/haben eine/n

- Ausbildung zum Fachinformatiker Fachrichtung Systemintegration / Berufsausbildung in einem IT-Ausbildungsberuf od. mind. 2-jähr. Berufspraxis
- gutes analytisches Verständnis, Freude an der Arbeit und stetigem Lernen
- serviceorientierte und aufgeschlossene Persönlichkeit
- zielorientierten und eigenverantwortlichen Arbeitsstil

#### Ihre Aufgaben

als 1st Level Support Anwender (Hardware 166 Arbeitsplätze):

- Sicherstellung des Betriebes, Infrastruktur: Server, Clientsystemen, Netzwerke, Datenbanken (Microsoft, Linux/Ubuntu 18.04LTS, MS-SQL, Lotus)
- Lösung hard-/softwaretechn. Fragen/Störungen vor Ort/per Telefon/Remote
- Betreuung der virtuellen Serverumgebung aktuell unter Vmware ESXi6.7
- Benutzer- und Rechteverwaltung im Active Directory
- Betreuung im Bereich Backup und Recovery, Archivierung
- Anforderungsaufnahme und Planung bei Einkauf von Hard- und Software
- Lizenzmanagement, regelmäßige IT-Inventur
- Unterstützung bei der kontinuierlichen Verbesserung der Serviceprozesse sowie der Maßnahmen zur Qualitätssicherung und IT-Sicherheit

#### Wir bieten

- spannende Aufgaben in einem innovativen, mittelständischen Medienhaus
- wertschätzende Arbeitsatmosphäre mit regelmäßigen Arbeitszeiten
- einen unbefristeten Arbeitsvertrag und leistungsgerechte Vergütung

**Wir freuen uns auf Sie!** Bitte Bewerbung per E-Mail an: Denis Janzen [karriere@rautenberg.media](mailto:karriere@rautenberg.media) | Stichwort: Systemadministrator\*in

für unser **TEAM VERTRIEB**

### ■ **Vertriebsassistent Innendienst** (m/w/d) Teilzeit oder Vollzeit bis 37,5 Std. (HO-Option)

Sie haben

Freude an Kontakt mit Menschen, sind serviceorientiert, sind gerne am Telefon und auch das Schreiben von Mails macht Ihnen nichts aus. Sie können sich schnell in Kunden hineinversetzen und finden passende Lösungen für immer neue Anliegen.

#### Ihre Aufgaben

Erarbeiten passender Kommunikationsstrategien für Kunden sowie Unterstützung der Medienberatung aus dem Verkaufsinendienst. Enger Austausch mit unterschiedlichen Abteilungen in unserem Medienhaus. Pflege von Bestandskunden sowie Neukundenakquise.

#### Wir bieten

- flexible Arbeitszeiten
- familienfreundliche Rahmenbedingungen
- einen Home-Office-Arbeitsplatz

**Wir freuen uns auf Sie!** Bitte Bewerbung per E-Mail an: Denis Janzen [karriere@rautenberg.media](mailto:karriere@rautenberg.media) | Stichwort: Vertriebsassistent Innendienst (m/w/d)

für unser **TEAM PERSONALBUCHHALTUNG**

### ■ **Personalkaufmann** (m/w/d) Teilzeit oder Vollzeit bis 37,5 Std. (HO-Option)

Sie sind

selbstsicher, kommunikativ, sehr gut strukturiert, diskret und haben eine abgeschlossene kaufmännische Ausbildung mit dem Schwerpunkt Personal, gerne mit einer Zusatzqualifikation als Personalreferent. Idealerweise verfügen Sie bereits über eine mehrjährige Praxiserfahrung. Sie freuen sich darauf, Dinge zu bewegen und gehen Ihre Arbeit mit Spaß an.

#### Ihre Aufgaben

- Recruiting & Bewerbermanagement
- Personalentwicklung
- Organisation von Teamevents
- Administrative Aufgaben

#### Wir bieten

- flexible Arbeitszeiten
- familienfreundliche Rahmenbedingungen
- einen Home-Office-Arbeitsplatz

**Wir freuen uns auf Sie!** Bitte Bewerbung per E-Mail an: Denis Janzen [karriere@rautenberg.media](mailto:karriere@rautenberg.media) | Stichwort: Personalkaufmann (m/w/d)



■ ■ ■ ■ Bitte Bewerbungen **per E-Mail** oder **online** ([rautenberg.media/karriere](https://rautenberg.media/karriere)) übersenden. Bewerbungsmappen werden nicht zurückgesendet.

