



Online lesen: rundblick-koeln-ost.de/e-paper

TERMINE &  
NEWS FÜR:

KÖLN-OST

BRÜCK • MERHEIM  
NEUBRÜCK • RATH/HEUMAR

15. Jahrgang

Samstag, den 04. Oktober 2025

Nummer 20 / Woche 40

Alle 14 Tage in Ihrem Briefkasten

## Am 4. Oktober ist der Welttierschutztage



Der Welttierschutztage ist ein internationaler Aktionstag, der das Wohl der Tiere und den Schutz in

den Mittelpunkt stellt. Der Tag soll an die Verantwortung der Menschen gegenüber allen Lebe-

wesen erinnern und wird seit 1931 begangen.

Er ist zudem dem Heiligen Franz

von Assisi, dem Schutzpatron der Tiere, gewidmet, der bereits vor Jahrhunderten für Tiere eintrat.



„Drei Experten, ein Thema:  
Hochwasserschutz fürs Gebäude“

 sanitherm  
Peter Schumacher GmbH

### GEGEN STARKREGEN GESCHÜTZT!

### Donnerstag 9.10. um 18 Uhr

Veranstaltungsort: Fa. Kirschbaum, Von-Hünefeld-Str. 12, 50829 Köln-Ossendorf

Die Maßnahmen zum präventiven Hochwasser- und Kanalrückstauschutz sind, wenn ein Schaden aus der Flut in 2021 existiert, förderfähig durch das Land Nordrhein-Westfalen und Rheinland-Pfalz.

- **Sebastian Kopernik**, Fa. Kirschbaum Köln  
Hochwasserschutz bei Kellerfenstern, Türen und Garageneinfahrten
- **Stephan Röse**, Fa. Sanitherm Köln  
Schutz vor Kanalrückstau durch Rückstauverschlüsse und Hebeanlagen
- **Dr. Rainer Mucha**, Ingenieur und öffentlich bestellter und vereidigter Sachverständiger · Anträge bei der Wiederaufbauhilfe, Förderbescheid

Die Förderung kann noch bis 2026 beantragt werden. Das Land übernimmt 80 % der anstehenden Maßnahmen zum präventiven Schutz.

Infos und Anmeldung: [www.sanitherm.de](http://www.sanitherm.de)  
Tel. 0 22 03 - 9 35 24 10 · [enkeler@sanitherm.de](mailto:enkeler@sanitherm.de)



# LOKALES

## Termine

Sonntag, 5. Oktober

Köln Marathon

## Stipendien für Kunstschaffende

Die Stadt Köln vergibt erneut zehn Stipendien zur Förderung von Künstler\*innen und Kurator\*innen. Zum siebten Mal in Folge schreibt die Stadt Köln die Recherche- und Arbeitsstipendien Bildende Kunst aus. Mit dem Förderinstrument unterstützt die Stadt professionelle Kölner Künstler\*innen und

Kurator\*innen dabei, sich ohne wirtschaftlichen Druck auf individuelle künstlerische Projekte zu konzentrieren.

Die Stipendien sind Teil der individuellen Künstler\*innen-Förderung und werden aus städtischen Mitteln finanziert. Die Organisation und Durchführung der Ausschreibung übernimmt das Kul-

turwerk des Bundesverbandes Bildender Künstler (BBK) Köln e.V. auf Beschluss des Rates der Stadt Köln.

Fünf Stipendien werden für den Zeitraum November bis Dezember, weitere fünf für den Zeitraum von März bis April 2026 vergeben. Die Förderhöhe beträgt jeweils 5.300 Euro, ausgezahlt werden sie

in zwei monatlichen Raten zu je 2.650 Euro. Bewerber\*innen können bei der Antragstellung ihren bevorzugten Förderzeitraum wählen. Die Stipendien werden gleichzeitig ausgeschrieben und juriert. Bewerbungsschluss ist der 21. Oktober.  
[www.recherchestipendien-koeln.de](http://www.recherchestipendien-koeln.de) (red.)

# REGIONALES

## Neues Präsidium und intensiverer Austausch

Bei seiner Haupttagung hat der Regionalverband für das Rheinische- und Bergische Land im Bund Deutscher Karneval e.V. sein Präsidium neu gewählt. Der Regionalverband ist der Dachverband der angeschlossenen Karnevalsgesellschaften im Verbandsgebiet Rheinisch Bergischer Kreis, Oberbergischer Kreis und dem Gebiet der ehemaligen Stadt Porz. Er möchte deren Interessen auf regionaler Ebene vertreten, die Vernetzung und den Austausch

untereinander fördern und bietet organisatorische sowie rechtliche Unterstützung. Auch wirkt der Verband als Schnittstelle zum Bund Deutscher Karneval.

Das neue Präsidium setzt sich aus Präsident Philipp Schäfer, Vizepräsident Rhein-Berg Volker Englert, Vizepräsidentin Porz Uschi Weißhaupt von der Porzer KG Fidele Aujusse, Vizepräsident Oberberg Michael Röser, zudem aus Geschäftsführer Markus Schäfer und Schatzmeister Martin Schmidt

zusammen. Auch die Beisitzer und Kassenprüfer wurden im Rahmen der Haupttagung neu bestimmt. Ein zentrales Ergebnis der Mitgliederversammlung war zudem die Verabschiedung einer umfassenden Satzungsänderung, die den Regionalverband zukunftsfitig aufstellen soll. Die langjährigen Vizepräsidenten Friedel Bosbach und Wolfgang Köckerling scheiden mit der Wahl aus dem Amt des Vizepräsidenten aus. Sie bleiben dem Präsidium jedoch als

Beisitzer erhalten. Präsident Philipp Schäfer betonte, dass ihre Erfahrung und ihr Engagement für das Brauchtum unverzichtbar seien. Für die kommende Amtszeit plant das Präsidium regelmäßige regionale Treffen, um den Austausch zwischen den angeschlossenen Gesellschaften zu intensivieren. Ziel sei es, Synergien zu fördern und einen offenen, informellen Dialog auf Arbeitsebene zu ermöglichen. (red.)

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

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



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

**ZEITUNG**  
Lokaler geht's nicht.

**DRUCK**  
Satz.Druck.Image.

**WEB**  
24/7 online.

**FILM**  
Perfekter Drehmoment.

Online lesen: [rundblick-koeln-ost.de/e-paper](http://rundblick-koeln-ost.de/e-paper)  
**rundblick**  
TERMINI &  
NEWS FÜR:  
**KÖLN-OST**  
BRÜCK · MERHEIM  
NEUBRÜCK · RATH/HEUMAR  
Alle 14 Tage in Ihrem Briefkasten



### MEDIENBERATER

Rule Mews

**FON** 02241 260-418

**FAX** 02241 260-139

**MOBIL** 0157 71462376

[r.mews@rautenberg.media](mailto:r.mews@rautenberg.media)

## TSG Porz 1962 e. V. lädt ein: Informationsabend zur Tauchausbildung

Wer schon immer einmal wissen wollte, wie es ist, unter Wasser zu atmen und die faszinierende Welt des Tauchens hautnah zu erleben, hat jetzt die Gelegenheit dazu: Die TSG Porz 1962 e. V. lädt am Montag, 27. Oktober, ab 19 Uhr zu einem Informationsabend in ihr Vereinsheim im Wahnbad,

Köln-Porz, ein. Vorgestellt wird der Grundtauchschein (CMAS/DTSA), der den Einstieg in den Tauchsport ermöglicht. Interessierte erfahren alles über Inhalte, Ablauf und Voraussetzungen der Ausbildung - von den ersten Übungen im Schwimmbad bis zu den spannenden Tauchgängen im Frei-

wasser. Neben der Begeisterung für den Sport steht auch das Miteinander im Verein im Mittelpunkt: gemeinsames Training, Jugendarbeit, Ausfahrten und eine lebendige Vereinsgemeinschaft bieten den idealen Rahmen, um Tauchen als Hobby für Jung und Alt kennenzulernen.