Die nächste Ausgabe erscheint am:  
**Samstag, 11. März 2023**  
Annahmeschluss ist am:  
**08.03.2023 um 10 Uhr**

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

## IMPRESSUM

### RUNDBLICK KÖLN-OST

#### 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 vierzehntäglich

Kostenlose Haushaltsverteilung in Köln-Brück, -Merheim,  
-Neubrück und -Rath-Heumar, Zustellung ohne Rechtsan-  
spruch. Einzelbezug über Rautenberg Media 5,00 Euro/

Stück + Porto. Sind gesetzlich geschützte Warenzeichen  
nicht gekennzeichnet, erlauben fehlende Hinweise keine  
freie Nutzung. Namentlich gekennzeichnete Artikel spie-  
geln nicht immer die Meinung der Redaktion wider.  
**Handhabung für unverlangt hereingegebene  
Pressematerialien**  
Rautenberg Media übernimmt keine Haftung für die Rich-  
tigkeit (inhaltlich u. orthographisch) und Vollständigkeit.  
Per Post erhaltenes Pressematerial wird nicht zurückge-  
sendet. Keine garantierte Veröffentlichung. Entstehen For-  
derungen Dritter aus Verletzungen des Urheber-, Presse-  
oder Nutzungsrechts durch das Pressematerial, fordert  
Rautenberg Media Schadenersatz beim Einreicher. Bei ir-  
rümlich fehlender Namensnennung am Werk (z.B. Bild-  
nachweis) verzichtet der Einreicher auf jegliche Forderung  
an Rautenberg Media. Durch den Einreicher des Pressema-  
terials wird Rautenberg Media beauftragt, dieses sowohl für  
ihre 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

Felix Stollenwerk  
Mobil 0157 78 97 31 60  
f.stollenwerk-rundblick@outlook.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

rundblick-koeln-ost.de/e-paper  
unserrort.de/koeln-kalk

#### SHOP

rautenbergberg.media/anzeigen

#### LOKALER GEHT'S NICHT

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

Die Zeitungsartikel mit Bildmaterial erscheinen auch unter unserer Ort.de, der Social-Media-Plattform von Rautenberg Media.

Lernen Sie uns als 360° Media-Partner auch bei DRUCK (Broschüren, Kataloge, Geschäftspapiere...), WEB (Homepages, Digitale Werbung, Shops...), FILM (Imagefilme, Kinospots, Produktfilme...) kennen.

Wir freuen uns auf Sie: [rautenbergberg.media](http://rautenbergberg.media)

ZEITUNG

DRUCK

WEB

FILM

RAUTENBERG MEDIA

## PRIVATE & GESCHÄFTLICHE KLEINANZEIGEN

## ONLINE BESTELLEN

[www.rautenbergberg.media/kleinanzeigen](http://www.rautenbergberg.media/kleinanzeigen)

KLEINANZEIGEN

PRIVAT & GESCHÄFTLICH

ONLINE BESTELLEN

rautenbergberg.media/kleinanzeigen

Ihre private\* KLEINANZEIGE bis 100 Zeichen in dieser Zeitung

ab 6,99€

02241 260-400

Telefonische Beratung

RAUTENBERG MEDIA

## 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



### AUTO & ZWEIRAD

**Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen**  
Tel.: 03944-36160 [www.wm-aw.de](http://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.rautenbergberg.media



**Die Salzwüste in Bolivien**  
verwandelt sich einmal  
im Jahr in  
einen See.

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

RSK-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

**Rathausaal Porz**  
Veranstaltungen im  
Bezirksrathaus Porz

## KABARETTABO

- Wilfried Schmickler  
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

- Schöne Taschen Männer  
04.11.23
- Schöne Bescherungen  
02.12.23
- BETTE UND JOAN  
24.02.24
- Nein zum Geld!  
16.03.24
- VIER LINKE HÄNDE  
27.04.24