Die Teilnahme am Informationsabend ist kostenlos, eine Anmeldung per kurzer E-Mail an [sportwart@tsgporz.de](mailto:sportwart@tsgporz.de) hilft uns bei der Planung, ist jedoch nicht zwingend erforderlich. Weitere Informationen und Berichte unserer Aktivitäten gibt es unter: [www.tsg-porz.de/aktuelles/](http://www.tsg-porz.de/aktuelles/)

Anzeige

## Die vier Säulen einer Plameco-Spanndecke!



Morgens ist noch alles wie immer und abends gehören auch Sie plötzlich zu den Menschen, „die man sofort erkennt“, weil Sie sich an ihrer renovierten Zimmerdecke nicht sattsehen können! Denn die flexiblen Spanndecken von Plameco werden meist an nur einem Tag montiert. Eine Plameco Spanndecke macht Wohn-, Schlafräume sowie Bäder nicht nur gemütlicher sie passen sich aufgrund der vielfältigen Gestaltungsmöglichkeiten auch vollständig in das Einrichtungs- oder Farbkonzept Ihrer Räume ein.

Dazu stehen Ihnen unzählige verschiedene Kombinationsmöglichkeiten aus Deckenmaterialien, Zierleisten und Accessoires zur Verfügung. Wir von Plameco RheinSieg / Köln sprechen gerne von den 4 Säulen einer Plameco-Spanndecke und beraten Sie gerne. Über eine schöne Optik hinaus und erstellen wir mit Ihnen ge-

meinsam auch ein individuelles Beleuchtungskonzept für Ihre Räume. Denn eine biodynamische, individuell geplante LED-Beleuchtung, schalt- und dimmbar, warm oder kalt, rundet jede Plameco Decke ab. Spanndecken von Plameco sind wartungsarm, langlebig, algenresistent und feuchtigkeitsbeständig. Deswegen eignen sie sich auch ideal für den Einsatz in Badezimmern, Küchen und Schwimmbädern und werten diese optisch gleichzeitig auf.

Auch können Plameco Spanndecken die Akustik Ihres Raumes maßgeblich verbessern, ohne dessen Gestaltung zu beeinträchtigen. Dazu wird ein akustischer Korrekt unsichtbar in die Decke integriert. Letztendlich noch ein High-Light ist unser Infrarot-Deckenheizung. Die ebenfalls unsichtbar in die Spanndecke von Plameco integriert wird und den Raum mit einer wohltuenden und Allergikerfreundlichen Wärme erwärmt. Das Steuern und Erstellen von Heiz-

profilen geht bequem über Funk oder per App Smart-Home. Wenn auch Sie mit einer Plameco Spanndecke „morgen schöner wohnen“ möchten, besuchen Sie unsere **Deckenschau-Tage** in der Frankfurter Str. 493 in 51145 Köln Porz-Urbach

### Wir freuen uns auf Sie am:

Fr. 10.10.2025 von 11:00 bis 15:00 Uhr  
sowie am Samstag 11.10. und Sonntag 12.10.2025 jeweils von 10:00 bis 16:00 Uhr



**morgen schöner wohnen**

### Die 4 Säulen einer Plameco-Decke

- Schöne Optik • gute Akustik
- tolle Beleuchtung • IR-Heizung

**Komplettlösung aus einer Hand**

### Achtung!!! "Deckenschau-Tage"

Freitag 10.10. von 11:00 bis 15:00 Uhr  
sowie Samstag 11.10. & Sonntag 12.10.  
jeweils von 10:00 bis 16:00 Uhr

### Plameco Spanndecken

Frankfurter Str. 493  
51145 Köln Porz-Urbach  
0176-56056949

**Ruf an oder komm in die Ausstellung**

# REGIONALES

**Veranstaltungen im Bezirksrathaus Porz 2025**

**Kalter weißer Mann**  
Komödie mit Nicola Tiggeler, Timothy Peach und anderen  
Sa., 4. Oktober 2025, 20 Uhr

**Katie Freudenschuss**  
Comedy „Nichts bleibt wie es wird“  
Fr., 7. November 2025, 20 Uhr

**Mein Name ist Erling**  
Komödie mit Janina Hartwig, Sebastian Goder und anderen  
Sa., 29. November 2025, 20 Uhr

**Das Weihnachtskonzert**  
Musikalisches Weihnachtsspiel für Kinder ab 3 Jahren  
So., 30. November 2025, 15 Uhr

**Michael Altanger**  
Kabarett „Die letzte Tasse Testosteron“  
Sa., 6. Dezember 2025, 20 Uhr

**Die Weihnachtsgeschichte erzählt vom Engel und Esel**  
Kindertheater ab 3 Jahren  
Di., 9. Dezember 2025, 10:30 und 16:30 Uhr

**köln ticket** Hotline 0221 & westticket bonnticket 2801  
T: 0221 221-97333  
 Stadt Köln

## Ein seltenes Bild auf der Hauptstraße Porz

Dort, wo sich sonst täglich reichlich Verkehr entlangslängelt, zeigte sich zum „Tag des guten Lebens“ ein anderes Bild. Ausgerichtet vom Verein Agora und bespielt von mehreren Akteuren aus dem Stadtbezirk Porz, fand hier ein umfangreiches Programm statt. Die gesperrte Hauptstraße wurde so etwa sechs Stunden lang zur kulinarischen langen Tafel. Am Rhein-Ufer gab es eine karnevalistisch bespielte Bühne. In Bahnhofstraße und restliche Fußgängerzone, zudem in der Karlstraße ging es an Ständen um Nachhaltigkeit, Klimaschutz, Musik, Tanz, Spiel und lebenswerte Lebensbedingungen. Der „Tag des guten Lebens“ fand erstmals im Stadtbezirk Porz statt.



Text und Foto: Lars Göllnitz

## Die Freibadsaison ist vorbei - jetzt geht's auf die Kufen



Köln, 22. September 2025 - Der Lentpark wird wieder zur Eis-Arena! Seit Montag, 22. September, hat die **Eishockeyfläche** ihre Türen für alle Eisfans geöffnet. Die aktuellen Öffnungszeiten sind unter [www.koelnbaeder.de/eishalle](http://www.koelnbaeder.de/eishalle) zu finden. Tipp: Gerade an Nachmittagen gehört die Fläche häufig den Vereinen - wer freie Bahnen sucht, sollte bis 15:30 Uhr seine Runden gedreht haben. Ab dem 3. Oktober heißt es dann auch wieder: „Hoch hinaus!“ - auf der einzigartigen **Eishochbahn**. Sie bie-

tet ein Eislaufenlebnis mit besonderem Blick: wahlweise hinunter ins Bad oder auf die Action auf der Eishockeyfläche. Abwechslungsreicher kann Schlittschuhlaufen kaum sein! Hier sind keine Vereine unterwegs, so dass die Bahn den ganzen Tag genutzt werden kann. Party on Ice - das ist das Motto ab Samstag, den 11. Oktober. Dann steigt die erste **EisParty** der Saison. Von da an wird jeden Samstagabend von 19 bis 22 Uhr gefeiert - auf dem Eis, mit cooler Musik und jeder Menge Spaß. Mitmachen kön-

nen alle ab 12 Jahren. Der Einlass läuft dabei wie im letzten Jahr nur mit E-Ticket - so geht's am schnellsten. Ein weiterer Tipp: Bitte keine großen Taschen oder Getränke mitbringen, das macht die Sicherheitskontrolle deutlich schneller, und alle sind ruckzuck auf dem Eis. [www.koelnbaeder.de/eisparty](http://www.koelnbaeder.de/eisparty)

**Ein bisschen Vorbereitung hilft: Tickets & Zugang - so funktioniert's**

Gäste können beim Online-Ticketkauf zwischen Eintritt mit Schlittschuhverleih oder ohne wählen. Am besten direkt bei der Buchung entscheiden, damit vor Ort kein Zusatzkauf nötig wird. Besonders praktisch: Mit dem E-Ticket gelangen die Gäste direkt durch die Drehkreuze zur Eisfläche - ein Gang zur Kasse ist nicht mehr erforderlich. Auch für die Schlittschuhausleihe wird der QR-Code benötigt. Die Spinde werden ganz einfach mit einem 2-Euro-Stück verschlossen. Beim Verlassen gilt: QR-Code zum Auschecken scannen - und falls die gebuchte Zeit überschritten wurde, kann die Differenz vorher bequem am Nachzahlautomaten im Kellergeschoss beglichen werden. (rm)

# Der Herbstferienspaß 2025 in den Fußballcamps in Köln und Rösrath für alle Mädels und Jungs von 5 - 16 Jahren

## JETZT ANMELDEN UND PLÄTZE SICHERN!

Auf los geht's los. Auf geht's in die Herbstferien-Fußballcamps in Köln ab 13.10.2025 und Rösrath ab 20.10.2025. Die Herbstferien nahen mit schnellen Schritten und damit auch wieder die Möglichkeit, mit anderen fußballbegeisterten Kids super Ferienwochen zu verbringen.

Diese Ferienfreizeit ist für alle Kinder genau die richtige, da nur die Freude am Spiel mit dem Ball im Vordergrund steht. Die Kinder müssen nicht zwangsläufig in einem Verein spielen. In diesen Ferien-Fußballcamps, die seit nunmehr mehr als 25 Jahren angeboten werden, gibt es keinerlei Leistungsdruck, aber einen hohen Spaßfaktor.

Es werden Techniken gelernt, die Lauffreudigkeit gefördert und die Koordination geschult. All dies geschieht in diesen Feriencamps mit viel Geduld und Motivation für die Kinder durch ein erfahrenes, gut ausgebildetes Trainerinnen-Team. Dazu gehören Ex-Profi-Fußballer, DFB-lizenzierte Trainerinnen und Trainer, Sporthochschulabsolventinnen und Absolventen sowie weiteres engagiertes Betreuungspersonal.

Die Camps sind eine erlebnisreiche Zeit, in der vormittags fleißig Ballkontrolle, Passspiel und Torschuss trainiert werden. Nachmittags wird das Gelernte dann in spannenden Spielen unter Beweis gestellt. In diesen Fußballferiencamps lernen die Kinder auch fairen und respektvollen Umgang untereinander und miteinander. Sie finden neue Freunde unter Gleichgesinnten und verbringen die Tage in den Ferien-Fußballcamps an der frischen Luft.

Das wichtigste aber ist das Spiel mit dem Ball, welches den Kindern mit viel Freude, Geduld und Spaß durch ein engagiertes Trainerteam vermittelt wird.

Die Camps in den Herbstferien 2025 finden an 2 Standorten statt:

### KÖLN-NIPPES

**1. Herbstferienwoche auf der Bezirkssportanlage, Merheimer Str. 265,** in Kooperation mit der TFG 1878 e.V Nippes, 13.10. - 17.10.2025, 5 Tage mit Vollverpflegung

### RÖSRATH

**2. Herbstferienwoche in Kooperation mit Union Rösrath, Freiherr-vom-Stein-Str. 14,**

20.10. - 24.10.2025, 5 Tage mit Vollverpflegung

Die Kinder können zwischen **8.00 und 9.00 Uhr gebracht werden.** Für das leibliche Wohl ist ganztägig durch unsere Vollverpflegung gesorgt.

Es gibt ein gemeinsames Frühstück und gegen 13.00 Uhr frisch gekochtes Mittagessen. Der Nachmittagssnack bringt zwischendurch noch eine kleine Stärkung. Getränke und Obst stehen den Kindern den

ganzen Tag zur Verfügung.

**Das Orga-Team um Schirmherr Erich Rutemöller, FC IKONE, Harald Konopka, Ex-ProfiFußballer, und dem Technischen Leiter Klaus Dimolfetta und weiteren, hoch motivierten Trainer/innen und Betreuer/innen freut sich schon auf jedes einzelne Kind.** Mehr Infos und Anmeldung gibt es unter der Projektseite:

[www.fussball-feriencamps.de](http://www.fussball-feriencamps.de)

**Der Hit für Kids von 5-16 Jahren!**

**WWW.Fussball-Feriencamps.de**

**Spiel & Spaß von 8-16:30 Uhr mit Verpflegung**

**Jetzt anmelden  
für die  
Herbstferien!**

**HERBSTFERIEN 2025**

### KÖLN-NIPPES

in Kooperation mit

TFG Köln-Nippes von 1878

**1. Herbstferienwoche 13.10. - 17.10.25  
auf der Bezirkssportanlage,  
Merheimer Str. 265, Köln-Nippes**

### RÖSRATH

in Kooperation mit

Union Rösrath

**2. Herbstferienwoche 20.10. - 24.10.25  
auf der Kunstrasenanlage,  
Freiherr-vom-Stein-Str., Rösrath**

**Kontakt: [www.fussball-feriencamps.de](http://www.fussball-feriencamps.de)**

# REGIONALES

## Kostenlose Schulungen zur Wiederbelebung

Björn Steiger Stiftung startet bundesweites Angebot

Winnenden. Die Björn Steiger Stiftung erweitert ihre Initiative #herzsicher: Ab sofort können Bürgerinnen und Bürger in ganz Deutschland kostenlose Schulungen zur Wiederbelebung direkt vor Ort buchen - in Vereinen, Unternehmen oder im privaten Umfeld. Ziel ist es, die Reanimationsbereitschaft in der Bevölkerung deutlich zu erhöhen und damit die Zahl der vermeidbaren Todesfälle durch plötzlichen Herzstillstand zu

senken. Rund 65.000 Menschen sterben jährlich in Deutschland am plötzlichen Herztod - das entspricht einem Todesfall alle acht Minuten. Fachleute gehen davon aus, dass durch schnellere und flächendeckende Laienreanimation bis zu 10.000 Menschenleben pro Jahr gerettet werden könnten. „Schnelle Hilfe ist entscheidend. Deshalb machen wir die Teilnahme an Reanimationsschulungen so einfach wie möglich“, sagt Pierre-



Ob im Wohnzimmer, Vereinsheim oder Büro - wer mindestens acht Personen zusammenbringt, kann eine kostenlose Schulung über die Plattform herzsicher.de der Björn Steiger Stiftung buchen