95€ über Bürgeramt Porz  
105€ über kölnticket



**„Hausmeister Krause“**  
Komödie mit Deutschlands  
bekanntesten Hausmeister  
Sa., 18. März 2023, 20 Uhr

[www.rathausaal-porz.de](http://www.rathausaal-porz.de)  
alle Karten unter

**kölnticket** Hotline 0221 2801 &  
westticket barmicket

Telefon 0221 / 221-97333

**Stadt Köln**



# Vogelbeobachtung auf Gut Leidenhausen

Das Umweltbildungszentrum Gut Leidenhausen lädt gemeinsam mit dem NABU Köln zu einer naturkundlichen Vogelbeobachtung in gemütlicher Atmosphäre ein. Die ornithologisch interessierten Teilnehmer\*innen beobachten heimische Wintervögel an der Futterstelle bei Kaffee und Kuchen und werden dabei von einem Vortrag begleitet. Welche Vögel gibt es in Kölner Gärten? Was sind die

Ursachen für die Bestandsrückgänge vieler Vogelarten? Ist eine Fütterung sinnvoll und was ist dabei zu beachten? Im Anschluss werden die Teilnehmer\*innen zu einer Vogelstimmenexkursion rund um das Gut geführt. Die Veranstaltung findet am Sonntag, 26. Februar, von 14 bis 16 Uhr statt und kostet 12 Euro. Treffpunkt ist an der Portalausstellung in der Tenne. (red.)

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

**Selbst bei Druck- und Stauwasser**

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

**Tel.: 0224 | 26 15 980**

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

Ingenieurbüro  
**DreFit**

30 Jahre  
Garantie!

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

## Kleidercafé in Finkenberg

Am Mittwoch, 1. März, findet im Bürgerzentrum Finkenberg, Stresemannstraße 6a, von 11 bis 13.30 Uhr ein Kleidercafé statt. Es wird eine Auswahl an gut erhaltener Kleidung zu günstigem Preis angeboten. (red.)

## Kurs zum Waldbaden

Die Schutzgemeinschaft Deutscher Wald Köln e.V. bietet zum Frühlingsanfang ein abwechslungsreiches Programm an, um den Kölner Wald in seiner Vielfalt erleben zu können. So findet am Samstag, 4. März, um 10 Uhr ein Einführungskurs Waldbaden auf Gut Leidenhausen statt. Anmeldungen sind unter [www.waldbaden-nrw.de/](http://www.waldbaden-nrw.de/) Termine möglich. (red.)

## Veedelsessen im Bürgerzentrum Finkenberg

Jeden Dienstag lädt das Bürgerzentrum Finkenberg, Stresemannstraße 6a, zwischen 12 und 13 Uhr zu einer warmen Mahlzeit ein. Das Veedelsessen kostet 2 Euro. Besonders willkommen sind Menschen in sozialen Notlagen. Um vorherige Anmeldung wird gebeten unter Telefon: 02203 9354418 oder per E-Mail an [buze@parisozial-koeln.de](mailto:buze@parisozial-koeln.de). (red.)

Sehen: Jahn! Hören: Jahn!

**50% gespart**

**KAUF 1  
NIMM 2**

Wählen Sie ihre zwei Wunschbrillen in gleicher Glasqualität und bezahlen Sie für das Paket nur eine der beiden Brillen.

**optik jahn**  
HÖRAKUSTIK

**TEST Bild**  
DIE BESTEN DER STADT  
★★★★★ 2021  
Kassenkontrollierung  
KOLN  
**1. Platz**  
OPTIKER

50126 BERGHEIM  
Hauptstraße 13  
Tel: 02271/44583

50321 BRÜHL  
Uhlenstraße 100  
Gieseler-Galerie  
Tel: 02232/595045

51103 KÖLN-KALK  
Kalker-Hauptstraße 65  
Köln-Arcaden  
Tel: 0221/35503680

51107 KÖLN-RATH  
Rosenthaler Straße 620  
Tel: 0221/861572

51143 KÖLN-PORZ  
Hermannstraße 2  
City-Center-Porz  
Tel: 02203/977518

51465 BERGISCH-GLADBACH  
Hauptstraße 130  
Rheinberg-Galerie  
Tel: 02202/1883477

53225 BONN-BEUEL  
Kreuzstraße 1  
Tel: 0228/5738060

53879 EUSKIRCHEN  
Neustraße 11  
Tel: 02261/75070

[www.optikjahn.de](http://www.optikjahn.de)   [info@optikjahn.de](mailto:info@optikjahn.de)

Optik Jahn Höraakustik ist ein Angebot der Optik Jahn GmbH / Von-der-Weltzien-Straße 25 / 51149 Köln

# NOTDIENSTE

WIR SIND RUND UM DIE UHR FÜR SIE DA!