**MARKISENVIELFALT**  
**19% HERBST-RABATT**  
im Oktober, auf Markisen und Modelle, u.a. wie Abbildung  
 Infos & Termin unter: **0228 - 46 69 89**  
Röhfeldstr. 27 - 53227 Bonn-Beuel - info@franz-aachen.com

## Familien ANZEIGENSHOP



**Wir trauen uns**  
am 10.03.2030 In Bonn  
um 15:00 Uhr  
In der Paulus Kirche  
NICOLE & RUFUS  
Der Pfarrer und die  
Gäste sind eingeladen.  
F 102-06  
90 x 50 mm  
ab **17,-\***

**HALLO Welt**  
Wir trauen uns neugig zum die  
Geburt unserer Zwillinge  
Henry & Alexa  
10.03.2025  
10:35 Uhr  
2774 g  
40 cm  
Info: ...  
Rautenberg Media  
GEBURT 12.1  
43 x 90 mm  
ab **52,-\***

**DANKSGEUN**  
Für die wohlwollenden Beweise der  
Anteilnahme beim Todt meines  
geliebten Vaters unseres guten  
Schwiegervaters und Großvaters  
Michael Musterfeld  
Durchsetzen wir unser Dank aus  
den Namen aller Angehörigen  
seiner Mutter (Gerd Musterfeld)  
Hochzeitsgeschenk an Hochzeit  
an der Pfarrkirche zu Neukirchen  
TD 12-12  
90 x 90 mm  
ab **102,-\***

**WOHNUNG!**  
Abbildung: Mietwohnung  
3-ZL, 125 m², 2-Parkettböden, Fuß-  
bodenheizung, 2-Parkplätze, Balkon, Gar-  
gasse, komplett neu renoviert, gut  
gepflegt, 2 Zimmer, 1 Badezimmer, 1  
Küche, über 120 m² überdacht  
Für 6-8 Personen  
Tef. 0228-12345678  
K03\_15  
43 x 30 mm  
ab **17,-\***

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

**Online Familien-Anzeigen:  
für alles was wirklich zählt!**  
**shop.rautenberg.media**



Die Björn Steiger Stiftung bringt kostenlose Schulungen zur Wiederbelebung zu den Menschen: Eine Trainerin demonstriert vor Ort, worauf es dabei ankommt

Berlin offiziell vorgestellt. Ziel ist der flächendeckende Aufbau eines leicht zugänglichen, kostenfreien Schulungsnetzes zur Reanimation und zum Einsatz von Automatisierten Externen Defibrillatoren (AEDs). Schirmherrin der Initiative ist Bundesgesundheitsministerin Nina Warken, die betont: „Bei einem Herzstillstand zählt jede Minute. Das muss allen klar sein. Und genauso klar muss sein, wie wir im Ernstfall reagieren müssen. Erste Hilfe rettet Leben. Als Gesundheitsministerin unterstütze ich #herzsicher von ganzem Herzen.“

### Finanzierung und Mitwirkung

Die Schulungen sind für Teilnehmende kostenfrei. Ermöglicht wird dies durch Spenden sowie Kooperationen mit Partnern aus Zivilgesellschaft, Wirtschaft und Sport. „Damit dieses Angebot dauerhaft bestehen kann, sind wir auf die Unterstützung von Partnern und Spenderinnen und Spendern angewiesen“, so Pierre-Enric Steiger weiter. „Gemeinsam wollen wir möglichst viele Menschen in Deutschland zu Lebensrettern machen.“

### Weitere Informationen und Anmeldung

Interessierte können sich ab sofort über die Plattform [www.herzsicher.de](http://www.herzsicher.de) anmelden, einen Schulungstermin buchen oder Teil des wachsenden Netzwerks für mehr Herzsicherheit werden.

# Infoabend: Feste dritte Zähne - an nur einem Tag

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 Zahnerlust 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 festzischenen 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 Zahnlprothese.

## 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 Nachbehand-



Das Team der dental suite im Kölner Rheinauhafen / ©ARDENT-GROUP.DE

lung) sehr kurz gehalten werden kann.

## 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.

## Die Eckdaten:

Feste dritte Zähne an einem Tag  
Mittwoch, 15. Oktober 2025 - ab 18 Uhr  
dental suite Rheinauhafen MVZ  
Zahnärztliche Leitung Dr. med. dent MSc. Andre Schmitz  
Agrippinawerft 24, D-50678 Köln  
Anmeldung telefonisch unter 0221 / 47 67 29 0 oder formlos per E-Mail an: info@zahnarzt-rheinauhafen.de

**dental+suite<sup>®</sup>**  
RHEINAUHAFEN

**KOSTENFREI & UNVERBINDLICH**

## Infoabend in Köln

**Mi., 15. Okt. | 18 Uhr**

**Agrippinawerft 24 | 50678 Köln**

**Dr. med. dent.  
Andre Schmitz**

**FOCUS  
GESUNDHEIT**

**REGIONALE  
EMPFEHLUNG  
2024**

Dr. Andre Schmitz  
ZAHNARZT  
Köln  
FOCUS-GESENKHEIT.DE

# FESTE, DRITTE ZÄHNE AN NUR EINEM TAG!

An unserem Infoabend stellen wir Ihnen eine Methode vor, mit der feste, dritte Zähne innerhalb eines Tages möglich sind. Der Gaumen bleibt frei und Sie haben kein Fremdkörpergefühl im Mund.

Anmeldung unter der Telefonnummer **0221 / 47 67 29 0** oder über den [QR-Code](#) →



# REGIONALES

## Vorsicht Schockanruf

### So schützen Sie sich vor Betrug

„Ihre Tochter sitzt in Untersuchungshaft, nur durch eine sofortige Kaution kommt sie frei!“ oder „Aus Sicherheitsgründen wurde Ihr Konto vorübergehend gesperrt. Bitte aktualisieren Sie Ihre Zugangsdaten!“: Mit solchen dramatischen Lügengeschichten versuchen Kriminelle, Menschen am Telefon zu überrumpeln und unter Druck zu setzen. Dabei geben sie sich häufig als Mitarbeitende von Polizei, Kreditinstituten oder Staatsanwaltschaft aus. Besonders hinterlistig: Mithilfe Künstlicher Intelligenz lassen sich Stimmen

von Angehörigen täuschend echt imitieren. Ziel ist es immer, an Geld oder vertrauliche Informationen zu gelangen.

#### Tipps für mehr Sicherheit

Bewahren Sie eine gesunde Skepsis, vor allem bei überraschenden oder beunruhigenden Anrufern. Händigen Sie nie Geld oder Wertsachen an fremde Personen aus. Geben Sie keine Passwörter, PINs, TANs oder Kontonummern weiter. Seriöse Behörden oder Institute fordern telefonisch weder Zahlungen noch vertrauliche Daten an. Lassen Sie sich nicht unter Druck

setzen. Kriminelle arbeiten gezielt mit Angst und emotionalem Stress. Bleiben Sie ruhig und besonnen. Vertrauen Sie Ihrem Bauchgefühl und legen Sie auf, wenn Ihnen etwas merkwürdig vorkommt. Das ist nicht unhöflich, sondern klug. Rufen Sie die angeblich betroffene Person direkt unter der Ihnen bekannten Nummer an.

Vereinbaren Sie ein Familien-Kennwort oder eine Sicherheitsfrage, die nur Eingeweihte beantworten können, etwa: „Wie hieß unser erstes Haustier?“.

Informieren Sie bei Verdacht die

Polizei und erstatten Sie Anzeige. Wenn Sie Bankdaten weitergegeben haben, sperren Sie sofort Konto und Karten. Entweder bei Ihrem Kreditinstitut oder rund um die Uhr beim Sperr-Notruf 116 116.

Der Service des Sperr-Notrufs ist kostenlos. Auch der Anruf bei der 116 116 aus dem deutschen Festnetz ist gebührenfrei. Aus dem Mobilnetz und aus dem Ausland können Gebühren anfallen. Sollte der Sperr-Notruf in seltenen Fällen aus dem Ausland nicht erreicht werden können, gibt es alternativ die Rufnummer +49 (0) 30 40504050.

**SIE HABEN  
EINEN PLATZ  
FREI?**

**UND SUCHEN MITARBEITER:INNEN?**

ST01  
90 x 100 mm  
ab 114,84\*

ST04  
90 x 120 mm  
ab 137,61\*

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

**WIR HABEN DIE LÖSUNG!**

Mit einer Stellenanzeige in unseren **lokalen Städte- und Gemeindezeitungen** sprechen Sie gezielt die Bewerber:innen in Ihrer direkten Umgebung an. **Lokale Mitarbeiter:innen** bieten viele Vorteile wie Flexibilität und ein lokales Netzwerk, was sich positiv auf die Teamintegration sowie die Effizienz, Kultur und den **Erfolg des Unternehmens** auswirken kann.

**BUCHEN SIE JETZT  
ONLINE IHRE  
STELLENANZEIGE  
UNTER:**

**shop.rautenberg.media**

## Landesverband der Long COVID-Selbsthilfe in Nordrhein-Westfalen gegründet

Unter dem Motto „Gemeinsam stark für NRW“ will sich die Long COVID-Selbsthilfe zukünftig in einem Landesverband organisieren. Ziel ist es, ein gemeinsames Sprachrohr für Betroffene zu schaffen, politische Anliegen zu bündeln und den Austausch sowie die Zusammenarbeit der Gruppen im Land zu stärken.

Die Long COVID-Selbsthilfe in Nordrhein-Westfalen ist einen großen Schritt vorangekommen. Am 10. Juli trafen sich in Düsseldorf erstmals Vertreter\*innen aus landesweit regional organisierten Selbsthilfegruppen. Mirko Niederprüm, Vorstand des Long Covid Netzwerk e.V. und des Landesverbands NRW mit Geschäftsstelle in Höxter, fasst seine Eindrücke von dem Treffen so zusammen: „Wir waren begeistert, mit welchem Engagement die Selbsthilfegruppen am Aufbau einer starken, solidarischen Selbsthilfe-Landschaft in NRW mitwirken wollen!“

Unterstützt wurden die Selbsthilfe-Aktiven durch Claudia Middendorf, Beauftragte der Landesregierung für Menschen mit Behinderung sowie für Patientinnen und Patienten in Nordrhein-Westfalen, sowie von Matthias Heidmeier, Staatssekretär im Ministerium für Arbeit, Gesundheit und Soziales

des Landes Nordrhein-Westfalen. In ihren Grußworten sicherten sie den Betroffenen weiterhin Unterstützung zu und ermutigten sie in ihrem Engagement.

Der Long-Covid-Netzwerk e.V. baut derzeit eine Selbsthilfe-Landesorganisation in Nordrhein-Westfalen auf und ist offen für Menschen die von Long COVID, Post COVID, Post-Vac und ME/CFS betroffen sind sowie deren Angehörige. Ziel ist - unterstützt von der Bundesarbeitsgemeinschaft Selbsthilfe von Menschen mit Behinderung, chronischer Erkrankung und ihren Angehörigen (BAG SELBSTHILFE e.V.) - die rund 70 Long COVID-Selbsthilfegruppen in NRW zu vernetzen, zu stärken und sichtbar zu machen. Es soll eine Plattform für Austausch, Veranstaltungen und politische Interessenvertretung entstehen, damit die Stimme der Betroffenen nachhaltig gehört wird. Weitere Informationen zum Verein und den aktuellen Aktivitäten finden Sie unter: [www.longcovidhx.de](http://www.longcovidhx.de)

#### Kontakte:

Mirko Niederprüm, Long-Covid-Netzwerk e.V. unter E-Mail [info@longcovidhx.de](mailto:info@longcovidhx.de) und Telefon 0176 55263828

Roland Rischer, BAG SELBSTHILFE e.V. unter E-Mail [roland.rischer@bag-selbsthilfe.de](mailto:roland.rischer@bag-selbsthilfe.de)

## Herbstputz im Nistkasten

Zwischen Brutsaison und Winterruhe sollten Vogelbehausungen gereinigt werden



In Nistkästen können sich Parasiten und Krankheitserreger vermehren. Deshalb ist es wichtig, sie regelmäßig zu reinigen. Foto: DJD/DJV/Sylvia Urbaniak

Die Brutsaison ist vorbei und aus den Vogelhäusern in Gärten und an Balkonen sind die letzten Mieter ausgezogen. Doch im kalten Winter werden die Behausungen von Vögeln, Siebenschläfer oder Fledermaus gerne als Unterschlupf genutzt - bevor dann im Frühling schon wieder der Nestbau beginnt. Der Herbst ist deshalb ein idealer Zeitpunkt für den Häuschenputz. Der ist notwendig, weil sich in den alten Nestern oft Parasiten wie Federläuse, Flöhe, Milben und Zecken breitmachen, die Vögel im Winter schwächen und im Frühjahr den neuen Nachwuchs gefährden können. Außerdem bauen die nächsten Vogeleltern ihr Nest einfach oben auf das alte. Dadurch wird der Platz im Nistkasten knapp und Räuber wie Katzen und Marder können leichter an Eier und Nestlingen gelangen.

**Erst anklopfen, dann ausbürsten**  
Der Deutsche Jagdverband (DJV) empfiehlt, vor dem Putzen kurz anzuklopfen und das Häuschen vorsichtig zu öffnen. Denn schon ab September können Zwischengäste wie Siebenschläfer oder Haselmaus dort ihren Winterschlaf halten. Dann muss die Aktion in den Frühling verschoben werden. Ist der Nistkasten leer, sollte das gesamte alte Nest entfernt sowie Kot und Schmutz mit einem Handfeuer ausgebürstet werden. Bei Bedarf kann man die Bruthöhle auch mit kochendem Wasser oder einer Kochsalzlösung ausspülen.

Anschließend gründlich austrock-

nen lassen, bevor sie wieder verschlossen wird. Wichtig: Auf Reinigungs- und Desinfektionsmittel verzichten, denn die „Chemiekeule“ kann den Tieren schaden.

**Neue Nistkästen einfach selber bauen**  
Manchmal stellt sich beim Herbstputz auch heraus, dass der Zahn der Zeit am Nistkasten genagt hat und er beschädigt oder nicht mehr schön ist. Für geeigneten Ersatz gibt es eine große Auswahl fertiger Modelle zu kaufen. Mehr Spaß macht es oft, selbst zu Säge und Hammer zu greifen: Eine einfache und ausführliche Bauanleitung findet sich unter [www.jagdverband.de](http://www.jagdverband.de). Gut geeignet ist 20 Millimeter dickes unbehandeltes Holz, etwa von Eiche, Robinie oder Lärche. Beim Anbrin-

gen sollte man darauf achten, dass der Nistkasten mindestens zwei Meter hoch hängt und das Einflugloch möglichst nach Osten oder Süd-

osten zeigt, um vor der Witterung geschützt zu sein. Im Frühling ziehen dann neue geflügelte Mieter sicher gerne ein. (DJD).