**110 POLIZEI**  
**112 FEUERWEHR**



## A POTHEKEN-NOTDIENST

Apotheken-Notruf 0800 00 22833

Notdienstbezirk:

Brück, Gremberg, Heumar, Höhenberg, Humboldt, Kalk, Merheim, Neu-Brück, Ostheim, Rath, Vingst

**Samstag, 25. Februar**

**Margareten-Apotheke**

Olpenr Str. 855, 51109 Köln (Brück), 0221/843214

**Sonntag, 26. Februar**

**Apotheke Rath/Heumar**

Rösrather Str. 588, 51107 Köln (Rath), 0221 861050

**Montag, 27. Februar**

**Damian-Apotheke**

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

**Dienstag, 28. Februar**

**Nikolaus-Apotheke**

Gilgastr. 18, 51149 Köln (Porz-Ensen), 02203 590590

**Mittwoch, 1. März**

**Apotheke am Markt**

An der Kemperwiese 3, 51069 Köln (Dellbrück), 0221/6801018

**Donnerstag, 2. März**

**Anno Apotheke**

Frankfurter Str. 703, 51107 Köln (Ostheim), 0221/891642

**Freitag, 3. März**

**Apotheke 1 plus**

Frankfurter Str. 589, 51145 Köln (Porz-Eil), 02203/935430

**Samstag, 4. März**

**Hirsch Apotheke**

Kalker Hauptstr. 94, 51103 Köln (Kalk), +492218703554

**Sonntag, 5. März**

**Thomas-Apotheke**

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

**Montag, 6. März**

**Mohren-Apotheke**

Gemarkenstr. 44, 51069 Köln (Dellbrück), 0221 681093

**Dienstag, 7. März**

**Apotheke Mülheim**

Frankfurter Straße 71, 51065 Köln (Köln-Mülheim 82259242), +4922166395646

**Mittwoch, 8. März**

**Schwanen-Apotheke**

Kaiserstr. 14, 51145 Köln (Porz-Urbach), 02203/25587

**Donnerstag, 9. März**

**Römer-Apotheke**

Olpenr Str. 803, 51109 Köln (Brück), 0221/843442

**Freitag, 10. März**

**Königsforst Apotheke**

Rösrather Str. 663, 51107 Köln (Rath), 0221 861426

**Samstag, 11. März**

**Humboldt-Apotheke**

Theoderichstr. 1, 51105 Köln (Humboldt), 0221834162

**Sonntag, 12. März**

**Rather Burg-Apotheke**

Rösrather Str. 597, 51107 Köln (Rath), 0221/864051

Angaben ohne Gewähr

BESTATTUNGEN JOSEF  
**SCHMITZ**

Für den Fall der Fälle  
Vorsorge · Beratung · Bestattung · Begleitung

HAUSANSCHRIFT  
Waldecker Straße 23  
51065 Köln/Buchforst

FILIALE  
Rösrather Straße 629  
51107 Köln/Rath

ZENTRALRUF TAG & NACHT  
Telefon: 0221 / 96 2517-0

MAIL & WEB  
info@j-schmitz-bestattungen.de  
www.j-schmitz-bestattungen.de

## Schiedspersonen für Porz und Köln-Ost

**Poll, Ensen, Gremberghoven und Westhoven**

**Volker Neumann,**  
**0160 2625477**

**Wahn, Lind, Wahnheide, Grengel, Libur, Langel und Zündorf**

**Peter Alsbach, 0152 37794767**

**Köln Brück, Neubrück, Rath-Heumar, Porz Eil und Urbach**

**Helmut Freund, 0221/732215**

**Köln-Merheim, Porz Mitte und Elsdorf**

**Otto Schütz, 0221/17045062**

### • 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

## ALLGEMEINE NOTDIENSTE

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



## STROM WEG

### STROM weg – was kann ich tun

1. Polizei und Feuerwehr haben immer, Rathhäuser in solchen Krisenmomenten ebenfalls geöffnet
2. Wer hat ein Notstromaggregat – z.B. Stadt/ Gemeinde, Unternehmen, Krankenhäuser, Seniorenresidenzen, Bauernhöfe etc.
3. Handy aufladen: per Ladekabel im Auto
4. Vorsorge: eigenes, kleines Notstromaggregat oder Big Powerbank (mit Solar-Paneele) besorgen



ÖRTLICHE NOTDIENSTE

- Polizeistation Porz**  
0221/229-5633

**Kinderärztliche Notfallpraxis**  
am Krankenhaus  
Porz am Rhein  
02203/9801191

**Notruffax für Gehörlose**  
0221/229-2290

**Bundeswehr Standortarzt**  
02203/908-3584

**Strom, Gas, Wasser**  
0180/2222600
- Zahnärzte**

**Bereitschaftsdienst**  
01805/986700

**Frauen gegen Gewalt e.V.**  
0221/562035

**Opfer-Notruf**  
**Weißer Ring e.V.**  
bundesweit 116006  
rechtsrheinischen Stadtteile  
0151/55164823

**Krankentransport**  
**Feuerwehr Köln**  
0221/745454

**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.





**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

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!