*Service hat einen Namen*

# Schmitz<sup>GMBH</sup> 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!



## 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<sup>TM</sup> immobilien



Im Zentrum von Porz: Goethestraße / Ecke Bahnhofsstraße

**Die nächste Ausgabe erscheint am:  
Samstag, 18. Oktober 2025  
Annahmeschluss ist am:  
15.10.2025 um 10 Uhr**

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

## IMPRESSUM RUNDBlick KÖLN-OST

### HERAUSGEBER, DRUCK UND VERLAG

RAUTENBERG MEDIA KG  
Kasinostraße 28-30 · 53840 Troisdorf  
HRA 3455 (Amtsgericht Siegburg)  
UST-ID: DE214364185  
Komplementär: Dr. Franz-Wilhelm Otten  
Tel. 02241 260-0  
willkommen@rautenberg.media  
Verantwortlich gemäß § 18 Abs. 2 MStV:  
Nathalie Lang und Corinna Hanf  
Verantwortlich für den Anzeigenteil:  
Dunja Rebinski

### ERSCHEINUNG 14-täglich

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

### Verteilung & rechtliche Hinweise

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

### Pressematerial & eingesandte Inhalte

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

### KONTAKT

#### MEDIENBERATER

Rule Mews  
Mobil 0157 71 46 23 76  
r.mews@rautenberg.media

#### VERTEILUNG

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

#### VERKAUF

Fon 02241 260-112  
verkauf@rautenberg.media

#### REDAKTION

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

#### RAUTENBERG MEDIA ONLINE

rautenberg.media  
facebook.de/rautenbergmedia  
instagram.de/rautenberg\_media  
vimeo.com/rautenbergmedia

#### ZEITUNG

rundblick-koeln-ost.de/e-paper

#### SHOP

rautenberg.media/anzeigen

#### LOKALER GEHT'S NICHT

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

Wir freuen uns auf Sie: [rautenberg.media](#)

#### WEITERE ZEITUNGEN VON UNS

Rund 50 Städte- und Gemeindezeitungen des Schwesterverlages **HBV** im Hauptstadtbüro in Berlin stehen ebenfalls mit dem Slogan „Lokaler geht's nicht!“ für Informationen der Bürgerschaft, für örtliche Werbetreibende und interessierte Leser in Brandenburg und Berlin. [heimatblatt.de](#)



- ZEITUNG
- DRUCK
- WEB
- FILM

PRIVATE & GESCHÄFTLICHE KLEINANZEIGEN **ONLINE BESTELLEN**

**www.rautenberg.media/kleinanzeigen**

## Gesuche

### Kaufgesuch

#### Achtung kaufe!

Pelze, Briefmarken, Fotoapparate, Silberbestecke, Schmuck aller Art, Uhren, Musikinstrumente. Tel. 0178 / 4735466

#### Frau Stefan kauft:

Pelze, Lederjacken, Schreib-, Nähmaschinen, Abendgarderobe, Porzellan, Zinn, Krüge, Trachten, Taschen, Uhren, Münzen, Schmuck, Zahngold, Silberbesteck, Bilder, Ölgemälde, Bernstein, Hirschgeweih, seriöse Kaufabwicklung. Tel.: 0177/4278838, Mo-So, 9-20 Uhr.

### Rund ums Haus

#### Sonstiges

**Renovierarbeiten rund ums Haus** wie z.B. Fliesen legen, Malerarbeiten, Tapezieren, Badezimmer erneuern, Zäune legen, Pflaster erneuern und Gartenarbeit. Tel.: 01578 71 517 34

### Fragen zur Verteilung?

[mail@regio-pressevertrieb.de](mailto:mail@regio-pressevertrieb.de)

[www.regio-pressevertrieb.de](http://www.regio-pressevertrieb.de) **REGIO** • pünktlich • zielerichtet • lokal  
Die Zeitungszustellgesellschaft der RAUTENBERG MEDIA KG

**Porsche 911 von privat für privat gesucht -  
bitte alles anbieten! Tel. 0178 / 1513151**

#### Achtung liebe Leser! Sammler kauft:

Kunst und Antiquitäten, Holz-, Porzellan-, und Bronzefiguren, Militaria-Orden, Abz. (1.+2. WK), Ess-, Kaffee-Service und Wandteller, Bleikristall farbig, Krüge, Blechspielzeuge, Modeschmuck, Silber-, Gold-, Antikschmuck, Zahngold, Altgold, Armband- u. Taschenuhren (auch Luxusuhren), Ferngläser, Kameras, Puppen, Näh- und Schreibmaschinen, Musikinstrumente, Eisenbahn, Teppiche, Briefmarken, Münzen aller Art, Zinn, Silberbesteck, auch komplette \*Haushaltsauflösungen/Nachlässe. Herr Peter Kierpacz aus Sankt Augustin. Komme gerne unverbindlich vorbei. Zahle bar und fair.

**02241 54 57 502 oder 0176 44 955 909**

**KLEINANZEIGEN**  
PRIVAT & GESCHÄFTLICH  
**ONLINE** **BESTELLEN**

**rautenberg.media/kleinanzeigen**

Ihre private\*  
**KLEINANZEIGE**  
bis 100 Zeichen  
in dieser Zeitung

**ab 6,99€**

\*gewerbliche Kleinanzeige ab 13,99 €

■ ■ ■ ■ ■ RAUTENBERG MEDIA

Online lesen: [rundblick-koeln-ost.de/e-paper](#)  
**rundblick**  
TERMINI &  
NEWS FÜR:  
**KÖLN-OST** BRÜCK • MERHEIM  
NEUBRÜCK • RATH/HEUMAR  
Alle 14 Tage in Ihrem Briefkasten

## HALLO PRESSESPRECHER/INNEN PRESSEBEAUFTRAGTE

der **VEREINE – KIRCHEN – SCHULEN** und  
anderer Organisationen

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

<https://redaktion.rautenberg.media>



**Wir freuen uns auf Sie!**

- ZEITUNG
- DRUCK
- WEB
- FILM

## Herbstlich dekorieren für Erntedank



Auf der Terrasse oder vor dem Hauseingang machen sich Hortensien in Töpfen gut, kombiniert mit verschiedenen farbigen Kürbissen. Foto: Magical Hydrangea

Seit über 1.700 Jahren wird hierzulande das Erntedankfest gefeiert. Nach katholischer Regel immer am ersten Sonntag im Oktober - der evangelische Brauch sieht vor, dass das Fest stets am ersten Sonntag nach dem Michaelstag am 29. September zelebriert wird. Der besondere Tag liegt also nicht zwangsläufig im drittletzten Monat. 2025 ist es jedoch einhellig der 5. Oktober. Sowohl evangelische als auch katholische Gläubige drücken an diesem Tag ihren Dank gegenüber Gott für eine gute Ernte aus. Selbst für Menschen, die nur noch wenig Verbindung zur Kirche haben, ist dieser Feiertag etwas besonders und zählt zu den drei großen Festtagen - wie auch Weihnachten und Ostern - an denen sie an einem Gottesdienst teilnehmen. Besonders der festlich geschmückte Altar mit Ähren, Broten, Kürbissen und vielem mehr lockt die Deutschen dann in die Gemeinden - viele spenden zudem speziell an diesem Tag für Menschen, denen es an Nahrung, Kleidung oder anderen wesentlichen Dingen fehlt. Auch die eigenen Vierwände dekorieren die Menschen hinsichtlich des Erntedankfests - um den Herbst mit all seiner Fülle zu genießen. Kürbisse sind nun Verkaufsschlager. Sie werden vor den Haustüren kunstvoll arrangiert, Familien mit Kindern schnitzen zu Halloween (am 31. Oktober) gruselige Grimassen daraus und kleine Dekokürbisse zieren die festliche Tafel für den Familienbrunch zum 5. Oktober. Ebenfalls einen großen Auftritt haben die Gaben des eigenen Gar-

schniden. Die Initiative Magical Hydrangea, ein Zusammenschluss europäischer Hortensien-Züchter, empfiehlt, den Hauptschnitt der Hortensien erst im Frühjahr vorzunehmen und für Dekorationen möglichst schonend vorzugehen. Denn die Bauernhortensien legen bereits die Knospen für das nächste Jahr an - unter den alten Dolden, die wiederrum als Schutz gegen Frost dienen. Daher ist es wichtig, bewusst Zweige auszuwählen, die im hinteren Bereich und nicht zu nah beieinander liegen - um die Gefahr zu minimieren, im kom-

menden Sommer eine unschöne Lücke in der Hortensie zu haben. Ein Jahr später wird sie sich aber bereits wieder gefüllt haben - also keine Sorge! Beachtet man diesen Hinweis, können Hortensien wunderbar in die herbstlichen Deko-Ideen integriert werden. Mit ihren warmen Farben und der schönen Blütenstruktur bieten sie sich hierfür perfekt an und machen jede Feier zu einem Fest. Weitere Informationen zur Hortensiengröße gibt es auf <https://magicalhydrangea.com/de/pflege-hortensien/>. Magical Hydrangea

**Komm vorbei!**

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

**PLAMECO**  
SPANNDECKEN

**morgen schöner wohnen**

**Die 4-Säulen einer Spanndecke**

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

**Plameco live Erleben**  
Immer für Sie vor Ort!  
Dienstags von 14:00 – 18:00 Uhr  
Freitags von 11:00 – 15:00 Uhr

**Plameco Spanndecken**  
Frankfurter Str. 493  
51145 Köln Porz-Urbach  
0176-56056949  
[plameco.de/koeln](http://plameco.de/koeln)

**HÖRMANN**  
Tore • Türen • Zargen • Antriebe

**Automatik-Sektionaltore**

**ab 2.200 €**  
inklusive Montage

**Aktionsgröße:**  
2.500 x 2.000 mm  
2.500 x 2.125 mm  
2.370 x 2.000 mm  
2.370 x 2.125 mm

Hormann Automatik-Garagen-Sektionaltor in 7 Aktionsfarben, M-Sicke, Oberfläche Woodgrain und Elektroantrieb inkl. ein Handsender. Weitere Oberflächen in L-Sicke, 7 Aktionsfarben und weiteres Zubehör ist ebenfalls zu attraktiven Preisen erhältlich.

Voss & Sohn GmbH & Co. KG • Industriestraße 79 • 50389 Wesseling • [info@voss-sohn.de](mailto:info@voss-sohn.de) • Tel. 02232 51499 • 02203 9285549



## Beruflicher Neustart ab 40

Weiterbildung und Quereinstieg klug nutzen



### WIR SUCHEN DICH

für unsere Zeitung  
**Rundblick Köln-Ost** als

### Reporter (m/w/d)

zum **nächstmöglichen Termin**  
auf **Honorarbasis** als **freien Mitarbeiter**



#### DU HAST

- Freude am Verfassen von Werbetexten und redaktionellen Berichten
- Interesse an lokalen Veranstaltungen, Kultur, Sport & Brauchtum
- Kenntnisse im Umgang mit Internet und PC
- eine Digitalkamera
- Ortskenntnisse

#### DU BIST

- aufgeschlossen, aktiv und zuverlässig
- sicher im Umgang mit der deutschen Sprache
- motorisiert

#### Wir freuen uns darauf DICH kennen zu lernen!

Bewerbungen bitte per E-Mail an:  
Denis Janzen | karriere@rautenberg.media  
Stichwort: Reporter Rundblick Köln-Ost (m/w/d)

Ein Berufswechsel oder eine Weiterbildung mit über 40 ist heute keine Seltenheit mehr - im Gegenteil:

Angesichts des demografischen Wandels, digitaler Umbrüche und wachsender Fachkräfteengpässe wird lebenslanges Lernen zur Regel. Für Menschen, die sich beruflich verändern wollen oder müssen, bietet das deutsche Weiterbildungssystem zahlreiche Instrumente.

Besonders im mittleren Lebensalter stehen heute deutlich mehr Unterstützungsangebote bereit als noch vor wenigen Jahren.

#### Vielfältige Förderinstrumente für den Neustart

Zentraler Ansprechpartner ist in fast allen Fällen die örtliche Agentur für Arbeit. Sie stellt unter anderem den sogenannten Bildungsgutschein aus. Dieser ermöglicht die vollständige Finanzierung zertifizierter Weiterbildungen - einschließlich Kursgebühren, Prüfungen, Lernmittel sowie gegebenenfalls

Fahrt- und Betreuungskosten. Für viele ist dies der erste Schritt in Richtung Umschulung, beruflicher Neuausrichtung oder Qualifizierung für eine neue Branche. Eine vorherige Beratung durch die Arbeitsagentur ist verpflichtend, ersetzt aber gleichzeitig die Notwendigkeit, sich in ein komplexes Förderdickicht allein einzuarbeiten.

Ein weiteres wichtiges Instrument ist das Qualifizierungschancengesetz. Es richtet sich an Menschen, die bereits berufstätig sind und sich innerhalb ihres Unternehmens weiterentwickeln möchten - oder sich fit für einen drohenden Wandel im Arbeitsumfeld machen wollen.

Je nach Betriebsgröße übernimmt der Staat bis zu 100 Prozent der Weiterbildungskosten und gewährt Zuschüsse zum Arbeitsentgelt während der Maßnahme. Diese Regelung ist besonders relevant für kleinere Unternehmen, deren Mitarbeitende sich häufig nicht aus eigener Kraft weiterqualifizieren können.

Wer in einem besonders stark vom Wandel betroffenen Berufsfeld arbeitet oder von Jobverlust bedroht ist, kann unter bestimmten Voraussetzungen auch das Qualifizierungsgeld in Anspruch nehmen. Dabei handelt es sich um eine Art Lohnersatzleistung, die es Beschäftigten ermöglicht, sich während der Arbeitszeit weiterzubilden, ohne auf das Gehalt verzichten zu müssen.

Arbeitgeber verpflichten sich im Gegenzug zur Sicherung der Beschäftigung nach Abschluss der Maßnahme.

#### Auch ohne Berufsabschluss zum Ziel

Ein bedeutendes Förderinstrument für Erwachsene ohne formalen Berufsabschluss ist das Programm „Zukunftsstarter“. Es richtet sich an Menschen über 25 Jahre, die bisher keinen Berufsabschluss erworben haben oder in einem nicht anerkannten Beruf tätig sind.