24-STUNDEN-NOTDIENST



RÖSRATHER STR. 649  
51107 KÖLN (RATH)  
TELEFON 0221-86 13 87 + 86 13 88  
TELEFAX 0221-86 70 62  
eMAIL: info@saalmann-gmbh.de  
www.saalmann-gmbh.de

**DIE BADAUSSTELLUNG**  
RÖSRATHER STR. 671  
TERMIN NACH  
VEREINBARUNG

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**



morgen schöner wohnen

**Neue Öffnungszeiten**

**Plameco live erleben:**  
Wir beraten Sie!  
Dienstags von 14 - 18  
und Freitags "NEU"  
immer von 11 - 15 Uhr

**Plameco-Spanndecken**  
Gregor Blechinger  
Frankfurter Str. 493, 51145 Köln Porz-Urbach  
02203 / 9655044 | plameco.de  
\*Außerhalb der gesetzlichen Öffnungszeiten, keine Beratung, kein Verkauf!

Die Maschinen sind auf  
dem neuesten Stand

ANZEIGE

Haustex Star 2020

Bilder: Betten Sauer

# Sommerfrische für das Bett

Das Kölner Fachgeschäft Betten Sauer reinigt Bettwaren  
professionell – Das geschulte Personal berät individuell

Das Bett ist mehr als eine Schlafgelegenheit – vielmehr ist ein Ort zum Entspannen und Wohlfühlen. „Jetzt ist die beste Zeit, Bettwaren professionell und vom Experten reinigen zu lassen sowie von Bakterien, Milben und Viren zu befreien“, sagt Michael Gouram, Inhaber von Betten Sauer. „Waschen und Reinigen ist neben der passgenauen Schlafberatung eines unsere Spezialgebiete“, ergänzt er. „Wir verfügen über eine Waschmaschine mit einem Fassungsvermögen von 22 Kilogramm. In dieser werden 99,9 Prozent der unerwünschten Stoffe beim Waschen mit Naturseife und anschließender UV-Bestrahlung entfernt. „In Kombination mit dem UV-Trockner erzielen wir so ein ideales Ergebnis – und das in nur sieben Stunden.“ Auf Wunsch werden Dauendecken und Federkissen zudem zusätzlich befüllt oder mit neuem Stoff bezogen. „Wer nicht die Möglichkeit hat, die schweren Decken oder Bezüge vorbeizubringen, dem bieten wir unseren praktischen Hol- und Bringservice gegen einen geringen Aufschlag“, sagt Gouram.

**IDEAL ANGEPASST.** Da die Nächte wieder wärmer werden, sollten nun die Decken getauscht werden. „Gerne beraten wir bei einer Neuanschaffung über Varianten und Materialien“, so der Inhaber. „Selbstverständlich halten wir uns an alle vorgeschriebenen Schutz- und Hygieneregeln beim persönlichen Gespräch.“ Dabei erfragt das Fachpersonal Schlafgewohnheiten und Befindlichkeiten. So findet jeder bei Betten Sauer die perfekte Decke für erholsamen Schlaf – und eine dekorative Bettwäsche gleich dazu.

**UMFASSEND MODERNISIERT.** Gegründet wurde Betten Sauer 1823 in Köln. Im letzten Jahr erlebte das älteste Bettenfachgeschäft Deutschlands eine umfassende Neugestaltung. Seither ist der Betrieb einer der modernsten sowie seit 2020 ausgezeichnetester Bettenfachhändler in der Kategorie „gelungener Umbau“. Der Showroom bietet ein angenehmes Ambiente, in dem Betten, Matratzen, Lattenroste, Zudecken, Kissen und Bettwäsche ansprechend präsentiert werden.

Betten-Sauer KG · Brücker Mauspfad 539 · 51109 Köln  
0221/843236 · info@betten-sauer.de · www.betten-sauer.de