## 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](http://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!

# KARRIERE

Übernommen werden nicht nur die Lehrgangskosten, sondern auch Nebenkosten wie Fahrt und Unterkunft. Zusätzlich sind Prämienzahlungen bei bestandener Zwischen- und Abschlussprüfung vorgesehen. Ziel ist es, mehr Menschen zu einem anerkannten Berufsabschluss zu führen - und so ihre Chancen auf dem Arbeitsmarkt dauerhaft zu verbessern.

Auch wer einen Schritt in Richtung beruflicher Aufstieg plant, etwa durch eine Meisterfortbildung oder eine Weiterbildung zur Fachwirtin, kann Unterstützung beantragen. Das sogenannte Aufstiegs-BAföG fördert berufliche Weiterbildungen inzwischen deutlich großzügiger als früher: Bis zu 18.000 Euro an förderfähigen Lehrgangs- und Prüfungskosten werden übernommen, zudem gibt es einen Teilerlass bei erfolgreichem Abschluss.

Auch Teilzeitmaßnahmen werden gefördert - ein entscheidender Punkt für viele Berufstätige ab 40.

## Landesförderung und persönliche Beratung als Schlüssel

Ergänzend zu den bundesweiten Programmen gibt es in vielen Bundesländern spezielle Landesförderungen.

In Nordrhein-Westfalen ist dies beispielsweise der Bildungsscheck NRW. Er richtet sich an Beschäftigte, Selbstständige oder Berufsrückkehrende mit einem zu versteuernden Jahreseinkommen unterhalb bestimmter Grenzen. Die Förderung beträgt bis zu 50 Prozent der Kurskosten, maximal jedoch 500 Euro pro Maßnahme. Der Bildungsscheck kann jährlich neu beantragt werden und ergänzt andere Programme sinnvoll.

Wichtig bleibt: Jeder berufliche Neustart beginnt mit einer individuellen Beratung. Die Arbeitsagenturen, aber auch Volkshochschulen, Industrie- und Handelskammern oder andere Bildungsträger bieten entsprechende Sprechstunden an. Dort erhalten Interessierte

nicht nur Orientierung, sondern auch konkrete Hinweise, welche Förderwege im persönlichen Fall realistisch und sinnvoll sind. Mit dem richtigen Plan und etwas Mut wird aus einem beruflichen Bruch schnell eine neue Chance - gestützt von einem System, das gerade Menschen über 40 zunehmend gezielt fördert.

## 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

Gerne per WhatsApp



+49 2241260380



oder mit diesem QR-Code bewerben!



### 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](http://regio-pressevertrieb.de/bewerbung)

► oder untenen 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)

## 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

**REGIO** • pünktlich • zielgerichtet • lokal  
PRESSE VERTRIEB GmbH

Die Zeitungszustellgesellschaft der RAUTENBERG MEDIA KG



# 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, 4. Oktober**

Apotheke 1 plus

Frankfurter Straße 589, 51145 Köln, 02203/935430

**Sonntag, 5. Oktober**

Thomas-Apotheke

Kaiserstraße 44B, 51145 Köln, 02203/24880

**Montag, 6. Oktober**

Zollturm-Apotheke

Schmittgasse 37, 51143 Köln, 02203/84880

**Dienstag, 7. Oktober**

Paracelsus Apotheke

Friedensstraße 55a, 51147 Köln, 02203/28186

**Mittwoch, 8. Oktober**

Christophorus Apotheke

Kalker Hauptstraße 101b, 51103 Köln, 0221/8809960

**Donnerstag, 9. Oktober**

Königsforst Apotheke

Rösrather Straße 663, 51107 Köln, 0221/861426

**Freitag, 10. Oktober**

Hirsch Apotheke

Kalker Hauptstraße 94, 51103 Köln, 0221/8703554

**Samstag, 11. Oktober**

Anno Apotheke

Frankfurter Straße 703, 51107 Köln, 0221/891642

**Sonntag, 12. Oktober**

Rather Burg-Apotheke

Rösrather Straße 597, 51107 Köln, 0221/864051

**Montag, 13. Oktober**

Römer-Apotheke

Olpener Straße 803, 51109 Köln, 0221/843442

**Dienstag, 14. Oktober**

Liebfrauen-Apotheke

Kieskauer Weg 159, 51109 Köln, 0221/895834

**Mittwoch, 15. Oktober**

Europa-Apotheke

An St. Adelheid 12, 51109 Köln, 0221/9894970

**Donnerstag, 16. Oktober**

Merheimer Apotheke

Ostmerheimer Straße 198, 51109 Köln, 0221/42291960

**Freitag, 17. Oktober**

Liebfrauen-Apotheke

Kieskauer Weg 159, 51109 Köln, 0221/895834

**Samstag, 18. Oktober**

Margareten-Apotheke

Olpener Straße 855, 51109 Köln, 0221/843214

**Sonntag, 19. Oktober**

Vital-Apotheke

Olpener Straße 120, 51103 Köln, 02214929390

(ab 9 Uhr bis 9 Uhr Folgetag)

Angaben ohne Gewähr



## GEGEN GEWALT

Menschen, die Gewalt erleben oder erlebt haben.

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

## 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</b> (ev.)<br><b>0800 111 02 22</b> (kath.) |  |
| • 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>   |  |

## 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 liegen oder Geld zu überweisen. In solchen Fällen bitte die **110** wählen und die Polizei informieren!

# NOTDIENSTE

110 POLIZEI  
112 FEUERWEHR

## 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



## 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

**BESTATTUNGEN JOSEF SCHMITZ**

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

**HAUANSCHRIFT**  
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



## NOTFALLSCHUBLADE

Das gehört in eine gut erreichbare **Notfallschublade** in Ihrer Wohnung/Ihrem Haus:

1. Taschenlampe
2. Kerze/Streichhölzer
3. Batteriebetriebenes Radio (um Hinweise der Feuerwehr/Polizei empfangen zu können)
4. Powerbank zum Aufladen des Handys
5. DIESE SEITE mit allen wichtigen Notrufnummern

**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

**24 - S T U N D E N - N O T D I E N S T**

**SAALMANN**  
BAD & WÄRME

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

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



# J - Steinreinigung

Warum neu machen, wenn man reinigen kann!

**Wir reinigen für Sie:**

**Fassaden, Terrassen, Einfahrten, Klinker, Dächer**



**Wir verwenden einen Hochdruckreiniger, der mit 80% Luft und nur 20% Wasser arbeitet.**

**Wir versiegeln den Stein, nach der parentiefen Reinigung, mit einer Schutzmischung aus eigener Herstellung.**

**Durch diese Versiegelung garantieren wir, dass für Jahre keine Algen, kein Moos und kein hartnäckiger Schmutz mehr auftreten.**

**Nach der Reinigung verfugen wir die Fugen auf Ihren Wunsch erneut mit verschiedenen Sandarten.**



**02246 - 957 40 88**

Hauptstraße 127  
53797 Lohmar



**oder 0176 320 79 108**

**Inhaber  
A.Reinhardt**

**www.j-steinreinigung.de**

**J-Reinigung@gmx.de**

**Wir freuen uns über Ihren Anruf!**

**Unser Angebot:**

**Wir rechnen nicht nach Quadratmetern, sondern bieten Ihnen Pauschalpreise an.**